



Клиника традиционной китайской медицины «ТАО»

ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК И СУСТАВЫ

г. Москва, ул. Остоженка, д. 8, стр. 3 Тел.: 8 (495) 104-91-37 www.taomed.ru Лиц. № ЛО-77-01-000911 от 30.12.08 г. Реклама
НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ ВРАЧА О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ И ПОБОЧНЫХ ДЕЙСТВИЯХ

Читайте о клинике
«ТАО» в Москве и
найдите
КУПОН НА СКИДКУ
на стр. 33

№9
(369)

ТВ-программа с 4 по 10 марта 2019 года

52
КАНАЛА
ТВ

ТЕЛЕК

PRESSA.RU

**КАЛЕНДАРЬ
КРАСОТЫ
НА МАРТ**

стр. 18

**РАССЛАБЬСЯ!
РЕВЕНЬ +
КУРКУМА.
УЗНАЙ, КАК
ЭТО РАБОТАЕТ**
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ
ЛЕКАРСТВОМ
Реклама. БАД.

стр. 10

**ГДЕ БЛИНЫ,
ТАМ И МЫ!**

стр. 10

**СЕМЕНА,
К ПОСАДКЕ
ГОТОВЫ?**

стр. 12

**ЧЕМ ОПАСЕН
ВАСКУЛИТ**

стр. 14

**ЕКАТЕРИНА
ОЛЬКИНА**

У ВСЕХ НАС ЕСТЬ ИНТУИЦИЯ

стр. 3

Фото из личного архива Екатерины Олькиной

ISSN 2226-6340



12+

Давние поклонники актрисы Елены Цыплаковой помнят её обаятельных героинь из картин «Не болит голова у дятла», «Школьный вальс», «Д'Артаньян и три мушкетёра», «Мы из джаза»...

А сегодня телезрители знают Цыплакову еще и как режиссера популярных сериалов – «Кармелита. Цыганская страсть», «Пока станица спит», «Семейные тайны», «Свидетельство о рождении»... Елена – глубоко верующий человек. И считает, что все в ее жизни произошло по воле Божьей...

Каждый проект – кусок жизни

Творческий вечер Елены Цыплакова назвала «В поисках истины». И сразу предупредила зрителей, что хочет говорить не только о жизни в профессии, об актерских и режиссерских проектах, но и о самом главном, что ее сегодня волнует: внутренней жизни человека. Потому что без этого не было бы ни ее работ, ни той Елены Цыплаковой, которую знают и любят коллеги и зрители.

– Я благодарна всем, с кем Господь сводил меня в этой жизни, – сказала Елена Октябрьевна. – Благодаря одним я купалась в любви, заботе, нежности. Другим людям, через которых у меня были уроки по жизни, я тоже бесконечно благодарна. С их помощью я становилась сильнее, мудрее, меня Господь через них воспитывал. И я очень благодарна тем людям, с которыми работала. Недавно посчитали – у меня 73 проекта в кино и в театре. Я работала с потрясающими людьми – с удивительными артистами, замечательными режиссерами, художниками, операторами!.. Каждый проект – это кусок жизни, прожитый с дорогими тебе людьми.

Елена ЦЫПЛАКОВА:

Искусство может научить различать добро и зло

От десантников России Елену Цыплакову поздравил подполковник Юрий Греков. Он вручил ей грамоту с благодарностью и медаль «Генерал армии Маргелов» – за поддержку ветеранского движения и гражданскую позицию.



Поздравить актрису с 60-летним юбилеем пришел актер Всеволод Шиловский.

«Победить её невозможно!»

Поздравить актрису с 60-летним юбилеем пришел актер Всеволод Шиловский.

– Я, конечно, все еще хорош собой – но не до таких степеней, как Леночка! – начал с комплимента актер. – Когда стоишь с этой девчонкой – шарман! – хочется зацеловать, обнять, это же с ума сойти можно! Напомню, как она начинала. Малый театр. Все звезды живы. И ни-



Всеволод Шиловский восхищён талантом и мужеством Цыплаковой-режиссёра.

шу молодой звезды занимает пигалица. Хороша – слов нет! И они ее обожают, с ума по ней сходят – Еленочка с ямочками. И вдруг она говорит: «Ребята, дорогие мои, до свидания!» – «Стоп! Стоять! Куда?!» – «Учиться во ВГИК!» Ну, все: общепитие, безденежье, есть нечего – в общем, все нормально! А

потом я увидел фильм, который сняла эта пигалица, эта авантюристка фантастическая. Это фильм «Камышовый рай» – о рабстве в южных республиках. Его должен был снимать мужик вот такого роста и дикой физической силы, и чтобы нервы – канаты! А снимает девчонка, вся в ссадинах, царапинах, си-

няках. Она очень скромная – и это большой ее недостаток. Талант, помноженный на трудолюбие и дикое терпение, – это все она, Елена Октябрьевна. И победить ее невозможно!

«Семейные тайны»

Елена Цыплакова сняла несколько успешных телесериалов для центральных каналов. Но «Семейные тайны» всегда будут стоять на особом месте. И вот почему...

– В 18 лет я услышала в храме, что полноценная жизнь у меня начнется в 36-37 лет, – рассказывает Елена Октябрьевна. – И действительно, именно в этом возрасте я серьезно пришла к Богу. И первая реакция: нужно уходить из профессии. Как я смогу существовать в ней со своим мировоззрением, не лицемеря? Но одна подруга мне сказала: «Тебе Господь давал роли, прославлял – а ты, познав истину, уходишь в кусты?» И я вернулась внутренне в профессию. «Семейные тайны» – это моя первая работа после этого осмысления... На главного героя мне нужен был только Юрий Беляев – никого другого я даже не буду рассматривать. Юру уговорили. И я счастлива. Потому что это – великий актер, потрясающий человек. Его герой в сериа-

Детали Девушка с булавой

Самые внимательные поклонники актрисы знают, что она сыграла совсем крохотную роль в самом популярном советском фильме для детей «Гостья из будущего» – ученицу, которая ради науки перевоплотилась первобытную девушку. Оказывается, на съемки ее позвал Евгений Герасимов, сыгравший робота Вертера. – Женя мне позвонил тогда и сказал: «Цыплакова, приезжай, снимись ради хохмы!» – рассказывает Елена. – И снялась – сыграла первобытную женщину. Как с булавой вошла в кадр, так и вышла!.. – Мне не повезло сняться с Леной в больших проектах, вместе мы были только в «Гостье из будущего», – рассказывает Евгений Герасимов. – Но я считаю себя ее давним поклонником и не скрываю этого... Елена – удивительно духовный человек.

ле – это человек, который, заболев раком, раздал деньги детям. Такой современный король Лир. Все сцены я разбирала с позиции заповедей – чтобы мы изначально закладывали в картину правильную информацию. Чтобы не было оправдания греха – украл, солгал, струсил... И фильм прозвучал так, как мы задумывали. Мне потом адвокаты рассказывали, что к ним стали приходить люди, чтобы забрать иски о разделе имущества. И так и говорили: «Мы посмотрели «Семейные тайны» и подумали – ну, что мы делим?» Потрясающий сериал, самый дорогой для меня!

Лариса ЗЕЛИНСКАЯ

Фото: Анатолия Хрутова и Михаила Белоцерковского

ПОДРОБНОСТИ

Тайна профессии

Елена Цыплакова призналась, что она не поддерживает в работе теорию «оправдания героев».

– Актеров часто преследует то, что они играют, – говорит Елена. – Я пришла к выводу, что нельзя говорить: «Я в предлагаемых обстоятельствах», – если мы хотим защититься от того, что мы делаем. Потому что мы редко играем святых, но зато часто визуализируем грех, совершаемый героями. И если мы его оправдываем – все, это становится нашим личным грехом, который мы потом в жизни отработываем. Искусство может научить людей различать добро и зло и наполнить жизнь человека высо-

ким смыслом. В сериале «Ласточка» я сознательно согласилась сыграть одержимую женщину, которая потеряла рассудок после того, как убила любовницу мужа... Я не оправдываю ее – просто хочу, чтобы люди знали «зло в лицо». А вот моя героиня из сериала «Черная кошка» – верующая женщина, мать бандита, не бьется в истерику, не падает в обморок после того, как узнает, что ее сын убит, – только по одной причине. С режиссером, тоже верующим человеком, мы пришли к выводу, что моя героиня принимает это известие с мыслью, что Господь остановил дальнейшее грехопадение ее единственного ребенка...



С Борисом Щербаковым.

У нас праздник фиалок!
Выставка-продажа
Я ♥ фиалки!
с 1 марта по 11 марта
вход бесплатный
Ежедневно: с 10.00 до 20.00 (без обеда)
Суббота, воскресенье: с 11.00 до 19.00
ул. Пятницкая, д. 20, стр. 2
во дворе напротив м. «Новокузнецкая»
8 (495) 953-55-18, 8 (495) 951-19-73
www.domfialki.ru

Из череды фильмов о людях с необычными способностями сериал «Гадалка» (проект Продюсерского центра «ГОРАД») на Первом канале явно выбивается.

Зрители уже успели убедиться: создателям важно показать человеческую сторону истории, а не поражающие воображение фокусы. Мы поговорили с исполнительницей главной роли – актрисой Екатериной Олькиной и узнали, как съемочная группа решала поставленную задачу.

Способны ли мы слушать себя?

– **Екатерина, расскажите о том, какой вы увидели свою героиню, прочитав сценарий?**

– Главное стремление моей героини Люси – это желание помочь людям, но у нее не всегда получается предотвратить беду. Иногда она не в силах изменить того, что суждено.

– **Как вы готовились к роли?**

– Я много читала на эту тему, общалась со знающими людьми, и они часто говорят о том, что в каждом из нас есть подобные способности. У нас у всех есть интуиция, и каждому из нас знакома ситуация, когда мы говорим: «Ой, я как знал, как чувствовал!» Вопрос, насколько человек способен прислушаться к своим ощущениям, разобраться, поверить им.

– **Ваша героиня способна прислушиваться к себе, но это не делает её жизнь проще...**

– Главная проблема моей героини в том, что многие в нее не верят. Она сталкивается с абсолютно материальным миром, попадая в полицейский участок, где люди каждый день делают свою работу, и все это подчинено жестким правилам, а тут вдруг

их пространство буквально разрывает своей правдой девушка Люся, становится неким камертоном для различных ситуаций, которые она видит в совершенно ином свете. Для меня было очень важно – создать образ не какого-то экстрасенса или гадалки, которая предсказывает судьбу по кофейной гуще, а натуру, очень тонко воспринимающую реальность, которая «видит» людей. Стоит ей только посмотреть на человека, она многое про него уже знает.

С коллегами – легко и сложно

– **Михаилу Пореченкову было просто общаться с режиссером Ильёй Казанковым. А вам?**

– У Ильи Казанкова есть свое определенное вос-

Екатерина ОЛЬКИНА:

У всех нас есть интуиция»



КСТАТИ

– **Расскажите немного о съёмках. Какие впечатления у вас остались?**

– У нас сложилась прекрасная команда, мы каждый раз буквально придумывали сцену, и она рождалась от каких-то деталей, мелочей, от того пространства и даже настроения, которое было вокруг нас. Как говорит наш режиссёр Илья Казанков: «Мы занимаемся сотворчеством». И это очень круто! Михаил Пореченков и режиссер Илья Казанков работали не в первый раз вместе, они очень легко находили общий язык и задавали такую очень непосредственную, непринужденную атмосферу на площадке... И знаете, всем становилось очень легко от этого. Все с юмором и очень теплым отношением друг к другу.

приятие мира, действительности и то, как он хочет воплотить это на экране. Я стала его абсолютной поклонницей как режиссера, посмотрев его разные работы, в том числе короткометражки, после чего я ему сказала, что готова воплотить в кадре любую его идею. И когда нужно было при минусовой температуре ночью над обрывом идти в одной сорочке босиком по стройке, конечно, я все сделала, как им задумано.

– **А с коллегами-артистами отношения сложились?**

– С Юлей Ауг мы как-то сразу нашли общий язык, а это очень важно, ведь мы играли подруг! Ее героиня Марта как раз оказалась

в той ситуации, которая перевернула всю ее жизнь, после того как

Люся ей помогла, и судьба

подарила Марте

второй шанс. Она сразу смогла

поверить в дар Люси, в то, что она не вы-

думщица.

С Александром Астащенко (Макс) мне было сложно, в том смысле, что по сюжету приходилось постоянно его отфутболивать, а он очень обаятель-

ный, и нужно было все время придумывать, как это сделать.

За кадром видений

– **Зрители уже смогли убедиться в том, что съёмочная группа приложила немало усилий, чтобы вплести в канву фильма необычные сцены с видениями Люси. Откройте секрет: что происходило за кадром?**

– У нас работал потрясающий оператор Андрей Гуркин, который вместе с режиссером придумывал фантастические кадры, как снимать все истории с видениями моей героини. Иногда они решались даже в виде какого-то предствления, фокуса. Такие сцены мы очень долго репетировали, снимали по несколько дублей, добиваясь слаженной работы актеров, света, оператора и актеров массовых сцен, всей группы, чтобы все сложилось в эту магию на экране и получились те самые завораживающие моменты до «мрашек».

Мы надеемся, что зрителю будет интересна не только детективная линия сериала, но и сама история про людей, со своими слабостями, пороками, как развиваются отношения героев, как они преодолевают свои страхи и ищут себя...

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

Фото продюсерского Центра «ГОРАД» и Валерия Пилипенко

2,8
ОТ
МЛН
РУБ.

Большое Путилково

КВАРТИРЫ С ОТДЕЛКОЙ
ПРАГМАТИК-КЛАССА

м. «Митино», «Пятницкое шоссе»*

самолет
девелопмент

+7 (495) 032-03-29

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

Реклама

СЕКРЕТ УСПЕХА

Работа для тех, кому «за»

Тема работы для тех, кто старше 45-50 лет, после принятия пенсионной реформы стала ещё острее. Пока работодатели не спешат нанимать таких работников. Но если вы полны сил и имеете богатый профессиональный опыт, важно не сдаваться в поисках своего места.



ИСПОЛЬЗУЙТЕ СВЯЗИ

Воспользуйтесь достоинствами своего возраста, например, огромным багажом знакомых, коллег и друзей, нажитым за 45-50 лет. Поставьте в известность ровесников при должностях, если такие есть, что ищете работу. Если таких нет, обращайтесь ко всем знакомым: бывшим коллегам, старым институтским приятелям (они работают в вашей профессиональной сфере).

ПРИМЕНИТЕ МЕТОД «ЧЕСТНОЙ ХИТРОСТИ»

Не указывайте в резюме возраст (или преуменьшите), а перечислите конкретные профессиональные навыки подробно и четко. Сделайте акцент на них. Направляйте резюме прямо потенциальному работодателю или в отдел кадров: для многих будут важнее ваши знания, а не паспортные данные.

ПРОЯВИТЕ НАСТОЙЧИВОСТЬ

Излишний пессимизм, как и излишний оптимизм, в ситуации поиска работы – вещь опасная. Настройтесь на то, что поиск работы потребует времени и усилий. Не опускайте руки, получив отказ в одном месте. Делайте выводы – и стучитесь в другие двери. Настойчивость и разумный подход обязательно принесут успех.

Часто мужчины склонны к пофигизму, а женщины – к гиперответственности. И бывает так, что жена, желая призвать беззаботного мотылька к ответственности, начинает его пилить, но всё становится только хуже.

Почему? Психологи уверены: навязать ответственность невозможно, здесь главную роль играет вдохновение. Итак, стратегию «пилы» придется менять... Мы предлагаем вам недельный курс, пройдя который, вы не только избавитесь от привычки «пилить», но и вдохновите любимого на трудовые подвиги.

Как перестать пилить мужа: недельный курс мудрой жены

КСТАТИ

Сварливая история

«Эталоном» сварливой женщины служит Ксантиппа, жена древнегреческого философа Сократа. Считается, что философские способности мудреца сформировались именно благодаря супруге, с которой он прожил долгие годы, мучаясь от ее ворчания. Скорее всего, Ксантиппа разочаровалась в муже, когда поняла, что тот не намерен зарабатывать деньги. Сократ обучал молодых людей искусству спора, но денег за это не брал. И хотя с ним водили дружбу богатые и знаменитые афиняне, философ никогда не использовал связи для прибыли. За это Ксантиппа не только ругала, но и поколачивала супруга. Правда, это не помешало ей родить Сократу троих сыновей.

ДЕНЬ 3

Отучаемся от привычки критиковать. Вместо советов, как нужно было поступить, просто скажите мужу: «Спасибо!» Настройтесь держать все комментарии по поводу качества и способа выполнения домашней работы при себе. Когда очень хочется покритиковать, считайте про себя до десяти...

ДЕНЬ 5

Привыкаем благодарить мужа за любое, даже незначительное дело: вынес ли мусор, сходил ли в магазин – он всегда должен слышать ваше вдохновляющее «Спасибо, любимый».

Трудно приучить себя концентрироваться на хорошем, если привыкла замечать только плохое, но выработать привычку видеть хорошее и говорить об этом очень важно для отношений!

ДЕНЬ 4

Играем в игру «Назови ласково». Не секрет, что жены часто награждают мужа обидными прозвищами: «недотепа», «простофиля», «безрукий» и т.п. При этом женщины забывают простое правило: «Как вы яхту назовете, так она и поплывет!» Поэтому называем мужа только ободряющими и вдохновляющими эпитетами: «мой тигр», «кормилец», «труженик» и т.п.

ДЕНЬ 6

Компенсируем нагрузки на психику. Выключить режим «пилы» за неделю тяжело... Чтобы не копить негатив из-за необходимости сдерживаться, важно перевести его в энергию движения – отправляйтесь на прогулку, в спортзал, в бассейн.

ДЕНЬ 7

Делаем себе приятное. Подбодрите себя чем-то красивым или вкусным. Только счастливая женщина делает счастливым своего мужчину!

ДЕНЬ 1

Тренируем навык создавать в общении ситуации донесения до партнера своей позиции, а не ситуации выяснения отношений. Внимание – краткости и ясности формулировок. Например, муж при друзьях и родителях пренебрежительно отозвался о ваших кулинарных способностях. «Пила» тут же начала бы многословно распространяться о своих оскорбленных чувствах, а муж досадливо отмахнулся бы от ее слов. В подобных случаях нужны не упреки и жалобы, а конкретные инструкции. Например, жена могла бы сказать: «Знаю, что я не идеал, но я прошу обсуждать такие личные вопросы только между нами. Согласен?»

ДЕНЬ 2

Учимся доверять, ослабляем контроль. Чтобы не запускать механизм «пилы», действуем согласно алгоритму: внятно формулируем просьбу, задаем вопрос: «Дорогой, у меня просьба. Нужно «...». Когда ты сможешь этим заняться?» Далее не вмешиваемся, не указываем, не контролируем! Пусть делает, как и когда считает нужным. Главное на данном этапе – не присутствовать при выполнении просьбы, не давать советов, не производить разбор полетов!



Женщины! Выносите мужчине про-верьте шопингом!

Ольга БЕЛЬСКАЯ

БУДЬ ЛИДЕРОМ СЕКСА!

Быть успешным у женщин на Востоке научились уже давно, причем независимо от возраста и состояния здоровья мужчины.

На основе традиционных рецептов был разработан **ИНФОРТЕ** – превосходное средство нового поколения, активные вещества которого мобилизируют потенциальные возможности мужского организма, дают заряд энергии и остроту чувственных ощущений.

Состав **ИНФОРТЕ** подобран из наиболее активных природных компонентов: женьшеня, ямса, пории и горянки – известных и издревле используемых мужчинами для сохранения молодости и гармонии в интимной жизни.

Следите за уровнем тестостерона!

Что же даёт выработка собственного тестостерона?

- ♂ Поддерживает мужскую активность
- ♂ Повышает физиологическую мышечную и эмоциональную выносливость
- ♂ Возвращает радость и остроту ощущений

Еще больше! Еще больше!

Узнать подробнее Вы можете по тел.: 8(499) 677-15-59. Цена 590 руб.!

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ ВАШЕГО ГОРОДА!

МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР РЕНТЫ ПРЕДЛАГАЕТ



ПРОГРАММА ПОМОЩИ ПЕНСИОНЕРАМ

www.мосссоццентра.рф

по договору пожизненной ренты и содержания с иждивением:

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

заклучение договора **БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ**

8 (495) 641-66-41

ИП Капитонова, ИНН 772160584802

Центр Защиты Вкладчиков

ПОМОЩЬ В ВОЗВРАТЕ ДЕНЕГ из

- КПК • МФО • БАНКОВ
- АКЦИЙ • СТРАХОВЫХ КОМПАНИЙ

Бесплатная ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ

8 (499) 322-73-85

Реклама

Дубляж, или так называемая озвучка кино, – одна из важных киноспециальностей.

Ведь дубляж – голос актеров за кадром – помогает зрителям создать целостное впечатление от любого иностранного фильма. Но при этом не каждый артист может стать «голосом» зарубежной кинозвезды... Сергей Смирнов, артист Центрального академического театра Российской Армии, – может!

«Озвучил более 300 ролей»

– Сергей, как так получилось, что вы стали озвучивать фильмы, как решили поработать за кадром?

– Однажды мне позвонил однокурсник по Щепкинскому театральному училищу и спросил: не хочу ли подработать? Так я впервые оказался в студии звукозаписи, и мне это понравилось. Наверное, понравилась и моя работа, коль стали приглашать меня раз за разом.

– Артистов для озвучки набирает режиссёр дубляжа. По какому принципу?

– Есть большая голосовая палитра, и режиссер четко знает, какой именно голос ему нужен. И когда актер найден, уже от него, актера, зависит, чтобы фраза совпадала по длительности и по количеству губных смысков, артикуляции. Поверьте, это адская труд.

– Сколько времени уходит на дубляж фильма?

– Раньше на это уходили месяцы. Нынешние технологии позволили сократить сроки дублированных переводов. Например, теперь не надо для дубляжа собирать вместе всех занятых в сцене артистов, каждый работает самостоятельно, под каждого персонажа – своя звуковая дорожка.

– Сколько на сегодня озвучили фильмов?

– Озвучил более 300 ролей, среди них есть как главные, так и эпизодические.

О «Похищении» и режиссуре

– Сергей, кроме того, что вы замечательный артист, вы ещё талантливый художник. Как художник-оформитель проявили себя в двух дипломных спектаклях во время учёбы...

– К сожалению, художественное творчество осталось во втором плане, актерство перевесило. Но, когда нужно, я вспоминаю

Сергей СМЕРНОВ: Я однажды заговорил голосом Человека-паука»



ДЕТАЛИ

«Сплит» и 24 личности

– Есть фильм, запомнившийся больше других?

– Таких много, но в большой дубляж и на другие студии меня стали звать после того, как я заговорил голосом Человека-паука. Еще одна серьезная работа – «Миссия невыполнима». Невероятно интересно было работать в фильме «Сплит», где озвучивал Джеймса Макэвоя. Он играет человека, расщепленного на 24 личности, и все они говорят разными голосами. Представляете, какое для меня было поле деятельности!

былые навыки. Например, при постановке спектакля «Похищение», где я выступил в качестве режиссера, из-за ряда причин пришлось отказаться от

художника по костюмам и самому взять на себя его функции. Так что рисую по необходимости или чтобы снять стресс, и такое бывает (смеется).

– Вы поставили ещё детскую сказку «Удивительные приключения Маши и Вити».

– Это первая моя крупная режиссерская работа

и сразу на Большой сцене Театра Армии. Кстати, эта постановка уже несколько лет идет с большим успехом у нас в театре, собирает аншлаги. Я рад, что детям и родителям нравится спектакль.

– Что вас, актёра, подтолкнуло заняться режиссурой?

– Причин много... Кстати, задолго до того, как я решил попробовать себя в новом качестве, Владимир Михайлович Зельдин, с которым мне посчастливилось выходить на одну сцену, как-то сказал мне: «Ты должен стать режиссером, и поставить спектакль «Учитель танцев». Может, напроорочил...

Наталья АНОХИНА

Фото: из личного архива Сергея Смирнова

Столички
сеть социальных аптек

8 (800) 555-111-5
www.stolichki.ru

АПТЕКИ

ПЛАТИТЕ БАЛЛАМИ! ТЕПЕРЬ И ЗА ЛЕКАРСТВА!*

КОПИТЕ БАЛЛЫ 1% на все!
ПЛАТИТЕ БАЛЛАМИ 50% на все!

x5
В ПЯТЬ РАЗ БОЛЬШЕ
БАЛЛОВ В МАРТЕ
НА ТОВАРЫ!**

УАНТАЧ СЕЛЕКТ ПЛЮС ФЛЕКС**
глюкометр+тест-пол. Селект Плюс №50
РУ № РЗН 2018/6792

АЦЦ АКТИВ**
пор. д/внут. прим.
600мг саше 1,6г №10
РУ № ЛП-005087

ДОРИТРИЦИН**
таб. д/расс. №10
РУ № ЛСР-004409/10

МЕЛАКСЕН**
таб. п.о 3мг №24
РУ № П N015325/01

УСПЕЙТЕ КУПИТЬ!
глюкометр и получите
30 ТЕСТ-ПОЛОСКИ в ПОДАРОК

ONETOUCH Select Plus Flex
+50

АЦЦ АКТИВ
АЦЦ АКТИВ

Доритрицин
Доритрицин

МЕЛАКСЕН
МЕЛАКСЕН

* Баллы начисляются из расчета 1% от стоимости оплаченной покупки. Оплата баллами 50% от суммы оплаченной покупки, кроме препаратов: Версан капс. №30, Версан капс. №60, Версан Флюид шприц 2,5мл, Аллокин-альфа лиоф. д/ин. 1мг №3, Аллокин-альфа лиоф. д/ин. 1мг №6. В случае предоставления скидки на товар, оплата баллами уменьшается пропорционально размеру предоставленной скидки. Более подробную информацию о правилах программы лояльности, категориях товаров участвующих в программе лояльности и других специальных предложениях можете получить на сайте www.stolichki.ru. Правила программы лояльности могут быть изменены организатором в одностороннем порядке без предварительного уведомления участников. ** Акция действует с 01.03.2019 по 31.03.2019 только для владельцев карты «Столички». Количество товаров ограничено. Перечень лекарств безрецептурного отпуска. Подробнее на сайте www.stolichki.ru. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПОЛУЧЕНИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТА

Стоит ли бороться со стрессом? Надо ли прощать обидчика? Где нас стережет удача? Кому лучше живётся – толстокожим или ранимым людям?

На эти и другие вопросы наших читателей мы попросили ответить психолога и телеэксперта Владимира Муранова.

Вместо стресса – опыт и урок

– Владимир, современного человека всюду сопровождает стресс. Как с ним бороться? Есть ли возможность уберечься от стресса?

– На мой взгляд, бороться со стрессом не стоит, потому что бороться – значит убегать. Самое лучшее – сменить взгляд на проблему. У каждого стресса есть первопричина. Возьмем, например, стресс, который возник из-за обиды. Мы можем посмотреть на обидчика как на противника – априори поставить себя над ним в позицию правого. А если мы попробуем взглянуть на него как на ребенка – юное существо, которое не со зла, а лишь по неопытности нас обидело? Стоит мысленно сказать себе, что человек еще не прошел своего духовного пути. И на смену желанию мстить у вас появится снисходительное отношение к нему. А сама стрессовая ситуация, которая была такой неприятной вначале, будет восприниматься как опыт и урок. Словом, я советую не бороться со стрессом, а работать с любой стрессовой ситуацией. В нашем примере обиду необходимо не подавить, а правильно прожить – так, чтобы потом можно было искренне отпустить ее.

«Идеал – посередине»

– Бытует миф, что люди уже рождаются либо «толстокожими», либо, наоборот, болез-

Мнение Гармония дарит здоровье

– Мы привыкли думать, что проблемы переживаются «в голове», – рассказывает Владимир Муранов. – Но всегда ли это так? Думаю, любопытно будет узнать, что согласно восточной медицине, каждый человеческий орган аккумулирует те или иные наши эмоции. Например, злость и гнев не нравятся печени, а робость и пустые страхи мешают работе почек. Можно верить в это или не верить. Но то, что избыточные плохие эмоции расшатывают здоровье, а гармония с собой дарит его – с этим, уверен, согласятся все.

Детали Музыка лечит?

– Вы согласны с мнением, что хорошая музыка помогает жить, а иногда и лечит нас?

– Да. Более того, я сам стал писать музыку. Которую так и называю: релакс-музыкой. И мне кажется, она нравится моим пациентам.

Владимир МУРАНОВ:

«Не нужно болеть сомнениями»



ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»

Слушая или читая опыт человека, которого уважаем, мы часто забываем слушать своё сердце. Я желаю каждому читателю не забывать о своём внутреннем голосе. Слушайте и идите навстречу себе.

невыгодная особенность становится их преимуществом.

– Чтобы человек чувствовал себя счастливым, что важнее для него: его личная духовная составляющая или материальная? Как бы вы разрешили этот вечный спор?

– Все люди так или иначе стремятся обогащаться. Кто-то духовно, кто-то материально. Идеал, полагаю, посередине. Твердо стоять на ногах полезно, но не стоит забывать и о духовной сфере. Духовность, например, дарит понимание жизненных ситуаций, внутреннее спокойствие. Многие качества, которые важны в жизни и не даны нам от рождения, мы в состоянии в себе воспитать сами.

Когда удача стоит рядом?

– Жизнь преподносит разные уроки. Как научиться спокойно воспринимать неудачи?

– На мой взгляд, неудача – это чрезмерное, избыточное какое-то желание, которое просто не сбылось. Согласитесь, нам постоянно чего-то хочется. Быть успешнее, здоровее, сильнее... Пока мы живем в согласии с собой, со своими разумными и «по силам» потребностями, на мой взгляд, удача с нами. И наверняка многие замечали, что как только «вылезем из собственной шкуры», стремясь быть «лучше кого-то», жить «лучше кого-то», то, что мы называем удачей, очень часто отворачивается от нас. Вывод такой: двигаясь по жизни вперед, не заглядывайте в чужую жизнь, ставьте себе реальные цели. Теперь урок номер два. Часто наши так называемые неудачи связаны не с нашим неумением, неспособностью, а с тем, что мы слишком в себе сомневаемся. А получится ли? А вдруг что-то пойдет не так? Робкие люди подстраиваются под свои же сомнения. Между тем, если хочешь чего-то добиться, в это «добиться» необходимо поверить. Вывод два: двигаясь по жизни вперед, не нужно «болеть» сомнениями.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

ненно чувствительными. Вы с этим согласны?

– Так называемая толстокожесть человека – это, на мой взгляд, просто маска. Защита, с помощью которой человек гасит внутреннюю боль, переживания. Происходит это подсознательно, непроизвольно. По моему мнению, как вы сказали толстокожий человек хуже чувствует ситуацию и внутренне зажат. Тонко чувствующий человек – более раним, но, как свиде-

тельствуют моя практика, такому человеку проще подняться над ситуацией. Такие люди творчески сильны. В конечном итоге, казалось бы, внешне



Диана Арбенина займёт кресло жюри в новом сезоне «Ты супер!»

Совсем скоро на телеканале НТВ состоится долгожданная премьера нового сезона международного вокального проекта «Ты супер!». Одним из членов звездного жюри шоу станет популярная рок-исполнительница, лидер группы «Ночные снайперы» Диана Арбенина. Певица уже не раз принимала участие в телевизионных вокальных проектах и готова помочь юным

вокалистам «Ты супер!» реализовать свой талант.

– Я не жестокий человек по натуре, и мне и в голову не придет самоутверждаться на этом проекте. Согласилась на это испытание (именно испытание, потому что оценивать детей – это душевнораздирающее занятие), потому что задыхаюсь от дефицита свежих лиц на эстраде и хочу искать новых талантливых ис-

полнителей. Кстати, как раз сейчас я достраиваю студию, и может, найду самородка и помогу ему окрепнуть и встать на ноги, – сказала Диана Арбенина.

Важным отличием третьего сезона станет то, что в нем примут участие не только 21 новый конкурсант из пяти стран, но и 36 ребят из прошлых сезонов.

Фото PR НТВ



«Новобранцы» в «Склифе»



Каждый новый сезон в популярнейшем сериале «Склифосовский» на телеканале «Россия» появляются новые люди. Причем речь не о пациентах, за жизнь которых борются врачи знаменитого института скорой помощи, а о самих медиках. Одного из «новобранцев» седьмого сезона зрители уже увидели и, судя по их отзывам, тепло встретили. Это актер Гоша Куценко, который играет новичка в «Склифе» – хирурга Александра Полякова. На работу его по сюжету пригласила жена доктора Брагина Марина, не подозревая, что он открыто станет конкурировать с ее мужем. И не только в профессиональной сфере...

– Мы с Максимом Авериным – актеры одной школы, – рассказал Гоша Куценко. – И давно хотели сняться в общем проекте. Нам интересно играть персонажей, которые конкурируют. У нас после каждого дубля происходит что-то, не запланированное по сценарию.

Как нам стало известно, в сериале появится еще один новый доктор – психолог. Его сыграла Светлана Галка, которой, как оказалось, белый халат очень к лицу.

Валдис Пельш испытает звезд акулами



На Первом канале в ближайшее время в эфир выйдет документальный проект «Большой белый танец» с элементами шоу. Его ведущим стал Валдис Пельш, на участие согласились Анна Ардова, Алексей Макаров и Яна Чурикова. Все они познакомились с крупнейшим хищником океана – большой белой акулой. И не просто увидели ее в каком-нибудь океанариуме через стекло. Они совершали погружения в водах Тихого океана, постепенно знакомясь с хищником все ближе и ближе. Все участники во время погружения находились в специальных железных клетках для полной защиты и только в самом конце проекта было разрешено покинуть эти железные конструкции. Кроме артистов, в съемках приняли участие различные эксперты, а сам Валдис Пельш рассказал уникальные факты о большой белой акуле.

Станислав Дужников показал талант фотографа

Актер Станислав Дужников, известный по телефильмам «ДМБ», «Каменская», «Воронины», раскрыл еще одну грань своего таланта, на этот раз – как фотографа. На днях в Центральном доме актера состоялось открытие его первой выставки фотографий. На них изображены известные люди, настоящие эмоции которых Станислав смог поймать своим объективом.

– Для меня это очень волнительно, – говорит Дужников. – Это первый шаг пробы себя в ином направлении творчества, и конечно, мне очень важно мнение зрителей. Важен эмоциональный отклик: что понравилось, а что – нет.

«Студия СОЮЗ» выходит в новом формате



На телеканале ТНТ – премьера сезона шоу «Студия СОЮЗ».

Зрителей ждут по-новому оформленная студия – и, конечно, новые музыкальные эксперименты.

Гостям придется угадывать три разные композиции, одновременно звучащие в наушниках, определять хиты, замаскированные под речитатив, и многое другое. Конечно же, без юмора тут не обойдется.

За сценарий и ведение шоу отвечают участники команды КВН «Союз»: Максим Морозов, Александр Алымов, Кирилл Коковкин, Виктор Щетков, Айдар Гараев.



ИА «Столица» специально для «Телека»

РАССЛАБЬСЯ!

НОВОЕ ПОСЛАБЛЯЮЩЕЕ

ФИТОПИЛУЛИ

РЕМИЛАКС



- Способствует регулярному опорожнению кишечника
- Не содержит сенны, возможен длительный прием
- Растительный состав

Спрашивайте
в аптеках города.
www.fitopiluli.ru

Не дороже **199 руб.** за упаковку!*

* При заказе по телефонам: 8 (800) 250-24-26, 8 (800) 707-4-777

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Актриса Екатерина Волкова, полюбившая зрителям по роли Веры Ворониной из сериала «Воронины» (телеканал СТС), призналась, что в еде она консерватор: новое пробовать не любит и даже в ресторане вряд закажет что-то особенное, необычное, какой-то деликатес.

О постоянстве и поддержке

— Екатерина, как-то вы сказали, что хотите изменить своё питание: наладить режим... Получилось реализовать?

— Получилось себя упорядочить и немножко дисциплинировать. Раньше я позволяла себе больше огрехов в питании, а они не очень хорошо влияли и на мое самочувствие, и на мою фигуру. Я все еще продолжаю есть гамбургеры, но их в моей жизни стало значительно меньше — теперь это уже больше какое-то баловство.

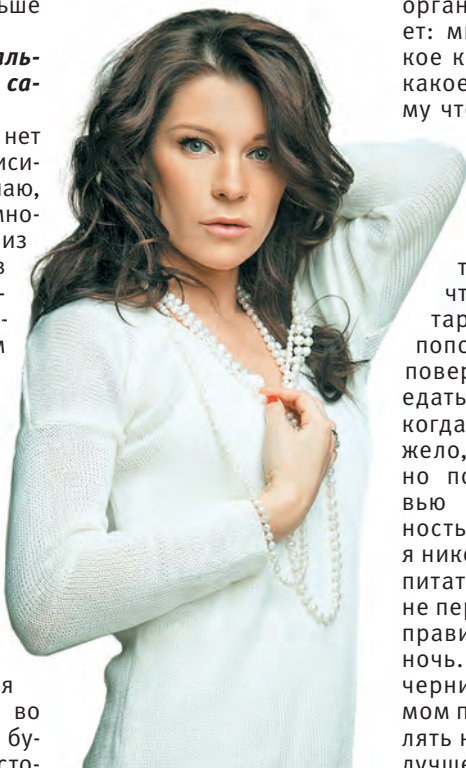
— Что на пути к идеальной фигуре считаете самым сложным?

— К счастью, у меня нет психологической зависимости от еды, хотя я знаю, что она встречается у многих. Ведь еда — один из главных источников удовольствия, она напрямую связана с настроением и хорошим самочувствием, ощущением кайфа от жизни. Поэтому я понимаю тех, кто к ней привязан... Начать сидеть на диете не сложно, а вот продержаться на ней достаточно продолжительное время — для этого нужна большая работа над собой. Ведь периодически появляются соблазны — особенно во время праздников. Ты будешь выделяться за сто-

Екатерина ВОЛКОВА:

Самая вкусная для меня — домашняя еда»

лом, подвергаться соблазнам от близких, получать критику от родственников и друзей, которые все едят что-то жирное или жареное и очень скептически относятся к твоему зеленому салату. Так что самое сложное — постоянство. А самое важное — поддержка близких и твоя собственная мотивация. Поэтому, прежде чем садиться на диету, эти моменты нужно хорошо проработать.



«Здоровье требует умеренности»

— Какой из стилей питания вы считаете идеальным для себя?

— Одно из самых важных правил — частое питание, но небольшими порциями. В нашей стране и еще в ряде стран до сих пор существует традиция переедать. А ведь наш организм этого не требует: мы не расходует такое количество калорий, какое потребляем, потому что в своем большинстве ведем малоподвижный образ жизни. Поэтому еще одно правило: сразу старайтесь разделить все, что вы положили на тарелку, как минимум пополам. Этого хватит, поверьте! Не надо наедаться до состояния, когда уже становится тяжело, это ошибка... Нужно помнить, что здоровью требуется умеренность. Конечно, голодать я никого не призываю, но питаться нужно разумно, не переедать. И еще одно правило: не наедаться на ночь. Перерыв между вечерним и утренним приемом пищи должен составлять не менее 12 часов, а лучше — 14.

ДЕТАЛИ

«Мы больше любим русскую еду»

— Какая кухня мира вам наиболее близка?

— Итальянская. Но традиционные итальянские рецепты домой привносить не спешу — потому что, как я уже сказала, не очень люблю экспериментировать на кухне. И вкусы моих близких в этом идентичны. Да, в нашем рационе есть паста, но все же мы больше любим традиционную русскую еду.

— Был ли в вашей жизни хоть один кулинарный провал?

— Такое иногда случается, когда ждешь гостей и пытаешься приготовить сразу несколько блюд. Но могу сказать, что наши гости всегда остаются довольны. Потому что залог хороших воспоминаний о вечере — не еда, а настроение. В нашем доме, к счастью, очень теплая атмосфера.

«Надо быть всегда начеку»

— А вы готовы голодать ради красивой фигуры?

— Почему бы и нет? Бывает, что появляется несколько лишних килограммов, а мне для роли надо оставаться в нужной весовой категории. И тогда мне приходится отказываться от тех или иных продуктов. Особенно сложно это делать в осенне-зимний период, потому



КСТАТИ

«В плане еды я консерватор»

— Расскажите о самом необычном блюде, которое вы когда-либо пробовали.

— В плане еды я консерватор. Я не очень люблю знакомиться с новой едой — в этом смысле я не любопытна. Мне достаточно привычных вкусов, и ничего больше я не ищу.

— А какое блюдо для вас самое вкусное?

— Самая вкусная для меня — домашняя еда. Я даже в ресторанах стараюсь выбирать именно ее. Друзья зачастую говорят: «Ну зачем ты берешь в ресторане котлету с пюре, если это блюдо всегда можно приготовить дома?» И советую заказать то, которое я дома бы готовила часов шесть и при этом перепачкала все кухню. А я хочу — домашнюю!

что я люблю мучное, сладенькое, всякие плюшечки... Это то, что меня согревает зимними вечерами. Именно в эти периоды и откладываются лишние килограммы. Поэтому надо всегда быть начеку, чтобы потом не пришлось сбрасывать лишний вес.

«Обязательно едим каши»

— Назовите любимое блюдо дочери, приготовленное вашими руками.

— Чаше всего Лиза просит сырники. Еще, как ни странно, она обожает куриный суп в моем исполнении.

— А чем он отличается от обычного?

— При приготовлении бульона я кладу туда овощи, которые обычно не добавляют, и он в итоге получается очень насыщенным и ароматным.

— Что обычно едите на завтрак?

— По-разному. Мы любим яйца — и вареные, и жареные: омлеты, глазунью, ну и самое любимое — яичницу с колбаской. Обязательно едим каши, причем любим кашу на молоке. Иногда к коровьему молоку добавляем миндальное, соевое или кокосовое.

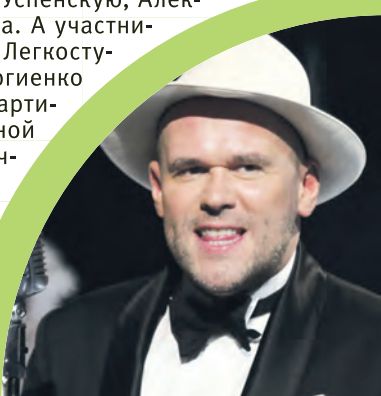
Елена СОКОЛОВА

«Три аккорда» снимают новый сезон

В одной из телевизионных студий начались съемки нового сезона музыкального проекта «Три аккорда» для Первого канала.

Ведущим шоу остался Максим Аверин, в качестве членов жюри мы увидим Вячеслава Добрынина, Любовь Успенскую, Александра Розенбаума и Александра Новикова. А участниками станут Николай Фоменко, Валентина Легкоступова, Интарс Бусулис, Стас Пьеха, Ксана Сергиенко и другие. Напомним, что по правилам шоу артистам предстоит исполнять песни в различной стилистике, не совсем свойственной их личному репертуару. Так, Юлия Савичева в одном из выпусков будет петь знаменитый хит Аллы Пугачевой «Мал-помалу», а Денису Кляверу досталась композиция Михаила Шуфутинского «Если в доме не наточены ножи».

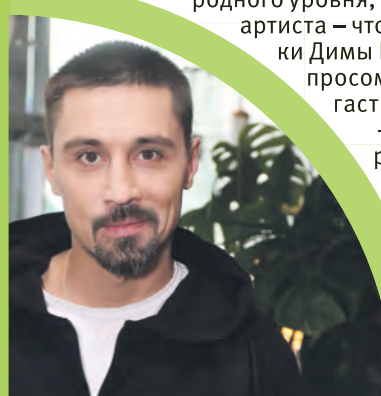
Планируется, что в эфир передача выйдет в мае.



Дима Билан покоряет планету

Грандиозное шоу «Планета Билан» первыми увидели жители Москвы и Санкт-Петербурга. Это большая концертная программа международного уровня, в которую включены откровенные рассказы артиста — что он думает о мире, о себе. Теперь поклонники Димы Билана атакуют его актуальным для них вопросом: в какие города и когда он поедет в рамках гастрольного тура?

— Я пока не могу ответить на вопрос, — говорит артист. — Но не потому, что хочу таким способом создать интригу и ажиотаж, — просто такой информации еще нет. Чуть попозже у меня будет на руках список городов с датами концертов, и я смогу эту информацию опубликовать. Моим поклонникам просто нужно набраться терпения и подождать. Мы обязательно увидимся со всеми, кто этой встречи ждет!



СУПЕРПРЕМЬЕРА
ПО ВОСКРЕСЕНЬЯМ
20:10



6+

РЕКЛАМА



4 марта начинается Масленица. А раз так, то самое время печь блины.

Напомним, у каждого дня Масленицы есть свое название и свои традиции. С ответственно, и блины каждый день можно печь разные – в зависимости от того, для кого предназначено угощение.

Где блины, или Кого ждёт

ПОНЕДЕЛЬНИК – ВСТРЕЧА

Открывает Масленицу Встреча. Утром этого дня невестка отправлялась в родительский дом, где вечером встречала свёкра со свекровью.

Ажурные блины на молоке

На 8 персон

ИНГРЕДИЕНТЫ: 400 г муки, 1 л молока, 4 яйца, 3 ст. л. растительного масла, 4 ст. л. сахара.

Калорийность (на 100 г): 170 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Яйца вбить в молоко, смешать, посолить.
- 2 Добавить небольшими порциями муку, перемешивая после каждой до гладкости.
- 3 Добавить масло, перемешать и выпекать блины на хорошо разогретой и смазанной маслом сковороде.



ВТОРНИК – ЗАИГРЫШ

Второй день Масленицы посвящён молодежи. Отцы семейств засылали сватов подходящим девушкам, чтобы успеть договориться до Великого поста. Свадьбы играли на Красную горку, после Пасхи.

Шоколадные блинчики на йогурте

На 6 персон

ИНГРЕДИЕНТЫ: 1 стакан муки, 1 стакан молока, 1 стакан натурального питьевого йогурта, 4 яйца, 2 ст. л. сахара, 1 ч. л. разрыхлителя теста, 50 г шоколада, 1 ст. л. порошка какао, растительное масло.

Калорийность (на 100 г): 217 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Растопить шоколад на водяной бане или в микроволновой печи, остудить.
- 2 Яйца взбить с сахаром, добавить растопленный шоколад, перемешать.
- 3 Вмешать в яичную смесь молоко и йогурт.
- 4 Добавить муку, смешанную с разрыхлителем, перемешать и убрать на 10 минут в холодильник.
- 5 Жарить блинчики обычным способом на растительном масле.



СРЕДА – ЛАКОМКА

В среду к теще на блины приходил зять. Хозяйка дома наблюдала, какие именно блины он предпочитает: сладкие – значит, с женой ласков, с солёной начинкой – значит, дома суров.

Блинчики с яблочным припёком

На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 1 стакан муки, 500 мл кефира, 1 яйцо, 1 ст. л. сахара, 0,5 ч. л. соды, 2 яблока, растительное масло, щепотка корицы, щепотка соли.

Калорийность (на 100 г): 208 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Приготовить тесто из кефира, муки, яиц, сахара, соды и 2 ст. л. растительного масла.
- 2 Яблоки очистить, порезать на тонкие дольки и присыпать корицей.
- 3 На хорошо разогретую и смазанную маслом сковороду вылить один половник теста.
- 4 На одну половину блина выложить в один слой дольки яблок. Второй половиной накрыть яблоки и еще раз обжарить блин с двух сторон.

РАССЛАБЬСЯ!

ФИТОПИЛЮЛИ помогут решить проблему с кишечником

Пожалуй, каждый из нас или наших близких сталкивался с проблемой опорожнения кишечника. Это чувство дискомфорта выбивает нас из нормального, привычного жизненного ритма.

Данная проблема наблюдается не только у людей пожилого возраста, но и у молодых. Причиной ее могут быть как несбалансированное питание, так и гиподинамия.

Регулярные прогулки, физические упражнения, корректировка питания, включающая клетчатку и достаточное употребление воды – все это способствует устранению проблемы опорожнения кишечника.

Если же подобные меры не помогают и проблема возвращается, стоит прибегнуть к осознанному выбору послабляющего средства так, чтобы оно при регулярном применении не влияло отрицательно на работу печени и желчного пузыря и могло применяться длительно и действовало мягко и безболезненно при борьбе с проблемами толстого кишечника.

Послабляющий препарат «Фитопилули Ремилакс» – это растительный состав, не

вызывающий дискомфорта в виде вздутия, тяжести кишечника на протяжении длительного приема. В состав препарата входят: куркума сине-зеленая, куркума длинная, галла, мурайя голая, ревень дланевидный, гуацума вязолистная. Так, куркума длинная проявляет антиоксидантное, антисептическое, действие, способствует улучшению обмена веществ. Ревень дланевидный оказывает слабительное действие и способствует препятствованию всасывания жиров в кишечнике.

Слабительное действие от приема растительного препарата «Фитопилули Ремилакс» у большинства людей проявляется в первые дни приема в дозе от 2 до 3 пилюль в день. В дальнейшем для регулярного стула необходимо применять по 1 пилюле каждый день.

Купить растительный препарат «Фитопилули Ремилакс» по доступной цене можно в аптеке или заказать в ближайшую к вам по бесплатным телефонам: 8-800-250-2426 или 8-800-707-4-777.

Спрашивайте в аптеках города. www.fitopiluli.ru

ФИТОПИЛЮЛИ

РЕМИЛАКС



Не дороже 199 руб. за упаковку!*

- Способствует регулярному опорожнению кишечника
- Не содержит сенны, возможен длительный прием
- Растительный состав

* При заказе по телефонам: 8 (800) 250-24-26, 8 (800) 707-4-777

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ТУТ И МЫ тёща в гостях



ЧЕТВЕРГ – РАЗГУЛЯЙ

Разгуляй – начало Широкой Масленицы. И блины были праздничные.

Пышные блины на дрожжах

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 202 кКал.
ИНГРЕДИЕНТЫ: 200 г муки, 350 мл молока, 2 яйца, 1 ч. л. сухих дрожжей, 35 г сливочного масла, 1 ст. л. сахара, щепотка соли.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Дрожжи развести с чайной ложкой сахара в половине стакана теплого (35-40 градусов) молока и оставить на 15 минут.

2 Подошедшую дрожжевую смесь влить в 100 г муки, добавить 150 мл молока, смешать до однородности, накрыть полотенцем или затянуть пленкой и поставить в теплое место на 40 минут.

3 Отделить желтки от белков, желтки растереть до беда с оставшимся сахаром. Масло растопить и слегка остудить. В поднявшуюся опару влить масло и оставшееся молоко, добавить растерые желтки и муку, тщательно вымесить и дать еще раз подойти в теплом месте (около часа).

4 Белки взбить со щепоткой соли до мягких пиков и добавить в подошедшее тесто частями, перемешивая аккуратно снизу-вверх. Жарить блинчики на смазанной маслом сковороде.



ПЯТНИЦА – ТЁЩИНЫ ВЕЧЕРИ

В пятницу тёща шла с ответным визитом к зятю, тоже на блины. Блины для гостей и мужа пекла её дочь.

Гречневые блинчики с орехами

На 6 персон
ИНГРЕДИЕНТЫ: 1 стакан пшеничной муки, 1 стакан гречневой муки, 3 яйца, 600 мл молока, 80 г сахара, 30 г сливочного масла, 50 мл растительного масла, 200 г грецких орехов, щепотка соли.

Калорийность (на 100 г): 198 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Орехи измельчить.

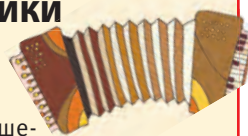
2 Оба вида муки просеять в одну миску, добавить сахар и соль.

3 Яйца слегка взбить, влить 400 мл молока, перемешать.

4 Влить яично-молочную массу в муку, тщательно перемешать, влить теплое растопленное сливочное масло, еще раз перемешать.

5 Оставшееся молоко довести до кипения и влить в тесто, которое сразу же тщательно перемешать, влить растительное масло и еще раз перемешать.

6 Жарить блинчики, посыпая каждый орехами.



СУББОТА – ЗОЛОВКИНЫ ПОСИДЕЛКИ

В масленичную субботу молодые невестки приглашали в гости золовок и своих подруг. Если золовка была незамужняя, то и подруги приглашались такие же. А если замужняя – собиралась компания семейных женщин.

Розовые блины

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 152 кКал.

ИНГРЕДИЕНТЫ: 2 стакана муки, 2 яйца, 3 ст. л. сахара, 1 стакан грейпфрутового сока, 40 мл свекольного сока, растительное масло, щепотка соли.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Взбить яйцо с сахаром и солью, добавить 1,2 стакана воды, муку, размешать. Добавить грейпфрутовый и свекольный соки, еще раз размешать до однородности.

2 В готовое тесто влить 3 ст. л. растительного масла, перемешать и оставить на 20-30 минут. Жарить блинчики обычным способом.



ПРОВОДЫ МАСЛЕНИЦЫ. ПРОЩЁНОЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ

Весело и дружно, с песнями и гуляниями проводжали Масленицу. И просили друг у друга прощения за обиды прошлого года.

Пышные блинчики на меду

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 193 кКал.

ИНГРЕДИЕНТЫ: 300 г муки, 300 мл молока, 1 яйцо, 1 ст. л. растительного масла, 30 г меда, 0,5 ч. л. корицы, 1 ч. л. разрыхлителя теста, щепотка соли.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Яйцо растереть с медом, добавить молоко и растительное масло, хорошо взбить.

2 Всыпать просеянную муку с разрыхлителем, корицу и тщательно перемешать, чтобы не осталось комочков; тесто должно получиться довольно густым.

3 Выпекать небольшие блинчики обычным способом.



Светлана ИВАНОВА

СБЕРЕЖЕНИЯ ЗАСТРАХОВАНЫ

+13,95%
Годовых



- ежемесячные выплаты
- надзор осуществляет ЦБ РФ
- состоит в СРО

**ДАРИМ
ПОДАРКИ***



www.vkladfond.ru

ТЕЛ. 8 (800) 500-84-93

Реклама. Кредитный Потребительский Кооператив «Деловой Центр Финанс», ОГРН 1187627011373, №148 от 09.06.2018 в реестре СРО «Центральное Кредитное Объединение». Предложение действительно только для членов КПК. Ответственность застрахована в НКО «Межрегиональное потребительское общество взаимного страхования». Денежные средства привлекаются на основании договора передачи личных сбережений на срок от 3 месяцев от 10 тыс. руб. физ. лиц. *Подробную информацию об организаторе акции, о правилах их проведения, количестве призов, сроках, месте и порядке их получения можно узнать по телефону: 8 (800) 500-84-93.

ЖИЗНЬ В ПАНСИОНАТЕ

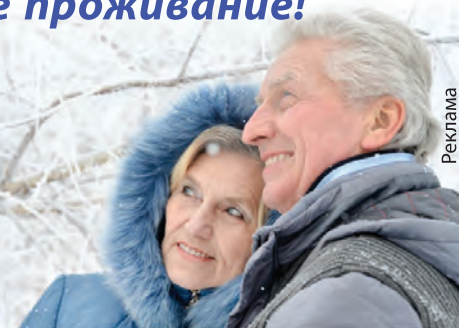
Переезжайте в пансионат для пожилых людей на постоянное проживание!

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

ООО «Полное доверие» ОГРН 1157746545483

Только для жителей
Москвы и области!

Тел. (495) 120-10-03



Реклама

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Казалось бы, нет ничего проще: взял семена и посадил. Но многолетний опыт показывает, что подобная поспешность порой приводит к полному провалу.

И всходов мало, и растения хилые, и урожай тоже не такой, как ожидалось. Чтобы избежать неприятных сюрпризов, стоит потратить время на подготовку семян к посадке.

Зачем нужна подготовка

Благодаря предварительной подготовке вы добьетесь определенных целей, которые значительно упростят вам жизнь. Итак, в результате вы:

- сможете удалить нежизнеспособные семена,
- повысите всхожесть семян,
- ускорите прорастание,
- уничтожите болезни и инфекции, притаившиеся на поверхности посадочного материала,
- обезопасите ваши семена перед помещением их в почву,
- повысите иммунитет и ускорите развитие растения.

Покупаем семена

Сегодня в магазинах очень большой выбор семян на любой кошелек и фантазию. Покупая семена, обращайте внимание на следующие факторы:

1 Срок годности. У всех семян он разный. Есть растения, семена которых не теряют всхожести в течение 8 лет. А есть и такие, что всходят лишь на следующий год.

2 Сроки созревания. Для средней полосы России лучше всего подходят ранние и среднеранние сорта. Они успевают за наше недлинное лето вырасти и созреть. В соответствии с этим можно определить, что на юге можно рассчитывать и на поздние сорта, а на севере – на самые ранние.

3 Условия выращивания. Если на пакетике написано, что сорт подходит для выращивания в теплице, то и выращивайте его в закрытом грунте.

4 Подготовленные/неподготовленные семена.

Заботливые производители берут на себя подготовку семян к посадке. Одевают их в питательную оболочку, расклеивают на ленту и др. Такие семена стоят дороже. Но вам их уже не придется замачивать, проводить закаливание и так далее.

5 ГОСТ. Этот значок по-прежнему дает некоторую гарантию качества продукции, обращайтесь внимание на его присутствие на упаковке.

Если же у вас свои или соседские семена, тогда приступаем к их подготовке!

Начинаем с калибровки

Это первое, что необходимо сделать при отборе семян для посадки. На 1 л воды насыпаем 50 г соли, размешиваем, выжидаем 3 минуты и засыпаем семена. Все пустые и нежизнеспособные окажутся наверху. Семечки, подходящие для посадки, упадут на дно. Их промываем и сушим.

Закаливаем

Если вы выращиваете растения только в теплице, можете не читать этот пункт. Он для тех, кто растит урожай под открытым небом. Чтобы непогода не унесла с собой все ваши труды, семена стоит подвергнуть закаливанию. Примерно за неделю до посадки семена заворачиваем во влажную тряпицу, кладем в контейнер и ставим в холодильник. Выращенные из них растения отлично справляются с перепадами температур.

Семена, к посадке будьте готовы!

Глоток кислорода

Этот способ подготовки подходит абсолютно всем растениям. Для этого покупают обыкновенный аквариумный компрессор, помещают его на дно банки с узким горлышком, заливают водой, погружают семена и включают прибор. Так они насыщаются кислородом, приобретают небываемый иммунитет и способность быстро прорасти и развиваться.

Дезинфицируем

Хорошие покупные семена не надо дезинфицировать, это уже сделал производитель. Собственно ручные собранные – обязательно. Самый простой и действенный способ – это опустить семена в раствор марганцовки примерно минут на тридцать. Затем промыть.

Совет бывалого дачника

Томаты, перцы и огурцы очень хорошо отзываются, если их сначала 30 минут замачивать в марганцовке, затем 30 минут промывать в воде, а затем на сутки поместить в солевой раствор. Томаты, баклажаны и перцы можно также замачивать в марганцовке, добавив туда же медный купорос и борную кислоту в минимальном количестве.



Горячий душ для косточек

Не только косточки, но и другие достаточно крупные семена можно продезинфицировать при помощи горячей воды, градусов 50, на 40-60 минут. Но учтите, что после такой обработки выживут только самые сильные! Поэтому сразу подготовьте побольше семян.

ВАЖНО! Термообработку точно не переживут томаты, капуста, морковь и редиска.



Все эти нехитрые меры предосторожности помогут вам вырастить небывалый урожай!

ПОМОЩЬ В ВОЗВРАТЕ ПОТЕРЯННЫХ ВКЛАДОВ И ВЛОЖЕНИЙ:

- ✓ С КРЕДИТНЫХ КООПЕРАТИВОВ
- ✓ ЛОПНУВШИХ БАНКОВ
- ✓ МИКРОФИНАНСОВЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ

БЕСПЛАТНО ПРИ ПРЕДЪЯВЛЕНИИ ПЕНСИОННОГО УДОСТОВЕРЕНИЯ!

Запись по телефону
8-495-726-50-03

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

Как на Масленной неделе в потолок блины летели

Масленица на Руси всегда была особым праздником, и отмечали его, как говорили в старину, с любовью: весело, разгульно, честно, широко.

1. Праздник продолжался неделю перед Великим постом, и каждый день имел название. В четверг праздновали Широкою Масленицу, разгул. А какой день недели называли Тёщиными вечерами?

- а) Среду.
- б) Пятницу.
- в) Субботу.

2. Согласно старинной примете, чем больше блинов съедено на Масленной неделе, тем удачливее и «денежнее» станет год. Поэтому блины пекли повсеместно и много. А почему до сих пор употребляют слово «печь», а не «жарить»?

- а) В русской печи блины можно было только печь.



б) При жарке образовывался румяный припек.
в) Слово «жарить» означало «летний зной», а все, что связано с огнем, запекалось.
3. Блины и их разновидности встречаются

в разных странах. Как называют главный символ нашей Масленной недели во Франции?
а) Крепы.
б) Пфанкухен.
в) Креспелле.

ОТВЕТЫ

1-б. В среднюю Масленицу Тёщиными вечерами называли пятницу. 2-а. В русской печи блины можно было только печь. 3-в. Креспелле.

ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ ДАЧНИКА НА МАРТ

1 марта	выкладываем картофель для яровизации, занимаемся санитарной обрезкой в саду.
2 марта	сажаем на рассаду корневую сельдерей, корневую петрушку и редис.
3 марта	поливаем все, что уже проросло, и рыхлим почву после полива.
4 марта	боремся с вредителями путем опрыскивания.
5 марта	подсыпаем в горшки и емкости с рассадой питательный грунт, сажаем на рассаду лук-порей, томаты, перец и шпинат.
6 марта	с растениями не работаем.
7 марта	в зимней теплице и на подоконнике высеем быстрорастущую зелень. Поливаем и подкармливаем все посадки.
8 марта	если позволяет погода, пересаживаем деревья и кустарники.
9 марта	выкладываем картофель для яровизации и проращивания.
10 марта	окуриваем, опрыскиваем, поливаем, боремся с вредителями и болезнями.
11 марта	подготавливаем место для будущих посадок.
12 марта	полем, мульчируем, проводим санитарную обрезку.
13 марта	с растениями не работаем.
14 марта	растения не поливаем, чтобы не спровоцировать грибковые заболевания, готовим к посадке семена.
15 марта	перебираем овощи в хранилище, удаляем пораженные плесенью и гнилью.
16 марта	перебираем лук и чеснок, рыхлим землю в контейнерах, ящиках и горшках с растениями.
17 марта	сеем редис, салат, петрушку, укроп, рукколу и пекинскую капусту.

18 марта	сеем зелень на еду в теплице и на подоконнике.
19 марта	достаем, перебираем и подготавливаем к посадке клубни и луковицы георгинов и гладиолусов.
20 марта	вносим подкормку и поливаем посадки.
21 марта	пересаживаем и пикируем рассаду.
22 марта	проверяем наличие и состояние садового инвентаря, укрывного материала, запасаемся семенами.
23 марта	сажаем мелкие корнеплоды.
24 марта	боремся с вредителями ягодных кустарников, поливаем смородину горячей водой, убираем сухие ветки и пораженные клещом почки.
25 марта	если погода позволяет, сажаем свеклу, морковь, корневую петрушку и пастернак.
26 марта	проводим санитарную обрезку в саду и замазываем садовым варом трещины в коре и морозобоины.
27 марта	боремся с вредителями.
28 марта	вносим минеральные удобрения и подкормки.
29 марта	собираем органические остатки для закладки в компост, прореживаем всходы.
30 марта	поливаем, рыхлим, подкармливаем.
31 марта	закупаем семена, пропалываем всходы, вносим органические подкормки.

Фазы Луны:

с 1 по 5 марта – убывающая Луна,
6 марта – новолуние, с 7 по 20 марта –
растущая Луна, 21 марта – полнолуние,
с 22 по 31 марта – убывающая Луна.

Луковый настой –
мёд для растений

Как мёд полезен для здоровья человека, так и луковая шелуха полезна для здоровья растений. Использовать её можно по-разному. А пока дачный сезон ещё не начался, можно запастись этим абсолютно бесплатным средством.

1 Собираем шелуху, сушим и при пересадке томатов и перца в каждую лунку кладем на самое донышко. Сверху – горсть перегноя, все перемешиваем и высаживаем саженец с комом земли. Луковая шелуха поможет избавиться от болезней.



2 Луковая шелуха подходит для многолетнего использования. После приготовления настоя или отвара отожмите шелуху и используйте в качестве органического удобрения. Она не только стимулирует плодородие, но и является отличным антисептиком. Можно использованную шелуху добавить и в компост.

3 Колорадские жуки не выносят запах лука, по периметру картофельной плантации закопайте шелуху, все вредители разбегутся.

4 Вместо ядохимикатов для избавления от навязчивого паутинного клеща можно применять настой из луковой шелухи. 10 г луковой шелухи заливают 3 л теплой воды и настаивают 5 дней в темном месте. Затем поливают и опрыскивают пораженные растения. Это средство абсолютно не токсично, поэтому повторять процедуру можно так часто, как потребуется. Есть плоды и ягоды с растения тоже можно сразу.

5 Собирайте как можно больше шелухи, залейте ведром воды и поставьте это ведро в теплицу. Иногда можно веником побрызгать на посадки. Увидите, как всякая насекомая братия будет дружно вашу теплицу избегать.

Валерия ПАШЕЧКИНА

Авторы фото: sehlisuravkin, Diana Talun/Shutterstock.com



ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

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

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

Что ж, мечты сбываются! Не «буржуйкой», а целой русской печью сегодня может обзавестись каждый, при этом 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 теплоносные характеристики кирпича русской печи и современные технологии, сделавшие его компактным и экономным.

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 достаём 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 своё собственное, и интенсивно его поглощает. За счет этого в организме активизируется микроциркуляция крови, ускоряется метаболизм, улучшается самочувствие, исчезает усталость. Природный источник длинноволновых инфракрасных лучей – это солнце, а бытовой – русская печь, излучающая тепло, комфортное для организма. Обогреватели «ТеплЭко» используют естественные свойства кварцевого песка накапливать тепло, а затем долгое время отдавать его в длинноволновом инфракрасном диапазоне по принципу горячего кирпича. В отличие от всех дру-

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

САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ
И НАДЕЖНЫЙ

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

Завод «ТеплЭко» является единственным в России производителем подобных энергосберегающих обогревателей из кварцевого песка высокой степени очистки. Купить обогреватель вы можете в нашем фирменном магазине или заказать доставку по телефону. А для установки обогревателя

АКЦИЯ!
ВСЕГО 3998
2400
РУБЛЕЙ



Все гениальное
просто – КПД 98%.
А. Вассерман

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.

• ЭКОНОМИЧНЫЙ

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

• БОЛЬШОЙ СРОК СЛУЖБЫ

Срок эксплуатации не ограничен. Гарантия 5 лет.

• БЕЗОПАСНЫЙ

100% пожаробезопасность.

• КОМФОРТНЫЙ

Не сушит воздух, не сжигает кислород.

• ПРОСТОЙ В УСТАНОВКЕ

Справится любой хозяин дома.

• ЭКОЛОГИЧНЫЙ

Продукция соответствует самым высоким санитарным требованиям.

• ПОЛЕЗНЫЙ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

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

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



ПОДТВЕРЖДЕННОЕ ЕВРОПЕЙСКОЕ КАЧЕСТВО



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

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

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

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

СДЕЛАНО В
РОССИИ

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

Васкулит – безобидное отклонение нормы или страшное заболевание сосудов, требующее немедленного лечения?

Как развивается недуг и в каком случае нужно срочно идти к врачу, рассказывает доцент кафедры госпитальной терапии Рязанского государственного медицинского университета, кандидат медицинских наук, врач высшей категории Сергей ФИЛОНЕНКО.



Как распознать коварную болезнь?

– Сергей Павлович, так что же это за болезнь – васкулит?

– Васкулиты – группа болезней, которые вызывают воспаление как крупных, так и мелких сосудов в организме человека. Различают системные васкулиты как самостоятельные заболевания и васкулиты как проявления каких-то других болезней, например, системной красной волчанки или инфекционного эндокардита.

Системные васкулиты насчитывают около десятка заболеваний, наиболее частым из которых является геморрагический васкулит. У пожилых людей, в возрасте около 60 лет, чаще всего встречается височный васкулит или гигантоклеточный артериит.

– Как распознать болезнь? Как проявляется себя недуг и в каких случаях нужно срочно обращаться к врачу?

– Если вы заметили на голенях мелкоочаговые кровянистого цвета высыпания, которые возвышаются над поверхностью

Когда сосуды ПОРАЖЕНЫ, или Чем опасны васкулиты

Кстати

Какая нужна профилактика?

– Как можно уберечься от этого недуга?

– В принципе, как и от любого другого – вести здоровый образ жизни! Профилактики как таковой не существует.

Делайте прививки от гриппа. Так вы не только не заболеете, но и будете уверены в том, что грипп не станет провокатором геморрагического васкулита. Не лишними будут и прививки от других инфекций, например, от пневмококковой инфекции. Это не прямо связано с геморрагическим васкулитом, а связано с общим здоровьем и профилактикой инфекционных заболеваний, которые как раз и могут спровоцировать его появление. Запомните, что здоровый образ жизни – панацея от всех бед!



кожи и часто сопровождаются жжением, знайте, что это один из признаков геморрагического васкулита. Причем в вертикальном положении боли становятся более яркими, чем в горизонтальном. Кроме кожных проявлений возможны суставные – воспаления близлежащих суставов, например, коленного и голеностопного.

В животе могут также возникать диффузные боли, которые усиливаются после приема пищи, возможны даже кишечные кровотечения. Почечные проявления также характерны для данного забо-

левания, возможно развитие аутоиммунного воспаления почек. Все это связано с иммунокомплексной патологией. При этом заболевании характерно образование иммуноглобулина А-содержащих иммунных комплексов, поражающих мелкие сосуды: артериолы, венулы, капилляры.

Височному артерииту свойственны появление новых головных болей, а также уплотнения и болезненность при пальпации височных артерий.

Если вы обнаружите у себя один из вышеупомянутых симптомов, то вам

стоит записаться на прием к врачу. Как правило, участковый терапевт направляет такого пациента к ревматологу.

– Чем опасен васкулит?

– Самое неприятное, что может остаться после кожной формы геморрагического васкулита, – точечная гиперпигментация, то есть косметический дефект. А вот действительно опасны желудочно-кишечные кровотечения, поражения почек с развитием почечной недостаточности. Но они возникают в редких случаях, в основном при отсутствии лечения.

Что касается височного васкулита, то его главная опасность – развитие слепоты.

Откуда берётся болезнь?

– Так почему же возникает эта болезнь?

– Сложно сказать. Мы знаем только провоцирующие факторы и отчасти патогенез, а причины могут быть самыми разнообразными. Так, геморрагический васкулит часто возникает после каких-то перенесенных инфекций. Думаю, и

наследственность тоже играет какую-то роль. Провоцируют появление этого заболевания также заболевания женских половых органов, переохлаждение, избыточные нагрузки, прием каких-то медикаментов. Причин может быть много, но часто мы не обнаруживаем видимых.

Тут важно решить, что это – самостоятельное заболевание или проявление более серьезного недуга, поскольку тогда лечение будет другим. И это определяет специалист. Поэтому так важно вовремя прийти к врачу, если вы хотите, чтобы васкулит был побежден!

Можно ли вылечить васкулит?

– Васкулит можно вылечить?

– У части больных – да, у некоторых заболевание рецидивирует, у других – приобретает хронический характер. Сегодня, когда речь идет о кожной или кожно-суставной форме геморрагического васкулита, у нас есть прекрасные методы лечения этого заболевания. Я не имею в виду абдоминальную и почечную форму, где лечение происходит при помощи больших доз глюкокортикоидов. Это дело врачей стационара, а вот кожную форму можно лечить амбулаторно или на дневном стационаре в поликлинике.

– А лечение пожизненное?

– Думаю, здесь лучше всего работает персонализированный подход. Кому-то достаточно пролечиться, клинические проявления исчезнут, ворота болезни не будет. А у кого-то будет все по-другому, после отмены препаратов болезнь вернется, и мы продолжим лечение.

Наталья КИСЕЛЁВА

Автор фото: Rusie/Shutterstock.com и открытые интернет-источники

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»,
«Тверская», «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-во об аккредитации Центра оздоровительного
питания №4.77.004-03 Российской программы «Здоровое питание – здоровье нации».

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 надежно защищены и окружены заботой

8(495) 928-98-10

Пожизненная рента выплачивается инвестором согласованным с рентополучателем.

БЕСПЛАТНАЯ ПОМОЩЬ ПЕНСИОНЕРАМ:

КОНСУЛЬТАЦИИ, ПОДГОТОВКА ЗАЯВЛЕНИЙ И ЖАЛОБ

ПЕНСИОННЫЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ

НАСЛЕДСТВЕННОЕ, ЗЕМЕЛЬНОЕ, ЖИЛИЩНОЕ ПРАВО

8-495-728-57-01

Если у вас есть четвероногий друг, с которым нужно регулярно гулять, вам крупно повезло!

Потому что две прогулки в день с собакой вполне могут заменить спортзал и привести вашу фигуру в порядок всего за несколько месяцев.

Начнём с разминки

Если ваш стиль прогулки – выйти на площадку для выгула собак, отпустить питомца с поводка и стоя на одном месте ждать, пока он побежит, – о похуждении можно забыть. Мы же призываем вас потратить это время с пользой для себя и питомца.

Не стоит сразу же от подъезда начинать активно двигаться. Пока собака выполняет необходимые процедуры, у вас есть время размяться и подготовиться к прогулке. Для этого можно выполнить несложные упражнения: покачать головой из стороны в сторону, поворачивать ею, выполнить махи руками и наклоны корпуса, походить, высоко поднимая колени. Важно, чтобы вы почувствовали, что вам стало теплее, – значит, мышцы достаточно разогрелись.

Одежда для прогулок с собакой не должна сковывать движения, при этом ткань лучше выбирать дышащую, чтобы отводить от тела лишнюю влагу. Но одновременно непродуваемую, чтобы весенний ветерок не стал причиной простуды.

КСТАТИ



Хвостатый фитнес

Ходьба – по правилам

Выберите для прогулки не ближайший парк, а тот, до которого нужно идти минут 15-20. Держа собаку на поводке, начинайте идти в нужную сторону, постепенно наращивая темп. Не забывайте следить за дыханием. Если ваша физическая подготовка пока оставляет желать лучшего, старайтесь держать такой темп: два-три шага – вдох носом, два-три шага – выдох ртом. Постепенно нужно приучить себя делать вдох и выдох на четыре-пять шагов, а затем перейти на такую систему: пять шагов – вдох, пять шагов – задержка дыхания, пять шагов – выдох. Это позволит кислороду активнее усваиваться и ускорит обмен веществ.

Еще одна важная деталь при ходьбе – движения руками. Чем сильнее вы ими размахиваете, тем лучше работают мышцы-стабилизаторы в вашем теле. А это еще больше ускоряет похудение. Чтобы освободить руки, поводок можно прицепить к поясу на талии.

КСТАТИ

Собака со «встроенными часами»

Любой четвероногий питомец прислушивается к своим биологическим часам. А они, как известно, срабатывают приблизительно в одно и то же время. Это значит, что вам придется подстраивать под них свой режим дня. Скажете, плохо? Совсем наоборот! Ваш организм привыкнет к нагрузкам по расписанию уже через две недели и войдет в необходимый «похудательный» ритм.

Парк для развлечений

Добрались до парка? Замечательно! И вы, и ваш питомец уже достаточно разогреты, чтобы вдоволь наиграться в подвижные игры. Выбирайте на свой вкус.

- 1 Фрисби.** Кидание яркой летающей тарелки помогает тренировать дельтовидную и трапециевидную мышцы спины, а также трицепс. Поэтому важно кидать игрушку попеременно разными руками.
- 2 Апортровка.** Наклониться за игрушкой или палочкой, размахнуться и бросить ее – отличная нагрузка для тренировки выносливости, вестибулярного аппарата и развития широчайших и трапециевидных мышц спины.
- 3 Для самых подготовленных – догонялки.** Собаки обожают бегать наперегонки с хозяином! Так почему бы не побегать с питомцем? По окончании прогулки не забудьте поблагодарить собаку за чудесно проведенное время.

Татьяна МИХАЛЁВА

Псориаз? Лечение без стероидов и гормонов

Лома Люкс Псориасис – линейка натуральных средств для комплексного лечения псориаза

Лекарство **Лома Люкс Псориасис** для приема внутрь – содержит микроэлементы минералов, дающих лечебные свойства грязевым ваннам Мертвого моря. Мягко избавит от зуда, бляшек, шелушения и бессонницы, надолго сохраняя достигнутый результат. Принимать внутрь, всего 1 раз в день, утром натощак.

Реклама. Рег. П. №015963/01

Дополнительно **паста (мазь)** и **шампунь-кондиционер** **Лома Люкс Псориасис** на основе каменноугольной смолы и тщательно подобранных растительных компонентов помогут восстановить внешний вид кожи, уменьшая воспаление, зуд, шелушение и нарастание чешуек.

8-800-700-88-88

www.gritonika.ru

Телефон для справок: (495) 645-68-80

Отпускается в аптеках без рецепта

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

НОРДИ-ПАЛКИ Скандинавские палки

ПОДАРИ ЗДОРОВЬЕ СЕБЕ И БЛИЗКИМ!

Скандинавские палки от 850 рублей

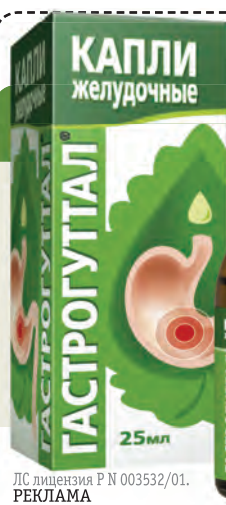
- ✓ Палки из Европы
- ✓ Гарантия 2 года, доставка по РФ
- ✓ Подарочный комплект со скидкой 3000 **1990 руб.**

Закажи до конца недели и получи 2 подарка по промокоду «Телек»*

8 (495) 740-60-52

м. «Проспект Мира», ул. Щепкина, д. 58с3, 1 подъезд, офис 206

*Подробности об организаторе акции, о правилах и сроках ее проведения уточняйте по телефону ИП Харибин Михаил Александрович, ОГРН 311774633201170, юр. адрес: 127221 г. Москва, пр. Шокальского, д. 13, корп. 1. Реклама



Проблемы с желудком или кишечником? Лечитесь травами!

ГАСТРОГУТТАЛ® Для чувствительных желудков

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

создали **Гастрогуттал**® – препарат на основе **мяты, валерианы, полыни, красавки**. Он рекомендуется в качестве средства для лечения различных расстройств желудочно-кишечного тракта, таких как **спазмы, вздутие, тошнота, тяжесть**. Также препарат

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

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

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ!

www.gastroguttal.ru

Звоните по тел.: 8 (495) 450-15-24

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

ЛС лицензия Р N 003532/01. РЕКЛАМА

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Мало кто помнит сегодня модную в 70-е «лапшу». Эти трикотажные облегающие водолазки в тонкий рубчик были в своё время чрезвычайно популярны у женщин всех возрастов.

Сегодня «лапша» вернулась на модные подиумы. Мало того, что советские водолазки доросли до размеров платья – ряд кутюрье такое платье считают чуть ли не самым модным платьем сезона. Несмотря на поразительное сходство, сегодняшние водолазки отличаются от той «лапши» 70-х. И в первую очередь – качественно. Современный трикотаж не вытягивается после первой носки, а также хорошо держит форму. Именно поэтому платье-«лапша» становится все более популярным. Ведь такое платье мягко облекает фигуру, красиво обрисовывая все ее формы, и, что особенно ценно, при этом не теряет своей. Платье-водолазку можно смело надевать в офис и не бояться, что к вечеру на локтях вздуются пузыри и от долгого сидения пострадает вид сзади. При этом ваш образ будет одновременно и строгим, и женственным.

ВАЖНО!

Делая выбор, внимательно изучите состав материала, из которого изготовлено платье. Чистая шерсть в этом случае – не лучший выбор. Добавление лайкры, эластана, акрила и других искусственных материалов сделает ваше платье более носким, оно будет лучше держать форму, не будет мяться и обвисать.

Мода сезона: платье-водолазка

Форма

Платье-водолазка имеет ту же форму, что и собственно водолазка, – высокий узкий воротник, охватывающий шею, и длинный рукав. А вот длина такого платья зависит от выбора его обладательницы и может быть от мини до макси. Идеальная длина для офиса и посещения присутственных мест – чуть ниже колена. Для вечерних выходов можно выбрать длину от миди до макси в пол. Мини-платье, надетое с узкими брючками или джинсами-скинни, вполне может стать отличным выбором для встреч с друзьями, прогулок, шопинга и т.д.

Цвет

Самые актуальные цвета платья-водолазки, как ни странно, темные: мокрый асфальт, бордо, темно-синий, темно-зеленый, шоколадный. Конечно, в особенной моде черный.

Черное платье-водолазка в пол создаст удивительно женственный и элегантный образ, безупречный для вечернего выхода. В качестве аксессуаров для такого платья можно использовать бусы, кольцо, красивый шейный платок или легкий шарфик, длинные серьги, браслеты, широкий пояс или тонкий ремешок.



Дружба согревает душу, платье – тело, а солнце и печка – воздух.

Козьма Прутков

КСТАТИ

Платье-водолазка, наглухо закрывающее тело, может выглядеть слишком аскетично, буквально монашески. Чтобы избежать такого эффекта, можно выбрать платье с разрезами по бокам или сзади.

– Вы за три часа примерили семнадцать платьев!
– Учитывая их цену, для меня это единственный способ их поносить.



Внимание, опасность!

Но! К сожалению, платье-водолазка подойдет не каждой. Дело в том, что, подчеркивая формы, это платье подчеркивает абсолютно все формы – даже те, которые вы подчеркивать не хотели бы. Например, ненавистный вам животик будет обрисован особенно отчетливо. Вообще-то безупречную фигуру для платья-водолазки иметь необязательно, но, например, корпулентным дамам этот наряд противопоказан категорически. Впрочем, корректирующее белье вполне может помочь обойти этот запрет. Тем, кто не уверен в правильности своих форм, следует выбирать платье-водолазку с небольшим облеганием, лишь слегка подчеркивающим формы. Платье же «в обличку» могут позволить себе только стройняшки – правда, любого роста.

Светлана ИВАНОВА

Коллекция православных святынь



СЕРИЯ «ПРАВОСЛАВНЫЕ СВЯТЫЕ И ПРАЗДНИКИ»:

№	НАЗВАНИЕ	ЦЕНА*
25(1)	Рождество Пресвятой Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии	50 руб.
26(2)	Воздвижение Честного и Животворящего Креста Господня	50 руб.
27(3)	Святитель Тихон, патриарх Московский и всея Руси	50 руб.
28(4)	Святой апостол Фома	50 руб.
29(5)	Святые бессребреники и чудотворцы Косма и Дамиан Асийские	50 руб.
30(6)	Собор Архистратига Михаила и прочих Небесных Сил Бесплотных	50 руб.
31(7)	Введение во храм Пресвятой Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии	50 руб.
32(8)	Святой преподобный Савва Сторожевский (Звенигородский)	50 руб.
33(9)	Рождество Господа Бога и Спаса нашего Иисуса Христа	50 руб.
34(10)	Святое Богоявление. Крещение Господа Бога и Спаса нашего Иисуса Христа	50 руб.
35(11)	Святая блаженная Ксения Петербургская	50 руб.
36(12)	Сретение Господа Бога и Спаса нашего Иисуса Христа	50 руб.

№	НАЗВАНИЕ	ЦЕНА*
37(13)	Святой преподобный Герасим Иорданский	50 руб.
38(14)	40 мучеников, в Севастином озере мучившихся	50 руб.
39(15)	Благовещение Пресвятой Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии	50 руб.
40(16)	Вход Господень в Иерусалим	50 руб.
41(17)	Светлое Христово Воскресение. Пасха	50 руб.
42(18)	Святые равноапостольные Мефодий и Кирилл, учителя Словенские	50 руб.
43(19)	Вознесение Господа Бога и Спаса нашего Иисуса Христа	50 руб.
44(20)	День Святой Троицы. Пятидесятница	50 руб.
45(21)	Святые славные и всехвалыные первоверховные апостолы Петр и Павел	50 руб.
46(22)	Икона Божией Матери «Боголюбская»	50 руб.
47(23)	Преображение Господа Бога и Спаса нашего Иисуса Христа	50 руб.
48(24)	Успение Пресвятой Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии	50 руб.

СЕРИЯ «РУССКИЕ СВЯТЫЕ»:

№	НАЗВАНИЕ	ЦЕНА*
49(1)	Матрона Московская	50 руб.
50(2)	Равноапостольная Ольга	50 руб.
51(3)	Равноапостольный князь Владимир	50 руб.
52(4)	Преподобная Ефросиния Полоцкая	50 руб.
53(5)	Страстотерпцы Борис и Глеб	50 руб.
54(6)	Святитель Алексей, митрополит Московский	50 руб.
55(7)	Блаженный князь Даниил Московский	50 руб.
56(8)	Преподобные Нил Сорский и Иосиф Волоцкий	50 руб.
57(9)	Преподобные Кирилл и Ферапонт Белозерские	50 руб.
58(10)	Святитель Макарий, митрополит Московский	50 руб.
59(11)	Василий Блаженный	50 руб.
60(12)	Святитель Филипп, митрополит Московский	50 руб.

№	НАЗВАНИЕ	ЦЕНА*
61(13)	Святитель Митрофан Воронежский	50 руб.
62(14)	Святитель Ермоген, Патриарх Московский	50 руб.
63(15)	Иоанн Шанхайский	50 руб.
64(16)	Иоасаф Белгородский	50 руб.
65(17)	Феофан Затворник	50 руб.
66(18)	Иоанн Кронштадтский	50 руб.
67(19)	Амвросий Оптинский	50 руб.
68(20)	Святитель Инокентий Московский	50 руб.
69(21)	Игнатий Брянчанинов	50 руб.
70(22)	Серафим Вырицкий	50 руб.
71(23)	Священномученик Серафим Чичагов	50 руб.
72(24)	Елизавета Федоровна Романова	50 руб.

В каждом номере коллекции вложение – ИКОНА (65x80 мм). Все иконы ОСВЯЩЕНЫ.

Одобрено Синодальным информационным отделом Русской Православной Церкви

Заказать номера коллекции «ПРАВОСЛАВНЫЕ СВЯТЫЕ И ПРАЗДНИКИ» и «РУССКИЕ СВЯТЫЕ», а также киот (иконостас) для икон и папку для хранения журналов можно:

• на сайте www.avanta.ru в разделе «Серии издательства «Кардос»». Доставка по всей России. ООО «АВИКС» (Юр. адрес: 105082, г. Москва, Набережная Рубцовская, д. 3, стр. 3, пом. 1, комната 25. ОГРН 1177746345622)

• по телефону 8-800-100-67-14 (будние дни с 9.00 до 18.00, звонок по России бесплатный). Доставка по всей России

• по телефону в Москве 8-495-507-51-56 (будние дни с 10.00 до 18.00). Самовывоз из редакции



КИОТ (иконостас) для икон (1 киот вмещает 24 иконы)



ПАПКА для хранения журналов (1 папка вмещает до 48 журналов)

Комнатные растения – такие создания, которые не могут посетить салон красоты для своей привлекательности или сбегать в магазин за питанием.

Они целиком и полностью зависят от нас с вами. И поверьте, если мы им поможем встретить приход весны по всем правилам, они будут радовать нас своим видом на протяжении следующих месяцев.

Пересадка и подкормка

Растение просыпается после зимней спячки, и, как любому живому существу, ему требуется активное питание для сил и роста. Важно или пересадить растение в новую емкость, если старая стала мала (зачастую корни начинают выглядывать наружу снизу горшка. А если аккуратно вынуть растение из горшка, то корни буквально будут оплетать ком земли). В этом случае пересаживают и досыпают новую землю. Молодые быстрорастущие растения пересаживаются ежегодно. Если пересадка цветку не требуется, тогда растение необходимо начинать подкармливать удобрениями. Для каждого растения (кактусов, фиалок, декоративно-лиственных и т.п.) оно свое. Цветочки после пересадки, конечно, тоже требуют подкормки, но не ранее чем через месяц после «переезда» в новый горшок.

КУПАНИЕ

Чтобы растение лучше дышало и активнее происходили обменные процессы, необходимо избавить листья от зимней пыли (следует аккуратно смахнуть ее мягкой кисточкой с бархатистых и ворсистых листочков или протереть влажной тряпочкой или ополоснуть под душем растения с гладкой листвой). Не забудьте очистить стебли и веточки. Кроме пыли на них могут поселиться еще и вредители.

Цветник на подоконнике: весенние заботы



КСТАТИ

Есть растения, которые активно цветут в феврале-марте (азалия, цикламен и другие). Их трогать: пересаживать, проводить обрезку и т.п. в это время не следует. Любые манипуляции проводятся только после окончания цветения.

Цветение любит покой

Обрезка

Обрезка требуется большинству растений. К каждому требуется индивидуальный подход в зависимости от поставленной задачи. Например, обрезка может быть чисто оздоравливающей, с удалением сухих и поврежденных частей. А может быть направлена на формирование красивого силуэта, кроны. Обрезка может производиться и с целью стимулирования более пышного цветения или омоложения. Не следует резать растения на авось, ознакомьтесь с рекомендациями.

Для обрезки требуются острые и чистые инструменты (ножницы, секатор или нож). Срез необходимо делать над

направленными наружу листьями, в этом случае новые побеги будут расти наружу, а не внутрь растения. Срез крайне желательно делать очень аккуратно без повреждения коры. Если место среза большое, его присыпают древесным углем во избежание попадания инфекции. У растений с млечным соком место среза аккуратно обжигают горячей спичкой.

Кстати, некоторым растениям бывает достаточно прищипки – отщипывания верхушки побега с целью усиления ветвления. Кроме того, у некоторых растений (например, у декабриста) цветы образуются только на молодых побегах, и прищипка для них просто необходима.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ



– Что сделать с телевизором, если он не работает?
– Выкинь на мусорку.
– Я его только оттуда принес.

– Дорогой, я что-то себе совсем места не нахожу.
– Значит, как выходишь из коридора, налево. Кухня там.

– Семочка, я тут сахар искала и нашла в дуле твоего ружья деньги. Что ты мне хотел купить, дорогой?

Занятная вещь – домофон. Вчера впустил в дом двух коней в пальто, одного деда Пихто.



ВАС ОБМАНУЛИ ЮРИСТЫ?

ВЗЯЛИ ДЕНЬГИ, А РЕЗУЛЬТАТ НОЛЬ?!

Вам поможет программа «АнтиЮрист»!

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

Реклама

МЫ ВАМ ПОМОЖЕМ!

8-495-720-52-14

ООО «ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КАРДОС» приглашает на работу

РЕКЛАМНОГО АГЕНТА

ОБЯЗАННОСТИ:

- Продажа рекламных площадей в газеты «ТЕЛЕК Черноземье» и «ТЕЛЕК Питер»
- Поиск, ведение, удержание клиентов

ТРЕБОВАНИЯ:

- Опыт работы не менее года
- Уверенный пользователь ПК (обязательно наличие собственного компьютера)
- Грамотная речь
- Образование: любое

УСЛОВИЯ:

- Оплата: 20% от оплаченных счетов, выплачивается ежемесячно
- График работы: свободный по месту жительства
- Наличие клиентской базы приветствуется.
- Возможность оформления по ТК РФ (оговаривается индивидуально)

Резюме присылать по адресу: reklama@kardos.ru

Тел. 8-903-008-80-03, Алла Леонидовна

Очевидное и невероятное!

Красота за 5 минут!!!

Впервые попробовала новейшую испанскую систему против морщин YUNA***. И вот мои впечатления!

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

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

ВНИМАНИЕ! АКЦИЯ

в честь ПРЕМЬЕРЫ в России!

Хотите контролировать свой возраст? Скорее начинайте пользоваться системой YUNA***.

и получите систему YUNA*** абсолютно **БЕСПЛАТНО!**

8-800-100-33-55 ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ

СООБЩИТЕ КОД **YUNA15**

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

ПОНЕДЕЛЬНИК

ВТОРНИК

СРЕДА

ЧЕТВЕРГ

ПЯТНИЦА

СУББОТА

ВОСКРЕСЕНЬЕ



на март

4 марта

Убывающая Луна в Водолее
Летающий по ветру яркий шифоновый шарфик создаст настроение. Не забывайте о женственных аксессуарах, они подчеркнут вашу легкость и изысканность. Как и аромат, который вы подберете сегодня в парфюмерном бутике.

5 марта

Убывающая Луна в Рыбах
Хороший день для окрашивания шевелюры в темные оттенки. Для макияжа лучше выбирать стиль «нюд» – в фаворе естественность. Стоит избегать тяжелой пищи и сложных блюд. Что касается спорта, то заниматься им хорошо на свежем воздухе.

6 марта

Луна в Рыбах, новолуние (неблагоприятный день)
День отдыха и медитаций. Не стоит копаться в себе и корить за прошлые неудачи. Теплая ванна с аромамаслами, хороший добрый роман, расслабляющая музыка, йога без надрыда – вот сегодняшний максимум.

7 марта

Растущая Луна в Овне
Прекрасное время для любых антивозрастных процедур. Побалуйте кожу лица и декольте масками и кремами, для омоложения кожи век попробуйте RF-лифтинг. Неплохо покажут себя всевозможные обертывания и мезотерапия.

8 марта

Растущая Луна в Овне
Шпильки, духи, приталенные силуэты, макияж, укладка... В этот день каждая женщина мечтает быть неотразимой, и небесное светило обещает в этом всячески способствовать. Старайтесь не перегружать желудок тяжелой едой. Соглашайтесь на танцы.

9 марта

Растущая Луна в Овне
День подходит для того, чтобы отработать в спортзале лишние «бонусы» вчерашнего застолья. Можно проводить чистку кожи, но это лучше доверить косметологу. А вот сделать дома маску из натуральных ингредиентов вполне под силу каждой.

10 марта

Растущая Луна в Тельце
Хороший день для стрижки и окрашивания во все оттенки рыжего. Можно навести ревизию в косметичке и обновить залежи туши и теней. Особое внимание весной стоит уделить тональной основе и кремам с УФ-защитой.

11 марта

Растущая Луна в Тельце
Контрастный душ с утра, небольшая пробежка или зарядка, легкий макияж – и вы неотразимы! Хорошее время для сведения веснушек и пигментных пятен. Чтобы избавиться от надоевшей «апельсиновой корки», запишитесь на массаж.

12 марта

Растущая Луна в Близнецах (благоприятный день)
Отличный для любых начинаний день! Захотите ли вы нарастить ресницы, вывести архитектуру бровей, сделать татуаж губ – все удастся великолепно, любые преобразования пойдут на пользу внешности.

13 марта

Растущая Луна в Близнецах
Время для посещения офтальмолога, выбора оправы и покупки туши – ведь даже в непогоду хочется выглядеть безупречно. Симпатичные замшевые сапожки и женственное пальто станут отличным весенним приобретением.

14 марта

Луна в Близнецах, первая четверть (неблагоприятный день)
Расслабляющий массаж, ванночка для ног и легкие блюда, не оседающие камнем в кишечнике... Сегодня не приветствуется любое грубое вмешательство в организм.

15 марта

Растущая Луна в Раке
Если вы носите короткую стрижку, сегодняшний день отлично подойдет для посещения парикмахерской. Домашние увлажняющие маски «по вкусу» придутся вашей коже. А для век можно попробовать воспользоваться патчами.

16 марта

Растущая Луна в Раке (благоприятный день)
Прекрасный день для операционной косметологии. Но вполне можно остановиться на мезотерапии и плазмолiftinge. Любой уход и анти-эйдж процедуры окажутся очень эффективны.

17 марта

Растущая Луна во Льве
Апельсиновый фреш с утра и орешки в виде перекуса в течение дня придадут легкости. В спортзале лучше выбрать упражнения на растяжку, прокачать пресс. Стрижка и окрашивание, на которые вы решитесь сегодня, удадутся великолепно.

18 марта

Растущая Луна во Льве
Неплохое время для татуажа и пирсинга, только для подобных процедур стоит выбирать мастера с хорошими рекомендациями. Можно записаться на маникюр, но постараться избегать кислотных оттенков при выборе лака.

19 марта

Растущая Луна в Деве
Время для посещения трихолога, начала курса процедур по укреплению волос. Решившись на окрашивание, старайтесь отдавать предпочтение натуральным красителям. День, когда можно позволить себе сладкое почти в неограниченном количестве.

20 марта

Растущая Луна в Деве
В преддверии полнолуния лучше отказаться от сложных косметических процедур и ограничиться лишь уходовыми домашними. Хорошо зарекомендует себя косметика на основе природных компонентов.

21 марта

Луна в Весах, полнолуние (неблагоприятный день)
Луна рекомендует сегодня нажать стоп-кран для любых сложных бьюти-процедур. В районе с 15.30 до 16.00 можно проводить скрабирование кожи. И в любое время приветствуется расслабляющий массаж.

22 марта

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

23 марта

Убывающая Луна в Скорпионе
Неплохой день, чтобы посетить стоматолога. Не отказывайте себе в удовольствии поплавать в бассейне, понежиться в солярии. В зале стоит уделить внимание мышцам шейно-воротниковой зоны.

24 марта

Убывающая Луна в Скорпионе
Скрабы и очищающие маски заставят сиять уставшую кожу. Усилить эффект поможет фитнес для лица и шеи. Коррекция бровей и обновление виниров на зубы помогут чувствовать себя увереннее.

25 марта

Убывающая Луна в Стрельце (благоприятный день)
Луна дает зеленый свет пластическим процедурам. Смелые особы могут воспользоваться этой возможностью. Для более осторожных день приготовил приключение в виде перманентного макияжа, тату и мезотерапии.

26 марта

Убывающая Луна в Стрельце
День, когда борьба с целлюлитом принесет ощутимые плоды. Хорошее время для покупки всевозможных массажеров и вакуумных банок. Очищающие маски и увлажняющие кремы придутся «к лицу».

27 марта

Убывающая Луна в Козероге
Сегодня не стоит экспериментировать с новыми косметическими средствами. Лучше остановиться на проверенных, они принесут больше пользы. Самое время прошвырнуться по бутикам с бижутерией, выбрать себе пару приятных безделуц.

28 марта

Луна в Козероге, последняя четверть (неблагоприятный день)
Кожа в эти лунные сутки хорошо будет реагировать на простые поверхностные пилинги и любые питательные маски. А вот от интенсивных процедур пока лучше отказаться.

29 марта

Убывающая Луна в Козероге
Любые лечебные мероприятия, направленные на оздоровление кожного покрова, пройдут сегодня прекрасно. Можно покуситься на маникюр, вывести архитектуру бровей. Надолго избавит от нежелательных волос на теле депиляция.

30 марта

Убывающая Луна в Водолее
Приготовьте выравнивающие цвет кожи маски на основе натуральных ингредиентов. Эффект от бани, сауны и солярия можно закрепить массажем. Хорошо, если сделан он будет нежными руками любимого мужчины.

31 марта

Убывающая Луна в Водолее (благоприятный день)
Хорошее время, чтобы заняться лечением кожных несовершенств, записаться на удаление родинок и бородавок. В этот период полезная пробежка, можно поработать на велотренажере или беговой дорожке.

Если вы думаете, что не любите театр, скорее всего, вам просто не везло с выбором спектаклей.

Если выбирать спектакль наобум, руководствуясь ценой билета или навязчивой рекламой, то разочарования не избежать! А между тем, где-то рядом идет спектакль, который подарит вам яркие эмоции и ни с чем не сравнимое наслаждение. Наши советы помогут вам посетить современный спектакль и не разочароваться.

Собираемся как выбрать современный спектакль? в театр:



Внимательно изучите афишу

При изучении афиши главное – не попасть в ловушки маркетологов. Вас должно насторожить, если:

- Спектакль идет в каком-то явно не театральном месте: в районном ДК или на другой столь же «популярной» площадке.

- Фамилия звезды на афише нужна маркетологам как гарантия кассовых сборов. Но если в главной роли выступает скандально известный телевизионный шоумен или сериальный актер, недавно ставший популярным, художественная ценность спектакля сомнительна.

- Обратите внимание на стиль афиши: для профессиона-

налов важно, чтобы на спектакль пришла та целевая аудитория, для которой он создан, а не все, кого привлечет яркая и эффектная картинка. Поэтому, если афиша подавляет вас кричащим цветом, размером букв и количеством восклицательных знаков, обещая все чудеса на свете, – это повод усомниться в профессионализме создателей рекламируемого действия.

Прочитайте отзывы

В эпоху интернета познакомиться с мнением театральных критиков или рядовых зрителей, посетивших спектакль, проще простого. Но важно учитывать несколько моментов: мнения профессионалов и любителей могут различаться, и даже зрители могут высказываться диаметрально противоположным образом. Кому же верить?

- Если вы давний ценитель театра, стоит довериться экспертному мнению критиков.

- Если вы не часто бываете в театре, лучше уделить внимание мнению обычных зрителей. При этом обратите внимание на критерии, по которым оценивает автор тот или иной спектакль. Если вы внутренне согласны с выбором критериев для оценки, смело покупайте билет. Если для вас важны другие критерии, ищите отзыв человека, близкого вам по духу.

Обратите внимание на жанр

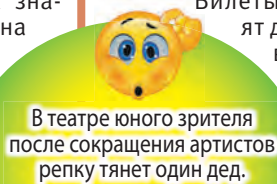
Вы получите удовольствие от спектакля, если его жанр будет соответствовать вашему настроению. Чтобы развеяться, подойдет комедия или легкая мелодрама, чтобы задуматься – драма или трагедия. Кстати, если вы не подготовленный театрал, не стоит выбирать для просмотра современные интерпретации классики, они могут произвести на вас не самое приятное впечатление.

Опера или балет?

Если вы идете в театр в первый раз, не покупайте билеты на оперу или балет – это зрелище для опытных «гурманов». Для знакомства с театральным искусством лучше предпочесть драматические спектакли или мюзиклы.

Не гонитесь за премьеррами

Билеты на театральную премьеру стоят дороже, чем на спектакль, не первый год идущий на сцене. Но если вы не записной театрал, гоняться за новинками нет смысла: недавно вышедший спектакль еще «сырой», сыгранность актеров будет не идеальной, а цена билета высокой.



Светлана СИДОРЧУК

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

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

До 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>



000 «ИД «КАРДОС». 12+

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



000 «ИД «КАРДОС». 12+

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. Уточняйте стоимость подписки в отделениях связи и на сайте <https://podpiska.pochta.ru> **Редакция имеет право изменить тему журнала.



000 «ИД «КАРДОС». 16+

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



000 «ИД «КАРДОС». 12+

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

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

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

Реклама

С каждой из нас такое бывает: утром из зеркала смотрит лицо, которое лучше бы не видеть никогда.

Обычно это случается, когда мы по каким-то причинам не выспались. Но нужно на работу, и очень желательно, придя туда, как минимум не напугать сослуживцев. Разобраться с секретами лучшего макияжа для такого случая нам поможет визажист Оксана Орлик.

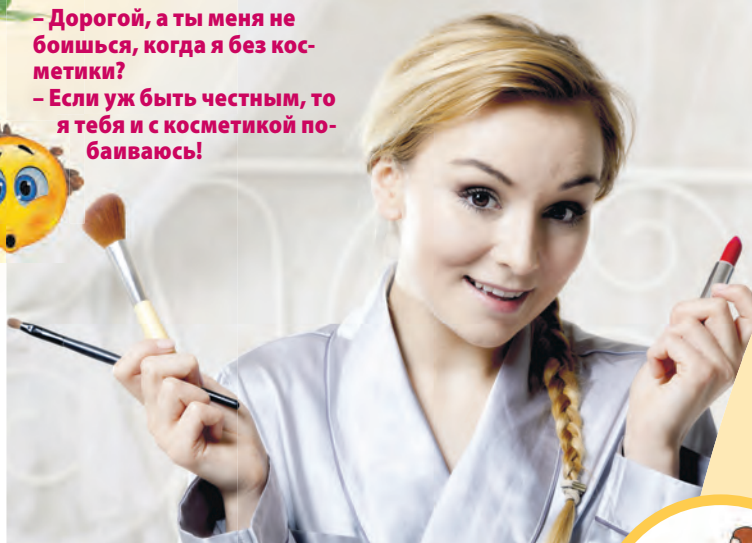


Секрет первый. Убрать отёки

Первое, что нужно сделать, это умыться прохладной водой и промокнуть лицо досуха полотенцем. Затем нанести увлажняющий крем и легкими движениями вбить его в кожу. Вокруг глаз нанести любое средство, содержащее кофеин, который отлично тонизирует кожу. Лучше, если тюбик с этим средством будет оснащен роликовым наконечником – легкий массаж способствует ликвидации застойных явлений вокруг глаз.



– Дорогой, а ты меня не боишься, когда я без косметики?
– Если уж быть честным, то я тебя и с косметикой побаиваюсь!



Будь здоров!

4 упражнения для здоровья, пока смотришь телевизор

Многим тренироваться дома мешает... скука. Однако есть решение и для таких людей: можно заниматься гимнастикой во время просмотра, например, забавного сериала. Сочетание приятного с полезным – что может быть лучше?

Предлагаем вам комплекс простых, но очень эффективных упражнений.



1 Приседания исключительно эффективны для мышц ног и ягодиц. 15-20 приседаний делать в три захода. Для усиления эффекта можно взять в руки утяжеление – например, бутылки с водой.



2 Выпады назад скорректируют заднюю поверхность бедер. Делать по 8-10 повторов в 3 захода.



3 Боковая планка полезна для мышц спины, пресса, бедер, шейного отдела позвоночника. Лечь на пол, опершись на согнутую в локте левую руку. Поднять бедра и зафиксировать тело в прямом положении на максимально длительное время. Перевернуться на другой бок и повторить упражнение.



4 Скручивания помогут сделать талию еще более тонкой, а также укрепят пресс и мышцы спины. Лечь на спину, согнуть ноги в коленях. Не отрывая спины, перенести колени сначала в одну, а потом в другую сторону. Повторить 10-15 раз.

7 секретов утреннего макияжа для тех, кто не выспался

Секрет второй. Спрятать тёмные круги

С этой задачей справится консилер персикового цвета. Смешивание этого цвета и фиолетового тона кругов под глазами даст натуральный бежевый оттенок. Чтобы маскировка была естественнее, консилер лучше наносить влажным спонжем.

Секрет четвёртый. «Распахнуть» глаза

Для этого нужны матовые тени немного темнее натурального цвета вашей кожи, мерцающие светлые тени и светлый карандаш – нежно-розовый или светло-бежевый. Темные тени нужно нанести в складку века и растушевать, светлыми мерцающими тенями – выделить внутренний уголок глаза и подбровную область. Карандашом необходимо пройтись по водной линии глаза.

Секрет шестой. Никаких чётких контуров

Четкие контуры – не лучший выбор для отекающего лица, поэтому нежелательно их использовать. Румяна необходимо хорошо растушевать с помощью мягкого спонжа, а помаду нанести на губы пальцем – нежными касаниями. Ярких цветов следует избегать: румяна должны лишь придавать свежесть, и потому лучше выбрать нежно-розовые или персиковые. Также необходимо отказаться от помады насыщенного цвета, в идеале можно воспользоваться неярким цветным бальзамом. Завершит макияж минеральная рассыпчатая пудра, нанесенная широкой кистью.

Секрет третий. Ровный тон

Чтобы выровнять тон лица, воспользуйтесь легким тональным средством. Это может быть ВВ-крем или тональный крем с эффектом увлажнения. От плотных средств лучше отказаться, так как они могут подчеркнуть недостатки.

Секрет пятый. Тушь и подводка

Тушь лучше наносить только на верхние ресницы. Даже если неприятности под глазами удалось скрыть, на нижние ресницы тушь наносить не стоит, так как тень, которую они отбрасывают, может снова «нарисовать» только что скрытые мешки. Если глаза покраснели, нанесите на кончики ресниц синюю тушь или используйте синюю подводку для верхнего века.

“ Не бывает некрасивых женщин. Бывают равнодушные к себе и косметике. Эсте Лаудер

Секрет седьмой. Брови и стрелки

Брови обязательно нужно подчеркнуть – это единственное место, где четкая линия просто необходима. Причешите их, подкрасьте, если надо, тенями или карандашом, сверху нанесите фиксирующий гель.

Некоторые коллеги-визажисты рекомендуют рисовать широкие «кошачьи» стрелки – считается, что они делают взгляд более бодрым.

ПОДРОБНОСТИ

Почему популярны бигуди-липучки

Как известно, все обладательницы кудрявых волос мечтают их распрямить, а женщины с прямыми волосами – завить. Существует много приспособлений для превращения прямых волос в томные локоны.

Это и фен, горячие щипцы, и химическая завивка, и старые добрые бигуди, которые, в отличие от всего перечисленного, практически не портят волос. Одним из самых современных и популярных

видов бигуди являются липучки, о них мы сегодня и поговорим подробно.

Бигуди-липучки – что это?

Бигуди-липучки представляют собой полые пластиковые цилиндры, наружная поверхность которых покрыта небольшим «ворсом». На этом ворсе волосы прекрасно фиксируются, как бы прилипают к бигуди, и дополнительного закрепления не требуется.

ПЛЮСЫ

- Липучки настолько легкие, что их вес совсем не ощущается.
- Исключительно просты в применении.
- Не заламывают концы волос, что практически неизбежно при использовании обычных бигуди.
- Имеют широкую линейку размеров – от совсем маленьких (13 мм) до поистине огромных (70 мм).
- Не требуют дополнительной фиксации резинкой.
- На липучки можно накручивать и сухие, и влажные волосы.
- Дают стойкий и красивый эффект.
- А главное, что липучки – максимально щадящее приспособление для получения локонов или кудрей. Именно поэтому этот вид бигуди особенно популярен.

МИНУСЫ

- Липучки, особенно мелкого диаметра, не рекомендуются для очень длинных волос – они могут запутаться.
- Густые и толстые волосы придется фиксировать даже на липучках.

Прижавшись щекой к холодному металлическому забору, я выискивала глазами в толпе гомонящих детей мальчишку с пронзительными голубыми глазами.

Вот он – в синей шапке и коротенькой курточке деловито чистит лопаткой снег у горки. На душе по-теплело, глаза сами собой увлажнились.

Лопоухая неумеха

Бабушка моя была женщиной строгой, даже жесткой. И так тоненькие ее губы вечно были поджаты, брови сведены, а взгляд цепок. Помню, все свое детство и юность я боялась попасть под этот вот ее оценивающий взгляд. Если это случалось, то я тут же узнавала, что косы у меня заплетены неопрятно, платье измято, щеки выпачканы пастой от шариковой ручки, да и вообще я похожа на своего отца-алкоголика – такая же неприспособленная к жизни, курносая, лопоухая неумеха. В такие моменты я лишь опускала глаза и молчала. Спорить с бабулей было чревато. Веник и мокрая половая тряпка частенько прохаживались по моей спине. А так был шанс отделаться только порицанием.

– Ничего путного из тебя не получится, – злилась старуха. – Мать твою, и та тебя бросила, подкинула мне. Ах, ну что за наказание? И почему она тебя в свою эту взаграницу не взяла? За что мне этот крест? У-у-у, – грозила она мне кулаком, не в силах справиться с собой.

Конечно, замуж я вышла, как только позвали, лишь бы сбежать из ненавистного дома. Но сбежать

«Я постараяюсь стать лучшей мамой»



Все матери богаты, если они любят своих детей... Нет ни бедных матерей, ни некрасивых, ни старых... Их любовь неизменно пребывает прекраснейшей из всех радостей.

Морис Метерлинк

«Аборт!» – орала разъяренная старуха, размахивая кочергой в опасной близости от моего лица.

Сделать аборт я тогда так и не решилась. Но отказ от ребенка написать сразу после родов бабка меня вынудила.

Раньше надо было думать

В город я уехала, как только оклемалась после родов. Поступила в институт заочно, нашла работу. Чуть позже встретила мужчину – надежного и верного, с которым чувствовала себя защищенной и любимой. Именно тогда мечта вернуть сына стала причинять почти физическую боль. Иногда казалось, что сердце отсоски и перепол-

няющего его чувства вины не выдержит и разорвется на сотни маленьких кусочков.

– Вы же понимаете, никто вам тайну усыновления не выдаст. Раньше надо было думать, мамаша, – отчеканила мне заведующая в доме малютки, куда попал мой сынок после роддома.

Я рыдала и билась в истериках. И уж не знаю, каким чудом, но Слава – мой мужчина – все-таки нашел адрес усыновителей.

...Сыночка моего назвали Андреем. Голубоглазый смелый мальчуган в сентябре должен был пойти в школу. Совсем большой. Так хотелось обнять его, расцеловать, за все попросить прощения. Но я не могла, не имела права. Оставалось только смотреть на него сквозь ре-

шетку детского сада забора и мечтать, мечтать, мечтать.

Вечером его забирали из сада молодая красивая женщина. Андрюшка держал ее за руку, скакал на одной ножке и что-то с увлечением рассказывал. Она живо отвечала, задавала вопросы, они смеялись. Иногда женщина приходила не одна – с мужчиной. Ему Андрюшка тоже радовался. Бросался на шею и во всеуслышание кричал: «Мой папка пришел!» Я часто плакала в такие моменты. И от радости, что у сына все хорошо, и от горя, что хорошо ему не со мной.

Расти здоровой и счастливой

– Перестань рвать себе душу, – увещевал меня в такие дни Слава. – Что случилось, того не исправить. Ты знаешь, что у сынишки все хорошо. Он счастлив, здоров, его усыновили хорошие люди. Пора начать думать и о себе, жить будущим, а не прошлым. Давай поженимся, своего малыша родим?

Я отнекивалась, злилась. Ну как Слава не поймет, что не нужны мне другие малыши? У меня уже есть сын. Чудесный, сообразительный, красивый мальчуган. Но, как только я начинала так думать, подсознание тут же подкидывало отрезвляющую мысль: «Это больше не твой сын, и не благодаря тебе он таким вырос».

А Слава – он был очень убедителен. И в конце концов я сдалась, мы подали

заявление в ЗАГС, а спустя совсем непродолжительное время я забеременела. Жизнь сразу наполнилась новым смыслом, снова за спиной выросли крылья, захотелось смеяться, петь и танцевать.

Мы с мужем строили планы, выбирали кроватку, коляску, я тоннами скупала пеленки и ползунки. Даже вязать научилась – так хотелось, чтобы мой малыш был самым-самым красивым и ни в чем не нуждался. Так хотелось уже поскорее обнять его, прижать к себе, надеть первую распашонку, чмокнуть в тугую розовую щечку.

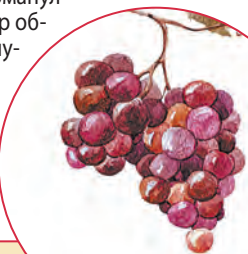
...Звонок мобильного раздался, когда я почувствовала, что у меня начинаются схватки. Мужской сочувствующий голос сообщил, что мой муж Вячеслав попал в аварию и получил травмы, несомнимые с жизнью. Я только и смогла прокричать в трубку, что рожать. Дальше все было как в тумане. Какие-то люди в квартире, меня куда-то несут, больница, наркоз.

У меня родилась дочка. У нее карие глазки, папины. На столе возле ее кроватки стоит его портрет. И портрет Андрюшки – снимок, сделанный камерой мобильного. Тайно, украдкой. Когда Варвара подрастет, я обязательно расскажу ей о своих любимых мужчинах – ее папе и братике. А пока, пока расти здоровенькой и счастливой, моя малышка. А я постараюсь стать тебе самой лучшей мамой!

ЛЮДМИЛА

Древнее искусство обманки

Древнегреческие художники поспорили, кто искусней. Зевксис нарисовал такой виноград, что птицы слетались клевать его. Но когда дошла очередь до соперника – Парразия – и Зевксис попросил его снять с картины занавес, то оказалось, что ткань нарисована. Зевксис признал свое поражение, ведь ему удалось обмануть лишь птиц, а Парразий обманул его самого. С тех пор обманка – один из популярнейших дизайнерских приемов, и носит он название «трюмплей» (с французского «обман зрения»).



Зуб даёшь?

Один из самых дорогих зубов на планете стоит больше 40 000 долларов и принадлежит Исааку Ньютону. Вернее, принадлежал. Теперь он вставлен в кольцо вместо драгоценного камня, и им владеет совсем другой человек. В 1916 году его купил некий аристократ и не снимал до конца своей жизни. Кстати сказать, судя по состоянию зуба, Ньютон совсем не страдал кариесом и следил за гигиеной полости рта. Это, пожалуй, всем следует делать – мало ли для чего используют ваши зубы потомки.



Непростая проволочка

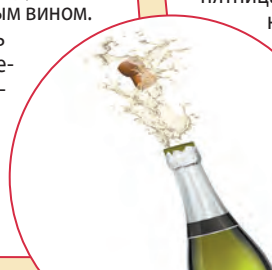
Длина проволочки, которая удерживает пробку в шампанском, составляет 52 см.

Именно такая длина была у подвязок мадам Клико. Вот так изысканно пошутила эта необычная женщина. Вдовой она стала в 19 лет, с маленькой дочкой на руках и погребками, наполненными мутным вином. В эти погребки спускались лишь самые отважные мужчины в решетчатых масках, чтобы осколками не изуродовало лицо. Мужчины и вдова. Она смогла не только улучшить вино, но и сделать его легендарным вместе со своим именем.

Страшное число

Во многих странах боятся числа 13. В ряде небоскребов не нумеруют этаж цифрой 13. В некоторых отелях и офисных центрах отсутствуют комнаты под номером 13. Самым страшным днем считается (благодаря голливудским фильмам) пятница, 13-е. А вот в Греции боятся, когда на эту дату приходится вторник. И все это несмотря на то что именно в этот день по статистике происходит намного меньше несчастных случаев и дорожно-транспортных происшествий. Люди становятся осторожными. Получается, 13-е – все-таки к счастью.

13



Светлана СИДОРЧУК

Школьный волейбол (советск.)

Генрик с "Кукольным домом"

Муркин револьвер

Прозвище Вахтанга Кикабидзе

Река, куда канули эпохи и века

Кино-истории про веселых детей

...адмирал - старше каперанга

Фильм "Тельма и ..."

Водяное мерцание

Дунай для древних греков

Поразил Цезаря кинжалом

Праздник жизнелюб

Балдеж, ваще!

1

Участник борьбы за Кубок Дэвиса

Взятка восточному бюрократу

Петля на эфесе шпаги

Стройная музыка стиха

Звук от "разъяренных" зубов

Мельник иначе

Предмет для хранения денег

Афиша-высочка

...приближенная к императору

Сиденье гребца в спортивной лодке

Реплика на сцене как бы в сторону

Пешеходная улица в Москве

Бард Юлий

Российская ... (1721-1917)

Осенняя потеря дубравы

"... в кармане и вошь на аркане"

Ловец бандитов

Дерево, на котором трапезничает коала

XX век - великих открытий

Стих в 17 японских слогов

Богатый скотовод в Средней Азии

Фильм "Бонни и ..."

Рыбье имя мужчины

"Склад серых клеточек"

Раскаленное оружие труда кухарки

Роман Лондона "Мартин ..."

Вор, казненный катом

1609 метров в США

Последний вздох пулверизатора

У лесей пора весеннего хотения

Обращение к рыцарю

Рахат-... к чаю

Повод надуть губки

Грузинская разменная монета

Вечный раб ярма

Новогоднее дерево

Ранка после бритья

Треугольник в пирамиде

Нескромное самовыпячивание

Фото: Mikhail Novokreshchenov/shutterstock

Фото: Deyana Stefanova Bobova/shutterstock

ТЕЛЕК

ШЕСТИУГОЛЬНИК

ДИАГОНАЛЬ

ШЕСТИУГОЛЬНИК

Ответы вписываются по часовой стрелке вокруг кружка с числом, начиная с клетки, на которую показывает стрелка.

1. Электронное устройство для смешивания звуковых сигналов. 2. Инструмент для нарезания или накатывания наружной резьбы. 3. Кто был самым младшим у гусар-офицеров? 4. Русский пляс с притопом. 5. Доставленное курьером срочное сообщение. 6. Мошенник на языке отпетых мошенников. 7. Авральный темп работы. 8. Какой сказочник придумал Страну лжецов? 9. Имя айболитова попугая. 10. Мексиканский национальный плащ. 11. Отметина времени на волосах. 12. Ярославская футбольная команда Первенства Футбольной национальной лиги. 13. В нее стреляют в тире. 14. Австралийский хохлатый попугай. 15. Продукция табачной фабрики. 16. Дымовое прикрытие для атаки. 17. Художник Поль ... за свою жизнь создал около 200 натюрмортов. 18. Доказательство перелома рентгенолога. 19. Зацветшая колючка на окне. 20. Приступ резкой схваткообразной боли при болезнях органов брюшной полости. 21. Болит при мигрени. 22. С ее помощью можно бить мух печатным словом. 23. Знаменитый конкистадор Эрнан ... 24. Член грибной семьи с трухлявого пня. 25. Настил у реки для постирушек. 26. Так обращались к Бэкингеу. 27. Перед ней устраивают посиделки на чемоданах. 28. Название китайской сатиры и юмора. 30. Кинутый в дартсе. 31. Система обучения (по старинке).

Ответы: 1. Микшер. 2. Плашка. 3. Корнет. 4. Трепак. 5. Диджл. 6. Киддл. 7. Снежка. 8. Родари. 9. Каруд. 10. Керана. 11. Седина. 12. Шинник. 13. Ми-страни. 14. Овсянка. 15. Мирова. 16. Ржанка. 17. Фитм. 18. Пире. 19. Сирпак. 20. Колонка. 21. Голуба. 22. Газета. 23. Кортес. 24. Онеко. 25. Мостки. 26. Мигрень. 27. Лопата. 28. Триада. 29. Ирония. 30. Протик. 31. Метода.

ДИАГОНАЛЬ

Слева-вниз-направо: 1. Компенсация за моральный ... 3. Поезд, что на полустанках не останавливается. 4. Картофельный гарнир «для беззубых». 5. Отсутствие робости. 6. Каша, подаваемая сэру Баскервилю в советском фильме. 8. Полюбовное соглашение двух поссорившихся сторон. 10. Гогот сивой кобылы. 13. Его задает барабанщик. 14. Еле видимый контур предмета. 17. Состязание за руку и сердце принцессы. 19. «Примечательный» текст на странице. 20. Тупогубенький персонаж скороговорки, у которого «бела губа была бела».

Справа-вниз-налево: 1. «Дырка» на асфальте разбитой дороги. 2. Гипс, пришедший от медика к скульптору. 4. Операция после вспашки. 6. Отделка швов оверлоком. 7. Блокнот для забывчивых и очень занятых людей. 9. Хоровод на афинской площади. 11. Бомба - это боевой ..., клюшка же - спортивный. 12. «Конфетти - мишура не-реальной любви. Конфетти - снег бумажный не тает, увя. Всё - обман, и уже не важно, что случилось со мной однажды, в ..., когда с неба падало конфетти». 15. Поправка для полной ясности. 16. И сантехническая авария, и способ, которым секретная информация попадает в газеты. 18. Хворост на растопку. 21. Кавалерист с кивером.

Отвѣты. Слева-вниз-направо: 1. Ущерб. 3. Экспресс. 4. Пире. 5. Бесстрашие. 6. Овсянка. 8. Мирова. 9. Ржанка. 10. Керана. 11. Седина. 12. Шинник. 13. Ми-страни. 14. Овсянка. 15. Мирова. 16. Ржанка. 17. Фитм. 18. Пире. 19. Сирпак. 20. Колонка. 21. Голуба. 22. Газета. 23. Кортес. 24. Онеко. 25. Мостки. 26. Мигрень. 27. Лопата. 28. Триада. 29. Ирония. 30. Протик. 31. Метода.

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

СУДОКУ

Ответы

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

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

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

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

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

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

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

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

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

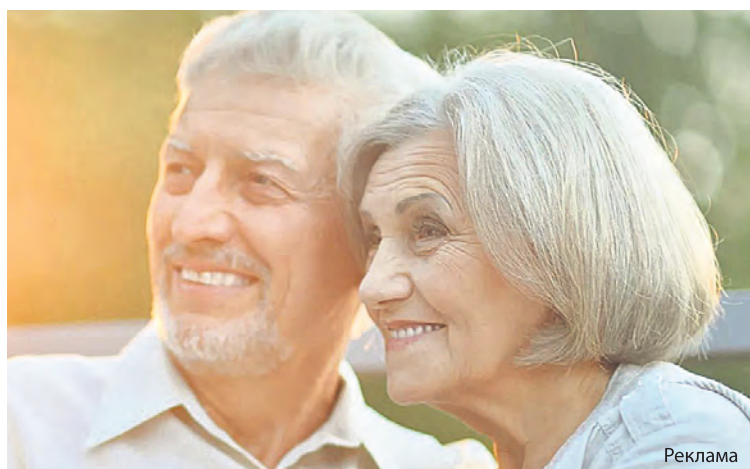
4	5	3	4	7	9	2	8	6	1
8	7	2	1	5	6	9	4	3	
6	1	9	8	3	4	2	7	5	
9	2	8	3	1	7	6	5	4	
1	5	3	4	6	8	7	9	2	
4	6	7	5	2	9	3	1	8	
3	9	6	2	4	1	5	8	7	
2	8	1	6	7	5	4	3	9	
7	4	5	9	8	3	1	2	6	

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

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

Тайна смерти – вопрос, над которым человек задумывается рано или поздно. Неизбежно каждого из нас ждет эта пугающая и торжественная минута, когда все земные дела заканчиваются, и мы оказываемся один на один с Тайной, имя которой Смерть. Обсуждения этой темы, как правило, многие стараются избегать. Страх смерти – собственной ли, близкого ли человека – кажется нам вполне естественным. Ценности современного общества, заложенные прошлыми поколениями десятилетия назад, ставят в разряд кощунства разговоры на темы смерти, похорон близких, пока они еще живы. Обсуждение с близкими собственной смерти, планирование похорон, подробности ритуала, выбор принадлежностей было под негласным запретом, общество отвергало эти неприятные темы. Только бабушки все так же собирали и хранили свои погребальные узелки и откладывали деньги, следуя мудрости «Размышляй о смерти, если хочешь научиться жить».

Вытеснение мыслей о бренности собственного существования рождает чувства беспокойства и неуверенности, которые ис-



Реклама

Давайте жить дольше!

пытывают многие пожилые люди, когда задумываются о собственной кончине, о похоронах, о затратах на погребение. Вполне закономерно могут возникнуть вопросы об уходе за могилой, забота о собственном прахе: «Я умру, и кто же все сделает, все проконтролирует?» Беспокойство может быть связано с тем, хватит ли собранных денег на похороны, будут ли в состоянии близкие достойно похоронить, будет ли это для них обузой... В последнее время стал важным вопрос: кто будет хоронить? — ведь так много пишут и говорят о низком качестве похоронного обслуживания, сомнитель-

ных фирмах, и даже откровенных мошенниках. Кому доверить погребение?

По статистике только четверть россиян задумывается об организации погребения. При этом каждая вторая российская семья оказывается так или иначе обманутой при организации похорон непосредственно по факту смерти родственника.

Прижизненный договор — это прекрасная возможность позаботиться самому о

своем самом последнем моменте пребывания на Земле. Заключая его, человек совершает глубоко осмысленный и одухотворенный поступок. Вместе с договором оформляется Волеизъявление о достойном отношении к телу и памяти после смерти, благодаря чему человек сохраняет за собой основополагающее право распорядиться самому судьбой собственного тела после его физической смерти, человек сам совершает осознанный выбор в отношении себя самого.

Прижизненный договор — это не форма и цвет гроба, в котором вас похоронят, и не крест, который будет стоять на вашей могиле. В первую очередь это гарантия того, что весь похоронный процесс и сама организация похорон для вас после смерти будет на высшем уровне и именно так, как вы хотите. Вашим родным не нужно будет думать о деньгах и времени на похороны, ведь все уже будет сделано за них.

Принципиальным отличием данного договора является то, что человек

самостоятельно определяет стоимость похорон, их сценарий, иные организационные вопросы, при этом получая юридическую гарантию того, что все будет исполнено согласно его воле.

Договор с Ritual.ru — гарантия выполнения волеизъявления заказчика!

Ritual.ru — это Группа Компаний ритуальной отрасли, в состав которой входит городская специализированная служба, заслужившая репутацию надежной и честной компании, в которую ежемесячно за помощью обращаются более тысячи москвичей. Чтобы заключить прижизненный договор с Ritual.ru, можно или лично приехать в центр ритуального обслуживания, или вызвать сотрудника службы на дом. Пожилым москвичам и тем, кому трудно передвигаться, Ritual.ru предоставит бесплатное социальное такси, которое отвезет в центр обслуживания населения и обратно.

Круглосуточный телефон для консультации 8 (495) 181 97 83

Помните, достойно уйти из жизни — священное право любого человека. Лучший способ отстоять его — самому распорядиться собственными похоронами. И вот тогда это позволит жить дольше! Быть более жизнерадостным и оптимистичным! Экономить деньги! И снять бремя заботы со своих родных и близких!

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ». В зависимости от возрастных ограничений не отмечены телетелерадиотрансляции, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационными, развлекательными, имеющими значительное познавательное значение, художественными или иного культурного назначения для общества, или предназначенными для детей, не достигших возраста 6 лет.

РЕН	ТНТ	ТВ-3	ЧЕ	МАТЧ	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<div>05.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)</div> <div>06.00 15.00 «Документальный проект». (16+)</div> <div>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</div> <div>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</div> <div>09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</div> <div>12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)</div> <div>13.00 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</div> <div>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</div> <div>17.00 «Тайны Чапман». (16+)</div> <div>18.00 04.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</div> <div>20.00 «ПРИБЫТИЕ». (16+)</div> <div></div> <div>США, 2016 г. Фантастика. Эми Адамс, Джереми Реннер. Неожиданное появление НЛО в разных точках планеты повергает мир в трепет.</div> <div>22.10 «Водить по-русски». (16+)</div> <div>00.30 «СКАЛОПАЗ». (16+)</div> <div>02.20 «ОПЕРАЦИЯ «СЛОН». (16+)</div>	<div>07.00 ТНТ. Best. (16+)</div> <div>09.00 Дом-2. Lite. (16+)</div> <div>10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)</div> <div>11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)</div> <div>12.30 «Спаси свою любовь». (16+)</div> <div>13.30 Песни. (16+)</div> <div>15.30 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)</div> <div>18.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ». (16+)</div> <div>Гриша Измайлов вступает в должность исполняющего обязанности начальника отдела «Барвиха Северное».</div> <div>20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)</div> <div>Сычев организует масштабную презентацию отремонтированного корпуса вуза и хочет на этом заработать.</div> <div>21.00 Где логика? (16+)</div> <div>22.00 Однажды в России. (16+)</div> <div>23.00 Дом-2. Город любви. (16+)</div> <div>00.00 Дом-2. После заката. (16+)</div> <div>01.05 «Спаси свою любовь». (16+)</div> <div>01.55 «Бородина против Бузовой». (16+)</div> <div>02.40 «Открытый микрофон». (16+)</div> <div>03.25 «Открытый микрофон. Дайджест». (16+)</div> <div>04.15 «Открытый микрофон». (16+)</div> <div>05.05 ТНТ. Best. (16+)</div>	<div>06.00 «Мультфильмы». (0+)</div> <div>09.20 «Слепая». (12+)</div> <div>11.00 «Гадалка». (12+)</div> <div>12.00 «Не ври мне». (12+)</div> <div>15.00 «Мистические истории». (16+)</div> <div>16.00 «Гадалка». (12+)</div> <div>17.35 «Слепая». (12+)</div> <div>18.40 «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ». (16+)</div> <div>Владелец ресторана Джо Санелла найден мёртвым в комнате-холодильнике при своём заведении. Подозрение падает на родственника и компаньона Джо...</div> <div>23.00 «ОБЛИВИОН». (16+)</div> <div></div> <div>США, 2013 г. Фантастика. Том Круз, Ольга Куриленко, Андреа Райзборо, Морган Фриман. Несколько десятков лет назад инопланетяне, называемые землянами «падальщиками» уничтожили Луну. После этого падальщики направили свои атаки на Землю, но люди выиграли эту войну...</div> <div>01.45 «Исповедь экстрасенса». (12+)</div> <div>04.15 «Станные явления». (12+)</div>	<div>06.00 «Мультфильмы». (0+)</div> <div>07.30 «Дорожные войны». (16+)</div> <div>07.50 «Удачная покупка». (16+)</div> <div>08.10 «Дорожные войны». (16+)</div> <div>12.00 «Решала». (16+)</div> <div>13.00 «Идеальный ужин». (16+)</div> <div>15.00 «Утилизатор». (12+)</div> <div>15.30 «ДИКИЙ». (16+)</div> <div>19.30 «КВН. Высший балл». (16+)</div> <div>20.30 «Дорожные войны». (16+)</div> <div>22.00 «Решала». (16+)</div> <div>23.00 «+100500». (18+)</div> <div>00.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)</div> <div>00.20 «ДИКИЙ». (16+)</div> <div>03.45 «РОДИНА». (16+)</div> <div></div> <div>США, 2011 г. Детективная драма. Клэр Дэйнс, Мэнди Пэтинкин, Руперт Френд, Ф. Мюррей Абрахам, Дэмизел Льюис. В центре сюжета находится сержант морской пехоты ВМФ США Николас Броуди. Восемь лет его считали пропавшим без вести, но обнаружили на территории Ирака.</div>	<div>06.00 «Вся правда про...» (12+)</div> <div>06.30 19.35 Дневник Универсиады. (12+)</div> <div>06.50 08.45, 11.45, 14.30, 19.25, 21.55 Новости Зимняя Универсиада-2019. Биатлон. Индивидуальная гонка. Женщины. 15 км. Пр.тр.</div> <div>08.50 11.50, 14.35, 00.55 Все на Матч!</div> <div>09.55 Зимняя Универсиада-2019. Биатлон. Индивидуальная гонка. Мужчины. 20 км. Пр.тр.</div> <div>12.10 Все на лыжи! (12+)</div> <div>12.40 Футбол. «Торино» - «Кьево». Чемпионат Италии. (0+)</div> <div>14.55 Зимняя Универсиада-2019. Россия - Норвегия. Хоккей с мячом. Мужчины. Пр.тр.</div> <div>16.55 Хоккей. «Трактор» (Челябинск) - «Автомобилист» (Екатеринбург). КХЛ. 1/4 финала конференции «Восток». Прямая трансляция</div> <div>19.55 Баскетбол. «Химки» - ЦСКА. Единая лига ВТБ. ПП.тр.</div> <div>22.00 Тотальный футбол</div> <div>22.55 Футбол. «Леганес» - «Леванте». Чемпионат Испании. Прямая трансляция</div> <div>01.30 Футбол. «Эвертон» - «Ливерпуль». (0+)</div> <div>03.30 Футбол. «Фулхэм» - «Челси». (0+)</div> <div>05.30 «Деньги большого спорта». (16+)</div>	<div>06.30 18.00 00.00 05.15 «6 кадров». (16+)</div> <div>06.50 «Удачная покупка». (16+)</div> <div>07.00 12.30 03.10 «Понять. Простить». (16+)</div> <div>07.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)</div> <div>08.30 «Давай разведёмся!» (16+)</div> <div>09.30 «Тест на отцовство». (16+)</div> <div>10.30 04.30 «АГЕНТЫ СПРАВЕДЛИВОСТИ». (16+)</div> <div>11.30 03.40 «Реальная мистика». (16+)</div> <div>13.40 «ПОДАРИ МНЕ ЖИЗНЬ». (16+)</div> <div>19.00 «МЕЛОДИЯ ЛЮБВИ». (16+)</div> <div></div> <div>Россия, 2018 г. Мелодрама. Андрей Чадов, Ольга Филимонова, Роман Полянский. Дине повезло устроиться секретаршей с высокой зарплатой в хорошую фирму.</div> <div>23.00 02.25 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-2». (16+)</div> <div>00.30 «БАЛЬЗАКОВСКИЙ ВОЗРАСТ, ИЛИ ВСЕ МУЖИКИ СВОИ...». (16+)</div> <div>05.35 «Домашняя кухня». (16+)</div>	

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 Викторной.

— 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 недугом 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 пита-

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

— Для чего предназначена Вега? Кому 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?

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

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

— Конечно! Как правило, проблемы с памятью — это результат нарушения мозгового кровообращения. Потерю образной, слуховой, зрительной памяти связывают с такими процессами, как отмирание клеток из-за скопления холестериновых бляшек, недостаточное снабжение тканей кислородом, питательными компонентами, связывают также с замедлением регенерации клеток, снижением выработки веществ, необходимых для работы мозга. Причиной потери памяти у пожилого человека может стать такое изменение в организме, как расстройство передачи нервных импульсов в результате дегенерации биохимических процессов. Это может быть недостаток микроэлементов и витаминов, иные причины — дисфункция центральной нервной системы и нарушение обменных процессов в мозговых тканях, играют роль психические расстройства, гибель клеток мозга в результате инфекций, травм, 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 полнитесь 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. Вега проникает вглубь поражённой клетки и заново «запускает» клеточные процессы.

— Получается, сбой в любом отделе организма можно поправить?

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

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
06.10 «ПЕРВЫЙ РЫЦАРЬ». (12+)	06.20 «ОРДА». (16+)	06.00 «ДУРАК». (16+)	06.00, 17.10 «БЕДНАЯ НАСТЯ». (12+)	06.00, 17.10 «БЕДНАЯ НАСТЯ». (12+)
08.50 «Рок Дог». Мультфильм. (6+)	08.50 «СУПЕРБОБОВЫ». (12+)	08.15 «КРИМИНАЛЬНЫЙ ТАЛАНТ». (16+)	06.50, 07.10, 07.30, 07.55, 08.20, 08.40, 09.05, 09.25, 18.00, 18.20, 18.45, 19.10, 19.35 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)	06.50, 07.10, 07.30, 07.55, 08.20, 08.40, 09.05, 09.25, 18.00, 18.20, 18.45, 19.10, 19.35 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
10.50 «МОЙ ПАРЕНЬ - ПСИХ». (16+)	10.45 «РУСАЛКА. ОЗЕРО МЕРТВЫХ». (16+)	11.15 «ЗМЕЕЛОВ». (16+)	13.00 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (12+)	10.00 Новости
13.20 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ». (12+)	12.30 «ПОДСАДНОЙ». (16+)	14.40 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (6+)	14.40 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (6+)	10.10 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!» (12+)
15.30 «С ВЕЩАМИ НА ВЫЛЕТ!» (16+)	14.25 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ!» (16+)	16.25 «СТАРИК ХОТТАБЫЧ». (0+)	16.25 «СТАРИК ХОТТАБЫЧ». (0+)	13.00 Новости
17.30 «ПЕРВЫЙ РЫЦАРЬ». (12+)	16.20, 17.10 «ПАРФЮМЕР-ША». (12+)	СССР, 1965 г.	СССР, 1965 г.	13.15 Зал суда.
20.10 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+)	18.05 «СУМАСШЕДШАЯ ПОМОЩЬ». (16+)	20.20 «ИРОНИЯ ЛЮБВИ». (16+)	20.20 «ИРОНИЯ ЛЮБВИ». (16+)	Битва за деньги. (16+)
22.45 «СФЕРА». (16+)	22.05 «МАМЫ». (12+)	Россия, 2012 г.	Россия, 2012 г.	14.10 Дела семейные.
00.50 «НЕМЫСЛИМОЕ». (18+)	00.10 «О ЧЕМ МОЛЧАТ ДЕВУШКИ». (12+)	00.10 «О ЧЕМ МОЛЧАТ ДЕВУШКИ». (12+)	00.10 «О ЧЕМ МОЛЧАТ ДЕВУШКИ». (12+)	Битва за будущее. (16+)
02.40 «ГОЛОС ИЗ КАМНЯ». (18+)	01.55 «Я ЛЮБИТЬ ТЕБЯ БУДУ, МОЖНО?» (12+)	01.55 «Я ЛЮБИТЬ ТЕБЯ БУДУ, МОЖНО?» (12+)	01.55 «Я ЛЮБИТЬ ТЕБЯ БУДУ, МОЖНО?» (12+)	15.05 Дела семейные.
04.25 «МОЯ БОЛЬШАЯ ГРЕЧЕСКАЯ СВАДЬБА-2». (16+)	03.10 «ОГНИ БОЛЬШОЙ ДЕРЕВНИ». (12+)	03.10 «ОГНИ БОЛЬШОЙ ДЕРЕВНИ». (12+)	03.10 «ОГНИ БОЛЬШОЙ ДЕРЕВНИ». (12+)	Новые истории. (16+)
	04.30, 05.15 «ПАРФЮМЕР-ША». (12+)	04.30, 05.15 «ПАРФЮМЕР-ША». (12+)	04.30, 05.15 «ПАРФЮМЕР-ША». (12+)	16.00 Новости

ИЛЛЮЗИОН+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	FOX LIFE
01.50 «ДЕЛО В ТЕБЕ». (16+)	02.05 «МИННЕСОТА». (16+)	01.10 «МАЛЬЧИШНИК В ЕВРОПЕ». (18+)	06.00, 15.20, 17.50, 18.35, 21.50, 02.40, 03.20, 04.45 «СКОРПИОН». (16+)
03.20 «ЭТИМ УТРОМ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)	03.35 «ФРАНЦУЗСКИЙ ШПИОН». (16+)	03.00 «ВСЕ О МУЖЧИНАХ». (16+)	06.40 «МИК». (16+)
04.50 «УДАЧА ЛОГАНА». (16+)	05.10 «ВНУК КОСМОНАВТА». (16+)	04.25 «Ч/Б». (16+)	07.00, 07.50, 13.45, 14.30, 01.10, 01.55 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
06.45 «ПАТРУЛЬ ВРЕМЕНИ». (16+)	06.35 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ». (16+)	06.15 «ВУЛКАН СТРАСТЕЙ». (12+)	08.40, 09.30 Джейми Оливер: Супер еда. (12+)
08.20 «ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ». (16+)	08.45 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ-2». (16+)	08.00 «КУРЬЕР». (16+)	10.25, 04.00 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)
10.00 «ДЕВЯТКИ». (16+)	10.40, 11.35 «ОХОТА НА ДЬЯВОЛА». (16+)	09.55 «СЕМЬ КАБИНОК». (18+)	11.15, 12.05, 12.55, 19.20, 20.10 «КАСЛ». (16+)
11.45 «КОЕ-ЧТО ЕЩЕ». (16+)	12.30 «ДЕРЖИ УДАР, ДЕТКА». (16+)	11.50 «ДЬЯВОЛ И ДЭНИЭЛ УЭБСТЕР». (16+)	16.10 «ЭТАЖОМ ВЫШЕ». (16+)
13.30 «16 КВАРТАЛОВ». (16+)	14.20 «РЕАЛЬНЫЙ ПАПА». (12+)	13.45 «ЛЮБИМЦЫ АМЕРИКИ». (16+)	21.00, 00.15 «НОМЕР 309». (16+)
15.10 «ЛЮБОВЬ С ПЕРВОГО ВЗГЛЯДА». (16+)	15.55 «ВРАГИ». (16+)	15.45 «НИЧЕГО НЕ ВИЖУ, НИЧЕГО НЕ СЛЫШУ». (16+)	22.40, 23.25 «БЕЛЫЙ ВОРОТНИЧОК». (16+)
16.30 «ДЕНЬГИ НА ДВОИХ». (16+)	17.25 «ЗЕЛЕНАЯ КАРЕТА». (16+)	17.45 «НАШИ ЛЮБОВНИКИ». (18+)	4 сезон. Сериал. США, 2012 г. В ролях: Мэтт Бомер, Тим Дикей, Уилли Гарсон, Тиффани Тиссен
18.30 «ОНА». (16+)	Драма, Россия, 2015 г.	19.30 «ПРОСТИ, ХОЧУ НА ТЕБЕ ЖЕНИТЬСЯ». (12+)	05.30 Джейми Оливер. Готовим за 30 минут. (12+)
20.30 «ИГРА ИХ ЖИЗНИ». (12+)	19.05, 19.55 «ОХОТА НА ДЬЯВОЛА». (16+)	21.35 «ЛЮБОВЬ НЕ ПО РАЗМЕРУ». (16+)	
Драма, исторический фильм, спорт, США, 2005 г.	20.50 «МАРС». (16+)	23.30 «ОТКРОЙТЕ, ПОЛИЦИЯ!» (16+)	
22.10 «ТЕОРИЯ ЗАГОВОРА». (16+)	22.35 «ЗАЯЦ НАД БЕЗДНОЙ». (16+)		

ФЕНИКС+КИНО	TV 21 ВЕК	РОДНОЕ КИНО	КИНОСЕРИЯ
08.00, 16.00, 00.00 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПЛОЧНИКА». (16+)	10.00, 18.00, 02.00 «ПУТЕШЕСТВИЕ ИЗ ПАРИЖА». (16+)	01.15 «МИО, МОЙ МИО». (12+)	00.05, 00.55, 01.50, 02.40, 23.40 «БЕШЕНЫЕ ПСЫ». (18+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2011 г. В ролях: Евгений Ткачук, Елена Шамова, Алексей Филимонов	Драма, комедия, Франция, 2014 г.	05.20 «КОРТИК». (6+)	03.30, 04.35, 05.45, 06.55 «МАММОН». (16+)
09.00, 10.00, 17.00, 18.00, 01.00, 02.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ-2». (16+)	11.25, 19.25, 03.25 «ПОДЛИННЫЙ ВЕРМЕР». (18+)	09.40 «ДВА ГУСАРА». (16+)	08.00, 09.00, 10.00 «СОБИРАТЕЛЬ ТЕЛ». (16+)
11.00, 12.00, 19.00, 20.00, 03.00, 04.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)	13.20, 21.20, 05.20 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ». (16+)	12.20 «ОДИН И БЕЗ ОРУЖИЯ». (16+)	10.55, 11.55, 12.55 «КРАХ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)	14.20, 22.20, 06.20 «МОНА ЛИЗА». (16+)	13.50 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)	14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ШЕЛЕСТ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «МЕТОД ФРЕЙДА-2». (16+)	Криминальная драма, Великобритания, 1986 г.	15.40 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)	20.00 «ШЕРЛОК: ЭТЮД В РОЗОВЫХ ТОНАХ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «Я ТЕБЯ НИКОМУ НЕ ОТДАМ». (16+)	16.05, 00.05, 08.05 «ВОДОПАД АНГЕЛА». (16+)	17.40 «ШЛА СОБАКА ПО РОЯЛЮ». (12+)	1 сезон. Сериал. Триллер, детектив, Великобритания, США, 2010 г.
	Триллер, вестерн, США, 2006 г.	19.00 «ДЕЖА ВЮ». (12+)	21.50 «ШЕРЛОК: СЛЕПОЙ БАНКИР». (16+)
		21.00 «ОТПУСК В СЕНТЯБРЕ». (16+)	
		23.45 «СТАРЕЙ КЛЯЧЬ». (12+)	

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
06.00 Садовые истории с Оливией АндриакО. (12+)	07.25 Экстремальная рыбалка с Робсоном ГринОм. (16+)	00.00 Табата-Хард. (12+)
06.30 Усадьбы будущего. (12+)	08.15 Крылатые охотники. (16+)	00.30, 13.30, 19.30 Дыхание стретчинга. (12+)
06.55, 23.15 Огород круглый год. (12+)	08.35 На зарубежных водоемах. (12+)	01.00, 16.30, 20.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+)
07.25 Дачный экзотик. (16+)	09.05, 12.10 Рыбный день. (16+)	01.30, 11.30, 14.30 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
07.50, 12.10, 17.45 Вот блин! (12+)	09.35, 12.45 Кухня с Сергеем Марковичем. (12+)	02.00 Хорошая американская еда с Натаном Лином. (6+)
08.05 Топ-10. (12+)	09.50, 12.55 Простые рецепты. (12+)	02.30, 10.00, 15.30, 21.30 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
08.35 Доктор Смузи. (12+)	10.15, 16.00 Энциклопедия охоты. (16+)	03.00, 16.00, 22.00 Первоклассный фитнес. (6+)
08.55, 12.55 Дело в отделке. (12+)	10.50, 16.35 Нож-помощник. (16+)	03.30, 14.00, 20.00, 23.30 Делай тело с Русланом Байрамовым. (12+)
09.25 Травовед. (12+)	11.10, 22.45 Я и моя собака. (16+)	04.00, 06.00, 08.00 Витамин-шоу. Кофе со звездой. (12+)
09.45 Вокруг сыра. (12+)	11.40 Нахлыст в Башкортостане. (16+)	04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)
09.55 Дачная энциклопедия. (12+)	13.15 Кодекс охотника. (16+)	04.30, 06.30, 08.30 Витамин-йога. (12+)
10.30 Легендарные братья-пекари. (16+)	13.35 Морская подводная охота. (16+)	04.45, 06.45, 08.45 Витамин-завтрак. (12+)
11.20 Тихая моя родина. (12+)	14.05 Планета охотника. (16+)	05.00, 07.00, 09.00, 18.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)
11.50 8 ошибок огородника. (12+)	14.35 Советы бывалых. (12+)	05.30, 07.30, 09.30 Утренний заряд с Димой Брагининой. (12+)
12.30 Сад своими руками. (12+)	14.55 Нахлыст на разных широтах. (12+)	05.45, 07.45, 09.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
13.25 Чад вдвоем. (12+)	15.25 Прибалтийский лосось. (16+)	10.30, 17.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
13.45 Паштеты. (12+)	16.55 Технология зимнего клева. (12+)	12.00 Fit BO+. (6+)
14.05 Милости просим. (12+)	17.30 Поймай и сними. (16+)	13.00, 19.00 Табата-лайт. (12+)
14.35 Город-Сад. (12+)	17.55 Территория льда. (16+)	15.00, 21.00 Хорошая американская еда с Дэнни Бумом. (6+)
15.05 Беспокойное хозяйство. (12+)	18.25 Рыболовные экспедиции в Норвегию. (16+)	18.30 Гимнастика для беременных. (6+)
15.40 Мастер. (12+)	19.00 Энциклопедия рыбалки. (12+)	18.45 Проблемные зоны. Экспресс-курс. (6+)
16.10 Частный сектор. (12+)	19.30 Такая жизнь - охота с Сергеем Бешенцевым. (16+)	
16.40, 20.55 Чудеса, диковины и сокровища. (12+)	20.05 Мой мир - рыбалка. (12+)	
17.10 Фитоаптека. (12+)	20.35 Охотничьи меридианы. (16+)	
18.05 Преданья старины глубокой. (12+)	21.05 По Якутии с Александром Борисовым. (12+)	
18.35 Прогрулка по саду. (12+)	21.40 Секреты «трудных» водоемов. (12+)	
19.10 Мегабанщики. (16+)	22.15 Тропа рыбака. (12+)	
19.40, 23.45 Секреты стиля. (12+)	23.15 Две на одного. Оружие. (16+)	
20.10 Профпригодность. (12+)	23.30 Две на одного. Снаряжение. (16+)	
20.40 Букварь дачника. (12+)	23.45 Рыбалка на малых реках Удмуртии. (16+)	
21.55 Безопасность. (12+)		
22.15 Кухня народов СССР. (12+)		
22.45 Урожай на столе. (12+)		

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР	ПЯТНИЦА	Ю	РЕТРО
06.00 «МОЙ КАПИТАН». (16+)	05.00 «ШУРОЧКА». (16+)	05.00 Обмен жёнами. (16+)	01.00 Тайная жизнь Пиаф. (12+)
06.45 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!» (12+)	05.20 Орел и решка. Шопинг. (16+)	06.10 Euroa plus чарт. (16+)	02.15, 06.00, 13.55, 22.25 До-стояние Республики. (12+)
10.00 Новости	07.00 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)	07.05 «КЛОН». (16+)	04.00 «Приключения Буратино». Мультфильм. (0+)
10.10 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!» (12+)	07.30 Утро пятницы. (16+)	Сериал. Бразилия, 2001 г. В ролях: Мурило Бенисио, Джованна Антонелли, Вера Фишер, Режинальдо Фария, Неуза Боржес	05.05 Имена-легенды. (12+)
13.00 Новости	09.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)	Удивительная история любви и одна из самых успешных бразильских теленовелл, известная во всем мире.	05.30 «Сказка о рыбаке и рыбке». Мультфильм. (0+)
13.15 Зал суда.	11.20 Орел и Решка. Рай и ад. (16+)	08.50 «ТРОПИКАНКА». (12+)	07.45 «Как мы весну делали». Мультфильм. (0+)
Битва за деньги. (16+)	12.20 Орел и Решка. Америка. (16+)	10.00 Ювелир. (16+)	07.55 «Как ослик счастье искал». Мультфильм. (0+)
14.10 Дела семейные.	13.20 Орел и Решка. Перезагрузка. (16+)	12.15 Мастершеф. (12+)	08.10 «Кентервильское привидение». Мультфильм. (6+)
Битва за будущее. (16+)	15.10 Орел и Решка. Америка. (16+)	15.20 Моя свекровь - монстр. (16+)	08.30 «Козел да баран». Мультфильм. (6+)
15.05 Дела семейные.	16.00 Орел и Решка. Перезагрузка. (16+)	17.30 Обмен женами. (16+)	08.40 «Козленок, который считал до десяти». Мультфильм. (6+)
16.00 Новости	17.00 Орел и Решка. Америка. (16+)	Уникальный проект о семейных ценностях, в котором хранителям семейного домашнего очага предстоит на 7 дней пережить жизнь в чужую семью, стать жёнами для чужих мужей и мамами для чужих детей.	08.50 «БЛЕФ». (16+)
16.15 Телеигра «Игра в кино». (12+)	18.10 Я твоё счастье. (16+)	19.00 «КЛОН». (16+)	10.30, 12.30, 18.15, 19.30 «И ЭТО ВСЁ О НЁМ». (12+)
19.00 Новости	19.00 Орел и Решка. Америка. (16+)	20.00 «ТРОПИКАНКА». (12+)	11.55 «Желтый аист». Мультфильм. (6+)
19.25 «ПЛЯЖ». (16+)	20.00 Орел и решка. По морям-3. (16+)	21.10 Я стесняюсь своего тела. (16+)	12.05 «Жихарка». Мультфильм. (0+)
21.20 «СУДЕБНАЯ КОЛОНКА». (16+)	21.00 Мир наизнанку. Япония. (16+)	01.15 В теме. (16+)	12.20 «Зелёный кузнечик». Мультфильм. (6+)
00.00 Новости	22.00 Руссо-Латино. Перу. (16+)	01.45 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)	16.10 «ПИКНИК У ВИСЯЧЕЙ СКАЛЬ». (16+)
00.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)	23.00 Мир наизнанку. Япония. (16+)	03.15 Обмен жёнами. (16+)	20.45 Живая легенда. Андрей Вознесенский. (12+)
00.55 Дела семейные.	01.00 Пятница News. (16+)		21.35 Дело темное. (16+)
Битва за будущее. (16+)	01.30 «ИЗМУРДУННЫЙ ГОРОД». (16+)		
01.45 Дела семейные.	04.30 «РЫЖИЕ». (16+)		
Новые истории. (16+)			
02.35 Зал суда.			
Битва за деньги. (16+)			
03.30 «ПЛЯЖ». (16+)			
05.05 Культ//Туризм. (16+)			
05.30 «ДУРНАЯ КРОВЬ». (16+)			

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC
00.00 Час истины. (12+)	06.00 Невероятные изобретения. (12+)	06.00, 06.50 Авто - SOS. (16+)
01.10 Российская летопись. (12+)	06.25, 07.10 Взрывная Земля. (12+)	07.45 Осушить океан: глубокое погружение. (16+)
01.30 На пути к Великой Победе. (12+)	08.10 Вторая мировая в цвете. (12+)	08.40 Инстинкт выживания, Китай. (16+)
02.00 Искусство войны. (12+)	09.10 Заговор. (12+)	09.30, 10.25 Дикий туец: Север против Юга. (16+)
03.00 Тайная Франция. (12+)	10.00 Париж и Берлин: путешествие сквозь время. (12+)	11.15 Затерянные сокровища змеиных царей майя. (16+)
04.00 Истриада. (12+)	11.00, 11.30 Родовые проклятия. (12+)	12.10 Осушить океан: злодей преступного мира. (16+)
05.00 Страна Советов.	11.55 История Европы. (12+)	13.05, 13.35 Тайные истории. (16+)
Забутые вожди. (12+)	12.50 Мир Гитлера: послевоенные планы. (12+)	14.05 «ГЕНИЙ». (16+)
06.00 Америка до Колумба. (12+)	13.40 Заговор. (12+)	15.20 Расследования авиакатастроф. (16+)
07.00 Первая мировая. (12+)	14.30 Как климат изменил ход истории. (12+)	16.10 Международный аэропорт Дубай. (16+)
08.00 «НОВАЯ ЗЕМЛЯ». (16+)	15.25 Вторая мировая в цвете. (12+)	17.05 Авто - SOS. (16+)
09.50, 23.50 Семь дней истории. (12+)	16.20, 16.50 Невероятные изобретения. (12+)	18.00 Осушить океан: глубокое погружение. (16+)
10.00, 10.30 Александр Великий. (12+)	17.20 Париж и Берлин: путешествие сквозь время. (12+)	18.50, 19.20 Тайные истории. (16+)
11.00 Душа России. (12+)	18.20, 18.50 Родовые проклятия. (12+)	19.50 «ГЕНИЙ». (16+)
11.30 Третья столица. (12+)	19.15 История Европы. (12+)	21.05 Авто - SOS. (16+)
12.00 «МЫ ИЗ КРОНШТАДТА». (12+)	20.10 Мир Гитлера: послевоенные планы. (12+)	22.00 Затерянные сокровища Египта. (16+)
13.40 Секреты истории. (16+)	В этой серии мы рассказываем о поддержке национал-социализма в Америке и покажем аванпосты нацистской Германии в Стране Свободы.	22.50, 23.20 Тайные истории. (16+)
15.00 Лица итальянского искусства. (12+)	21.10 Заговор. (12+)	23.50 Странная Вторая Мировая. (16+)
15.15 Историограф. (12+)	22.00 Вторая мировая в цвете. (12+)	00.40 Осушить океан: злодей преступного мира. (16+)
16.00, 16.30 Сражения с Наполеоном. (12+)	22.55 Безумцы с «Батави»	01.35, 04.50 Затерянные сокровища Египта. (16+)
17.40 Убийство Каподистрии. (12+)	00.05 Охота на Клауса Барби. (12+)	02.25 Международный аэропорт Дубай. (16+)
18.20 Тайны российской дипломатии. (12+)	01.10 Загадочные убийства: нацисты. (12+)	03.15 Расследования авиакатастроф. (16+)
18.55 Последний большевик: Вячеслав Михайлович Молотов. (12+)	02.00 Вторая мировая в цвете. (12+)	04.00 Авто - SOS. (16+)
19.30 Библиотеки России. (6+)	02.55 Запретная история. (12+)	05.35 Игры разума. (16+)
20.00 Евангелие от Джотто: Капелла Сокровенны в Падуе. (12+)	03.45, 04.35 Музейные тайны. (12+)	
21.10 Русские праведники. (12+)	05.25 Невероятные изобретения. (12+)	
21.45 Музеи Ватикана. (12+)	05.55 Невероятные изобретения. (6+)	
22.40 История Отечества в портретах. (12+)		
23.00 Секрет Данте. (16+)		

ANIMAL PLANET	DISCOVERY CHANNEL	TLC
06.00 Полиция Майами: отдел по защите животных. (16+)	06.00 Махинаторы. (12+)	06.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)
07.00 Адская кошка. (12+)	07.00 Крутой тюнинг. (12+)	07.00 Поместья: новая жизнь. Возвращение. (12+)
08.00 Аквариумный бизнес. (12+)	08.00, 08.30 Как это устроено? (12+)	08.00, 08.30 Жизнь на Карибах. (12+)
09.00 Природа Ближнего Востока. (12+)	09.00 Охотник за антиквариатом. (12+)	09.00, 09.30 Доступная роскошь. (12+)
10.00 На свободу с питбулем. (12+)	10.00, 10.30 Как это устроено? (12+)	10.00 Оденься к свадьбе: Великобритания. (12+)
11.00 Будни ветеринара. (16+)	11.00, 11.30 Мужские берлоги. (12+)	11.00 Оденься к свадьбе. (12+)
12.00 Центр реабилитации Аманды. (12+)	12.00 Лучший оружейник. (12+)	12.00 В плену ненужных вещей. (12+)
13.00 Доктор Ди: ветеринар Аляски. (16+)	13.00, 13.30 Как это устроено? (12+)	13.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)
14.00 Аквариумный бизнес. (12+)	14.00 Махинаторы. (12+)	14.00 Шинкуют все. (12+)
15.00, 16.00 Адская кошка. (12+)	15.00 Крутой тюнинг. (12+)	15.00 Шинкуют все: юные кулинары. (12+)
17.00 Полиция Майами: отдел по защите животных. (16+)	16.00 Разрушители легенд. (16+)	16.00 Поместья: новая жизнь. Возвращение. (12+)
18.00 Красота змей. (12+)	17.00 Реальные дальнбойщики. (12+)	17.00 Оденься к свадьбе. (12+)
19.00 Незведанная Европа: Земля Льда и Снега. (12+)	18.00 Охотник за антиквариатом. (12+)	18.00, 18.30 Жизнь на

СПОРТ

МАТЧ: ИГРА	МАТЧ: ИГРА	EUROSPORT 1
06.00, 15.00 Зимняя Универсиада-2019. Керлинг. Мужчины. Прямая трансляция из Красноярска	00.00, 00.40, 06.30 Горные лыжи. Кубок мира. (0+)	
08.00 Гандбол. Лига чемпионов. Женщины. «Будучность» - «Ростов-Дон»	01.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Чемпионат мира. Зеффельд. (0+)	
09.45, 23.55 Вся правда про... (12+)	02.30, 09.00, 15.00 Велоспорт. Кюрье - Брюссель - Кюрье. (0+)	
10.00, 05.00 Зимняя Универсиада-2019. Керлинг. Женщины. Прямая трансляция из Красноярска	03.30, 07.30, 16.00 Велоспорт (трек). Чемпионат мира. Прушков. (0+)	
13.00, 18.00 пляжный футбол. Чемпионат мира среди клубов. Трансляция из Москвы. (0+)	05.00, 18.30 Лыжные гонки. Чемпионат мира. Зеффельд. Мужчины. (0+)	
14.25, 04.30 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)	10.00 Универсиада. Красноярск. Биатлон. Мужчины. Прямая трансляция. (0+)	
19.30, 02.00 Зимняя Универсиада-2019. Керлинг. Трансляция из Красноярска. (0+)	11.30 Лёгкая атлетика. Чемпионат Европы в помещении. Глазго. (0+)	
22.00 Пляжный футбол. Чемпионат мира среди клубов. «Спартак» (Россия) - «Спортинг» (Португалия). Трансляция из Москвы. (0+)	13.00, 13.45, 14.15, 19.15 Универсиада. Красноярск. (0+)	
23.25 Баскетбол. Евролига. «Путешествия». (12+)	17.30 Велоспорт. «Тур ОАЭ». (0+)	
00.10 Баскетбол. Евролига. Мужчины. «Олимпиадос» (Греция) - ЦСКА (Россия). (0+)	20.00 Хоккей. НХЛ. Регулярный сезон. (0+)	
	21.00 Дзюдо. Большой Шлем. Дюссельдорф. (0+)	
	21.30 Лыжное двоеборье. Чемпионат мира. Зеффельд. Команды. (0+)	
	21.55 Снукер. Players Championship. Престон. Прямая трансляция. (0+)	

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ-ТВ
05.00, 01.05 Наше. (16+)	12.25 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
06.05 Засеки звезды. (16+)	13.30 Икона стиля с Анной Семенович. (16+)
06.15, 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)	14.00 Русский чарт. (16+)
06.55, 10.00, 15.00, 18.15 8 женщин. (12+)	15.05 Битва фанклубов. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)	16.00 #ЯНАМУЗ-ТВ. (16+)
09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)	18.00 PRO-новости. (16+)
10.05 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)	18.20 Русские хиты. Чемпионы понеделника. (16+)
10.30 PRO-обзор. (16+)	19.00 Золотая дюжина. (16+)
11.05 Золотая лихорадка. (16+)	20.00 Zaga.
12.20, 17.00, 01.00 PRO-клип. (16+)	Сольный концерт. (16+)
	22.25 Тор 30 - Крутяк недели. (16+)
	02.10 Неспиннер. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
06.00, 14.30, 22.25 «Смешарики». (0+)	05.00, 07.35 «Пёс Пат». (6+)	05.00 «Ранние пташки».
06.25, 15.30, 23.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)	05.25 «Жужики». (6+)	«Три котёнка», «Врумиз». (0+)
07.00, 16.00 «Малышарики». (0+)	05.45 «Мини-Маппеты». (0+)	06.55 «Пляс-класс». (0+)
07.25 «Домики». (0+)	06.15, 10.30 «Дружные мопсы». (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
08.00 «Робокор Полли и его друзья». (0+)	06.40 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)	Просыпайтесь с нами, и ваше утро обязательно будет добрым!
08.30, 16.20 «Лео и Тиг». (0+)	08.00, 11.00 «Герои в масках». (0+)	07.30 «Пляс-класс». (0+)
09.00, 23.00 «Йоко». (0+)	08.35, 11.30 «Удивительная Ви». (6+)	07.40 «Нелла - отважная принцесса». (0+)
09.50, 17.00 Друзья на все времена. (0+)	09.00 «София Прекрасная». (0+)	08.25 «Пластинки». (0+)
10.00, 17.55 «Катя и Эф. Куда-удовно-дверь». (0+)	09.30 «Елена - принцесса Авалора». (0+)	08.35 «Маленькое королевство Бена и Холли». (0+)
10.05, 17.20 «Фиксики». (0+)	10.00 «Хранитель Лев». (0+)	09.20 «Давайте рисовать!» (0+)
10.30, 18.15 «Лунтик и его друзья». (0+)	12.00 «Уходи, Единорог!» (6+)	Программа «Давайте рисовать!» поможет зрителям развить фантазию, навыки моторики и композиции. А еще позволит окунуться в настоящий сказочный мир - ведь рисунки здесь оживают!
11.00, 19.00 «Четверо в кубе». (0+)	12.15 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)	09.50 «Союзмультфильм» представляет: «Дед Мороз и лето». (0+)
11.25, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	13.20 «Город героев: Новая история». (6+)	10.10 «Замок лгунов». (0+)
12.00 «Машины сказки». «Простокашينو». (0+)	14.20 «Финес и Ферб». (6+)	10.30 «Роботы-поезда». (0+)
12.20, 20.15 «Маша и Медведь». (0+)	17.45 «Рapunцель: Новая история». (6+)	11.00 «Суперкрылья». Джетт и его друзья. (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	18.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	11.40 «Машинки».
13.30 «Бобр добрый». (0+)	19.30 «Алиса знает, что делать!» (6+)	«Малыши и летающие звери». (0+)
14.00, 22.00 «Бумажки». (0+)	21.55 «История игрушек и ужасов». (6+)	12.15 «Тобот Атлон». (6+)
15.00 «Джинглики». (0+)	22.30 Правила стиля. (6+)	12.40 «Трансформеры. Кибервселенная». (6+)
18.00 «Консуни. Чудеса каждый день». (0+)	22.50 «Возрождение. Посвящение в герои». (12+)	13.00 «Смешарики. Пин-код». (6+)
20.00 Сказка на ночь. «Машины сказки». «Трям! Здравствуйте!» (0+)	23.15 «Мстители: миссия Чёрной Пантеры». (12+)	14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
21.30 «Сказочный патруль». (0+)	23.45 «Стражи Галактики». (12+)	14.10 «Элвин и бурундуки». (6+)
	00.10 «ОДНАЖДЫ В СКАЗКЕ». (12+)	14.55 «Супер4». (6+)

ДЕТСКИЙ	ДЕТСКИЙ	ДЕТСКИЙ
07.21, 08.02, 10.52, 12.48, 13.49, 19.17 «Раскраска». (0+)	05.00 «Ангел Бэби». (0+)	05.00 «Ангел Бэби». (0+)
07.28, 11.03, 14.47 «ПАРК ГАЛАКТИКА». (12+)	07.00 «Животные - мои друзья». (0+)	07.00 «Животные - мои друзья». (0+)
07.56 «Пчелогарфия». (6+)	07.10 «Бинг». (0+)	07.10 «Бинг». (0+)
08.06 «4 машинки». (0+)	08.00 «Доктор Малышкина». (0+)	08.00 «Доктор Малышкина». (0+)
08.18 «Мяу-Мяу». (0+)	08.05 «Радужный мир Руби». (0+)	08.05 «Радужный мир Руби». (0+)
08.31, 09.09, 13.37, 16.05, 20.15, 21.21, 22.19 Мультфильмы. (0+)	08.55 «Весёлый алфавит». (0+)	08.55 «Весёлый алфавит». (0+)
08.50, 21.55 Мультфильмы. (6+)	09.00 О! Музыка. (0+)	09.00 О! Музыка. (0+)
10.02, 13.55, 17.24 «Приключения Таши». (6+)	09.35 «Бобби и Билл». (6+)	09.35 «Бобби и Билл». (6+)
10.26, 14.20, 17.49 «Смурфики». (0+)	10.25 «Пластинки». (0+)	10.25 «Пластинки». (0+)
11.28, 20.26, 23.03 «Колобанга. Только для пользователей интернета». (6+)	10.30 «Свинка Пеппа». (0+)	10.30 «Свинка Пеппа». (0+)
11.53, 17.00, 22.38 «Смешарики». (0+)	11.55 «Космическое путешествие». (0+)	11.55 «Космическое путешествие». (0+)
12.20, 18.49, 23.28 Почемучка. (6+)	12.00 «Magic English». (0+)	12.00 «Magic English». (0+)
12.34, 19.03 Почемучка. Астрономия. (6+)	12.20 «Йоко». (0+)	12.20 «Йоко». (0+)
12.54, 19.24 Микроистория. (6+)	14.25 «Весёлый алфавит». (0+)	14.25 «Весёлый алфавит». (0+)
13.08, 19.37 Путешествие с нами! (6+)	14.30 «Если бы я был...» (0+)	14.30 «Если бы я был...» (0+)
13.22 «Кондитер Сладкоежкина». (6+)	14.40 «Смешарики. Новые приключения». (0+)	14.40 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
15.16 «Боцман и попугай». (0+)	17.00, 04.40 «ТриО!» (0+)	17.00, 04.40 «ТриО!» (0+)
18.19 «Новые, никому не известные приключения барона Мюнхгаузена». (6+)	17.15 «Доктор Малышкина». (0+)	17.15 «Доктор Малышкина». (0+)
19.56 Готовим с папой. (6+)	17.20 «Три кота». (0+)	17.20 «Три кота». (0+)
20.55 «Новые приключения попугай Кеши». (0+)	19.45 «Пластинки». (0+)	19.45 «Пластинки». (0+)
	19.50 «Свинка Пеппа». (0+)	19.50 «Свинка Пеппа». (0+)
	22.00 «Летающие звери». (0+)	22.00 «Летающие звери». (0+)
	00.20 «Доктор Малышкина». (0+)	00.20 «Доктор Малышкина». (0+)
	00.25 «Алиса знает, что делать!» (6+)	00.25 «Алиса знает, что делать!» (6+)
	02.15 «Magic English». (0+)	02.15 «Magic English». (0+)
	02.35 «Новаторы». (6+)	02.35 «Новаторы». (6+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00 Сила духа. (0+)	15.00 Матушка Иоанна. Цикл: Женщины в православии. (0+)
05.30 Я хочу ребенка. (0+)	15.30 Монахиня Игнатия. Цикл: Женщины в православии. (0+)
06.00 Завет. (0+)	16.25 «ДВОЕ И ОДНА». (0+)
07.00, 01.25 Киев. 5 лет спустя. (0+)	18.00 Завет. (0+)
07.30 Как я стал монахом. (0+)	19.00, 01.50 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
08.00 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)	21.30, 02.45 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
09.00, 09.30, 14.30 Монастырская кухня. (0+)	22.30 «ПОЧТИ СМЕШНАЯ ИСТОРИЯ». Фильм 1. (0+)
10.00, 16.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)	23.50 День Патриарха. (0+)
10.30 Как я стал монахом. (0+)	00.05 Завет. (0+)
11.00 Папа Римский Климент. Цикл: День Ангела. (0+)	01.00 Выходение епископа Пантелеимона (Шатова) в рамках Форума активных мирян «Фавор». (0+)
11.20 «ЮНОНА И АВОСЬ». Спектакль. (0+)	03.40 Res Publica. (0+)
13.00, 20.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)	04.30 Святые Борис и Глеб. Цикл: День Ангела. (0+)

Православный календарь

4 марта

Седмица сырная (Масленица) – сплошная. Глас 7. Ап. от 70 Архиппа и Филимона и мц. равноап. Аппии.



Прп. Феодора Санаксарского. Мч. Максима, Феодота, Исихия, мц. Асклиподоты. Прпп. Евгения и Макария исп., пресвитеров Антиохийских. Прп. Равулы. Прп. Досифея, ученика прп. аввы Дорофея. Мч. Димитрия.

Из трапезы исключаются мясо.

«Такой рай Господень. Все будут в любви, и от смирения Христова все будут рады видеть других выше себя». Прп. Силуан Афонский

Кредит для пенсионеров

Получите деньги сегодня!

Звоните: (495) 106-16-38 www.interprombank.ru

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

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



Интерпромбанк

от 11%

возраст до 75 лет

до 1 000 000 руб

БЕСПЛАТНЫЙ ВОПРОС ЮРИСТУ

8 (499) 322-05-19

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

ОТВЕТИМ НА ВСЕ ВАШИ ВОПРОСЫ

Трехлетний малыш получает от бабушки, живущей в другом городе, подарок на день рождения. Открыв бандероль, он видит, что это шикарный водяной пистолет, и, завизжав от восторга, бежит быстро наполнять его. Его мама, однако, совсем не в восторге и набирает номер своей матери: – Мама, ты помнишь, как мы доводили тебя до сумасшествия своими водяными пистолетами? Из трубки раздается радостный голос бабушки: – А то!

Надо сделать так, чтобы голодных и несчастных в мире стало меньше... Схожу, поем.






ОБЪЕДИНЕНИЕ высококвалифицированных практикующих АДВОКАТОВ И ЮРИСТОВ

ПОМОЖЕМ:

- ✓ возврат вкладов
- ✓ проблемы с банками и судебными приставами
- ✓ наследственные, жилищные, земельные, трудовые и семейные споры
- ✓ ЗПП, ДДУ, ДТП

БЕСПЛАТНАЯ ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ
8 (495) 136-76-26

РЕН	ТНТ	ТВ-3	ЧЕ	МАТЧ	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<div>05.00 04.40 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)</div> <div>06.00 11.00 15.00 «Документальный проект». (16+)</div> <div>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</div> <div>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</div> <div>09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</div> <div>12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)</div> <div>13.00 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</div> <div>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</div> <div>17.00 03.05 «Тайны Чапман». (16+)</div> <div>18.00 02.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</div> <div>20.00 «ДЕНЬ НЕЗАВИСИМОСТИ: ВОЗРОЖДЕНИЕ». (12+)</div> <div></div> <div>США, 2016 г. Фантастический боевик. Лиам Хемсворт, Джефф Голдблум, Джесси Ашер, Билл Пуллман, Майка Монро.</div> <div>22.10 «Водить по-русски». (16+)</div> <div>00.30 «САМОВОЛКА». (16+)</div>	<div>07.00 ТНТ. Best. (16+)</div> <div>09.00 Дом-2. Lite. (16+)</div> <div>10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)</div> <div>11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)</div> <div>12.30 «Спаси свою любовь». (16+)</div> <div>13.25 Большой завтрак. (16+)</div> <div>14.00 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)</div> <div>18.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ». (16+)</div> <div>В кабинет Мухича подкидывают послание с просьбой о помощи: похитили молодую девушку по имени Марианна. Все следы ведут в кафе Алёны и Кристины.</div> <div>20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)</div> <div>Сычев с помощью Белозеровой чистит карму, пытаясь исправить ошибки прошлого. Опасаясь скандала на выборах, ректор и секретарша Тамара решают бежать из города.</div> <div>21.00 Импровизация. (16+)</div> <div>22.00 Студия Союз. (16+)</div> <div>23.00 Дом-2. Город любви. (16+)</div> <div>00.00 Дом-2. После заката. (16+)</div> <div>01.05 «Спаси свою любовь». (16+)</div> <div>01.50 «Бородина против Бузовой». (16+)</div> <div>02.35 «Открытый микрофон». (16+)</div> <div>05.05 ТНТ. Best. (16+)</div>	<div>06.00 «Мультфильмы». (0+)</div> <div>09.20 «Слепая». (12+)</div> <div>11.00 «Гадалка». (12+)</div> <div>12.00 «Не ври мне». (12+)</div> <div>15.00 «Мистические истории. Начало». (16+)</div> <div>16.00 «Гадалка». (12+)</div> <div>17.35 «Слепая». (12+)</div> <div>18.40 «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ». (16+)</div> <div>Доктору Хант удается выявить причину смерти и установить картину болезни, вызванной заражением. Поражённый организм перестаёт функционировать в течение трёх дней. Теперь у Меган есть три дня, чтобы спасти одного из своих близких...</div> <div>23.00 «РОБОТ ПО ИМЕНИ ЧАППИ». (16+)</div> <div></div> <div>США, ЮАР, 2015 г. Фантастика. Шарлотта Копли, Дев Пател, Ниндзя. Ученый по имени Деон Уилсон занимается разработкой искусственного интеллекта. Проведя эксперимент на поврежденном роботе-полицейском, Деон получает неожиданный результат.</div> <div>01.30 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)</div>	<div>06.00 «КВН. Высший балл». (16+)</div> <div>06.50 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)</div> <div>07.30 «Дорожные войны». (16+)</div> <div>07.50 «Удачная покупка». (16+)</div> <div>08.10 «Дорожные войны». (16+)</div> <div>12.00 «Решала». (16+)</div> <div>13.00 «Идеальный ужин». (16+)</div> <div>15.00 «Утилизатор». (12+)</div> <div>15.30 «ДИКИЙ». (16+)</div> <div></div> <div>Россия, 2009 г. Боевик. Игорь Лифанов, Мария Баева, Артём Мазунов. Беспощадный к криминалу капитан милиции Александр Диченко давно завоевал себе репутацию героя-одиночки. За свой крутой нрав он получил прозвище «Дикий».</div> <div>19.30 «КВН. Высший балл». (16+)</div> <div>20.30 «Дорожные войны». (16+)</div> <div>22.00 «Решала». (16+)</div> <div>23.00 «+100500». (18+)</div> <div>00.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)</div> <div>00.20 «ДИКИЙ». (16+)</div> <div>03.40 «РОДИНА». (16+)</div>	<div>06.00 Спортивный календарь. (12+)</div> <div>06.10 «Вся правда про...» (12+)</div> <div>06.40, 19.00 Дневник Универсиады. (12+)</div> <div>07.00, 08.50, 11.00, 14.45, 17.55, 21.55 Новости</div> <div>07.05, 11.05, 14.50, 18.05, 00.55 Все на Матч!</div> <div>08.55 Зимняя Универсиада-2019. Сноубординг. Финалы. Пр.тр.</div> <div>11.35 «Красноярск-2019. Из Сибири с любовью». (12+)</div> <div>12.05 Тотальный футбол. (12+)</div> <div>13.00 Профессиональный бокс. Э. Лара - Б. Кастаньо. (16+)</div> <div>15.25 Зимняя Универсиада-2019. Россия - США. Хоккей. Пр.тр.</div> <div>19.20 Церемония вручения премий Мировой академии спорта «Лауреус». (0+)</div> <div>21.25 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)</div> <div>22.00 Все на футбол!</div> <div>22.50 Футбол. «Реал» (Мадрид, Испания) - «Аякс» (Нидерланды). Лига чемпионов. 1/8 финала. ППр.тр.</div> <div>01.25 Баскетбол. Евролига. Женщины. 1/4 финала. (0+)</div> <div>03.25 «ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ». (12+)</div> <div>05.30 «Деньги большого спорта». (16+)</div>	<div>06.30 07.30 18.00 00.00 «6 кадров». (16+)</div> <div>06.50 «Удачная покупка». (16+)</div> <div>07.00 12.40 03.05 «Понять. Простить». (16+)</div> <div>07.35 «По делам несовершеннолетних». (16+)</div> <div>08.35 «Давай разведёмся!» (16+)</div> <div>09.35 05.10 «Тест на отцовство». (16+)</div> <div>10.40 04.25 «АГЕНТЫ СПРАВЕДЛИВОСТИ». (16+)</div> <div>11.40 03.35 «Реальная мистика». (16+)</div> <div>13.50 «МОЙ». (16+)</div> <div>19.00 «ЧУДО ПО РАСПИСАНИЮ». (16+)</div> <div></div> <div>Украина, 2016 г. Мелодрама. Екатерина Молчанова, Денис Мартынов, Дарья Трегубова. Милая девушка Вероника однажды вечером выехала покататься на мотоцикле и была сбита пьяным водителем.</div> <div>23.00 02.20 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-2». (16+)</div> <div>00.30 «БАЛЬЗАКОВСКИЙ ВОЗРАСТ, ИЛИ ВСЕ МУЖИКИ СВОИ...». (16+)</div> <div>06.00 «Домашняя кухня». (16+)</div>	

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:

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

ЕСЛИ ГОРЕ СЛУЧИЛОСЬ В БОЛЬНИЦЕ:

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

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ:

1. Обратитесь по телефону 8 (495) 300-3-300 (КРУГЛОСУТОЧНО) и вызовите сотрудника городской ритуальной службы.
2. Вместе с прибывшим сотрудником отправляйтесь в морг 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 зачет 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	TV1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
06.10 «МАЛАВИТА». (16+)	06.20 «МАМЫ». (12+)	06.00 «СВАТЫ». (16+)	06.00, 17.10 «БЕДНАЯ НАСТЯ». (12+)	06.00, 17.10 «БЕДНАЯ НАСТЯ». (12+)
08.20 «СФЕРА». (16+)	08.25 «ИРОНИЯ ЛЮБВИ». (16+)	10.55 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (12+)	06.50, 07.10, 07.35, 08.00, 08.25, 18.00, 18.20, 18.45, 19.10, 19.35 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)	06.50, 07.10, 07.35, 08.00, 08.25, 18.00, 18.20, 18.45, 19.10, 19.35 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
10.30 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+)	10.10 «О ЧЁМ МОЛЧАТ ДЕВУШКИ». (12+)	13.35 «КУРЬЕР». (12+)	08.50, 09.35, 20.00, 20.45, 00.30, 01.15 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)	08.50, 09.35, 20.00, 20.45, 00.30, 01.15 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
13.15 «МОЯ БОЛЬШАЯ ГРЕЧЕСКАЯ СВАДЬБА-2». (16+)	11.55 «Я ЛЮБИТЬ ТЕБЯ БУДУ, МОЖНО?» (12+)	СССР, 1986 г. В ролях: Федор Дунаевский, Анастасия Немоляева, Олег Басилашвили	10.20, 21.30, 02.00 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)	10.20, 21.30, 02.00 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
15.15 «МАЛАВИТА». (16+)	13.05 «КОНТРИБУЦИЯ». (12+)	15.10 «ИНТЕРДЕВОЧКА». (16+)	11.10 Правила моей кухни. (16+)	11.10 Правила моей кухни. (16+)
17.30 «ПАУТИНА ЛЖИ». (16+)	16.20, 17.10 «ПАРФЮМЕРША». (12+)	СССР, 1989 г. В ролях: Елена Яковлева, Томас Лаустiola, Анастасия Немоляева, Ирина Розанова, Валерий Хромушкин	12.10, 22.20, 02.50 «ЦЕНА ЛЖИ». (16+)	12.10, 22.20, 02.50 «ЦЕНА ЛЖИ». (16+)
20.10 «БЭТМЕН: НАЧАЛО». (12+)	18.30 «ОГНИ БОЛЬШОЙ ДЕРЕВНИ». (12+)	18.00 «СВАТЫ». (16+)	13.25 «ЛЮБОВЬ НЕ ПО РАЗМЕРУ». (16+)	13.25 «ЛЮБОВЬ НЕ ПО РАЗМЕРУ». (16+)
США, Великобритания, 2005 г. В ролях: Кристиан Бейл, Майкл Кейн, Лиа Нисон, Кети Холмс, Гари Олдман	20.20 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (12+)	21.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	19.20 «ПЛЯЖ». (16+)	19.20 «ПЛЯЖ». (16+)
22.55 «АЛЕКСАНДР». (16+)	22.10 «НА КРЮЧКЕ» (16+)	01.20 «НЕПРИДУМАННАЯ ИСТОРИЯ». (12+)	21.00 Мир наизнанку. Япония. (16+)	21.00 Мир наизнанку. Япония. (16+)
Германия, США, Нидерланды, Франция, Великобритания, Италия, 2004 г.	00.05 «СТАЛЬНАЯ БАБОЧКА». (16+)	02.55 «НЕПОДСУДЕН». (6+)	22.00 Руссо-Латино. Перу. (16+)	22.00 Руссо-Латино. Перу. (16+)
02.15 «АФЕРА ПО-АНГЛИЙСКИ». (18+)	02.15 «ЧАС ПИК». (16+)	04.20 «И ЖИЗНЬ, И СЛЁЗЫ, И ЛЮБОВЬ». (12+)	01.00 «КЛОН». (16+)	01.00 «КЛОН». (16+)
03.55 «ГОСТЬЯ». (16+)	04.20, 05.05 «ПАРФЮМЕРША». (12+)		01.30 «ТРОПИКАНКА». (12+)	01.30 «ТРОПИКАНКА». (12+)

Иллюзион+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	FOX life	FOX LIFE
00.00 «ДЕЛО В ТЕБЕ». (16+)	00.15 «ФРАНЦУЗСКИЙ ШПИОН». (16+)	01.10 «ЛЮБОВЬ ПРЕТ-А-ПОРТЕ». (12+)	06.00, 17.45, 18.35, 04.50 «СКОРПИОН». (16+)	06.00, 17.45, 18.35, 04.50 «СКОРПИОН». (16+)
01.30 «УДАЧА ЛОГАН». (16+)	01.45 «КАМЕННАЯ БАШКА». (16+)	02.55 «ЛЕГКОЕ ПОВЕДЕНИЕ». (16+)	06.50, 07.40, 13.40, 14.25, 01.10, 02.00 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)	06.50, 07.40, 13.40, 14.25, 01.10, 02.00 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
03.25 «16 КВАРТАЛОВ». (16+)	03.20 «КОРОЛЕВ». (16+)	04.45 «МИСТЕР ФЕЛИЧИТА». (16+)	08.30, 11.05, 16.55, 21.00, 00.20 «НОМЕР 309». (16+)	08.30, 11.05, 16.55, 21.00, 00.20 «НОМЕР 309». (16+)
05.00 «ЛЮБОВЬ С ПЕРВОГО ВЗГЛЯДА». (16+)	05.15 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ-2». (16+)	06.25 «СОКРОВИЩА О. К.». (12+)	09.25 Джейми Оливер: Супер еда. (12+)	09.25 Джейми Оливер: Супер еда. (12+)
06.25 «ДЕНЬГИ НА ДВОИХ». (16+)	07.05 «ДЕРЖИ УДАР, ДЕТКА». (16+)	08.35 «ВДРЕБЕЗГИ». (16+)	10.15, 04.10 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)	10.15, 04.10 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)
08.25 «ОНА». (16+)	09.00 «РЕАЛЬНЫЙ ПАПА». (12+)	10.20 «ЛУЧШИЙ И САМЫЙ ЯРКИЙ». (16+)	12.00, 12.50, 19.20, 20.10 «КАСПИ». (16+)	12.00, 12.50, 19.20, 20.10 «КАСПИ». (16+)
10.25 «ИГРА ИХ ЖИЗНИ». (12+)	10.40, 11.35 «ОХОТА НА ДЬЯВОЛА». (16+)	12.05 «ПОСЛЕСВАДЕБНЫЙ РАЗГРОМ». (18+)	15.15, 16.05, 22.45, 23.30, 02.40, 03.25 «БЕЛЫЙ ВОРОТНИЧОК». (16+)	15.15, 16.05, 22.45, 23.30, 02.40, 03.25 «БЕЛЫЙ ВОРОТНИЧОК». (16+)
12.00 «ТЕОРИЯ ЗАГОВОРА». (16+)	12.30 «ВРАГИ». (16+)	13.55 «НИЧЕГО НЕ ВИЖУ, НИЧЕГО НЕ СЛЫШУ». (16+)	21.50 «ЭТО МЫ». (16+)	21.50 «ЭТО МЫ». (16+)
13.45 «ПАТРУЛЬ ВРЕМЕНИ». (16+)	13.55 «ЗЕЛЕНАЯ КАРЕТА». (16+)	15.55 «СЕКСОГОЛИ». (16+)	3 сезон. Серил. США, 2018 г. В ролях: Майло Вентимилья, Мэнди Мур, Стерлинг К. Браун, Крисси Мец, Джастин Хартли	3 сезон. Серил. США, 2018 г. В ролях: Майло Вентимилья, Мэнди Мур, Стерлинг К. Браун, Крисси Мец, Джастин Хартли
15.20 «ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ». (16+)	15.35 «МАРС». (16+)	17.35 «СВИДЕТЕЛЬ НА СВАДЬБЕ». (16+)	05.35 Джейми Оливер: Готовим за 30 минут. (12+)	05.35 Джейми Оливер: Готовим за 30 минут. (12+)
17.00 «ДЕВЯТКИ». (16+)	17.20 «ЗАЯЦ НАД БЕЗДНОЙ». (16+)	19.30 «СТЕРВА». (16+)		
18.45 «КОЕ-ЧТО ЕЩЕ». (16+)	19.00, 19.55 «ОХОТА НА ДЬЯВОЛА». (16+)	Комедия, США, 2001 г.		
20.30 «ЛЮБОВЬ И СЛАВА». (16+)	20.50 «ВЫ НЕ ОСТАВИТЕ МЕНЯ». (16+)	21.20 «ЭТО ВСЕ ОНА». (16+)		
21.55 «ВЕРОНИКА РЕШАЕТ УМЕРЕТЬ». (16+)	Драма, Россия, 2006 г.	Комедия, мелодрама, США, 1998 г.		
23.30 «ЭВЕРЛИ». (18+)	22.50 «КОКТЕБЕЛЬ». (16+)	23.10 «КУРЬЕР». (16+)		

ФЕНИКС+КИНО	TV 21 ВЕК	РОДНОЕ КИНО	КИНОСЕРИЯ
08.00, 16.00, 00.00 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА». (16+)	10.00, 18.00, 02.00 «ЗНАКОМСТВО ПО БРАЧНОМУ ОБЪЯВЛЕНИЮ». (16+)	02.20 «ТРОЕ В ЛОДКЕ, НЕ СЧИТАЯ СОБАКИ». (12+)	00.35, 01.30 «БЕШЕНЫЕ ПСЫ». (18+)
09.00, 10.00, 17.00, 18.00, 01.00, 02.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ-2». (16+)	11.30, 19.30, 03.30 «УБЕЖИЩЕ». (16+)	05.05 «БРОНЗОВАЯ ПТИЦА». (12+)	02.20, 03.25, 04.20, 11.45, 12.55, 23.35 «БОГОМОЛ». (16+)
Сериал. Драма, мелодрама, Россия, 2009 г. В ролях: Анна Снаткина, Прохор Дубравин	13.25, 21.25, 05.25 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ». (16+)	09.00 «ЗЕЛЕНЫЙ ФУРГОН». (12+)	05.30, 06.35 «МАММОН». (16+)
11.00, 12.00, 19.00, 20.00, 03.00, 04.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)	14.25, 22.25, 06.25 «УЦЕЛЕВШАЯ». (16+)	11.55 «СЫЩИК ПЕТЕРБУРГСКОЙ ПОЛИЦИИ». (6+)	07.45, 08.45, 09.50, 10.45, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00 «ШЕЛЕСТЬ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)	16.05, 00.05, 08.05 «ЧУДО». (18+)	13.35 «НАЙТИ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (6+)	18.00 «ШЕРЛОК: ЭТЮД В РОЗОВЫХ ТОНАХ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «МЕТОД ФРЕЙДА-2». (16+)	Историческая драма, Россия, 2009 г.	15.15 «ТРЕМБИТА». (6+)	20.00 «ШЕРЛОК: СЛЕПОЙ БАНКИР». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «Я ТЕБЯ НИКОМУ НЕ ОТДАМ». (16+)		17.05 «СЕГОДНЯ - НОВЫЙ АТТРАКЦИОН». (6+)	21.50 «ШЕРЛОК: БОЛЬШАЯ ИГРА». (16+)

УВЛЕЧЕНИЯ




УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
07.20 Тихая моя родина. (12+)	06.30 Кодекс охотника. (16+)	00.00, 13.00, 19.00 Табата-лайт. (12+)
07.50 8 ошибок огородника. (12+)	06.50 Морская подводная охота. (16+)	00.30, 13.30, 19.30 Дыхание стретчинга. (12+)
08.05, 12.00, 17.50 Вот блин! (12+)	07.20 Планета охотника. (16+)	01.00, 16.30, 20.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+)
08.20 Сад своими руками. (12+)	07.55 Универсальная собака. (16+)	01.30, 11.30, 14.30 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
08.50 Дело в отделке. (12+)	08.25 Нахлыст на разных широтах. (12+)	02.00, 15.00, 21.00 Хорошая американская еда с Дэни Бумом. (6+)
09.20 Чай вдвоем. (12+)	08.55, 12.05 Рыбный день. (16+)	02.30, 10.00, 15.30, 21.30 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
09.45 Паштеты. (12+)	09.25, 12.35 Кухня с Сергеем Марковичем. (12+)	03.00, 16.00, 22.00 Первоклассный фитнес. (6+)
09.55 Милости просим. (12+)	09.40, 12.50 Простые рецепты. (12+)	03.30, 14.00, 20.00, 23.30 Делай тело с Русланом Байрамовым. (12+)
10.25 Город-Сад. (12+)	10.05, 16.20 Энциклопедия охоты. (16+)	04.00, 06.00, 08.00 Витамин-шоу. Кофе со звездой. (12+)
10.55 Бесполое хозяйство. (12+)	10.40, 17.00 Нож-помощник. (16+)	04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)
11.30 Мастер. (12+)	11.00, 22.40 Я и моя собака. (16+)	04.30, 06.30, 08.30 Витамин-йога. (12+)
12.20 Частный сектор. (12+)	11.35 Прибалтийский лосось. (16+)	15-минутный комплекс хатха-йоги, разработанный специально для утренней практики. (12+)
12.50, 17.05, 20.50 Чудеса, диковины и сокровища. (12+)	13.05 Технология зимнего клева. (12+)	04.45, 06.45, 08.45 Витамин-завтрак. (12+)
13.20 Фитоаптека. (12+)	13.40 Поймай и снимй. (16+)	05.00, 07.00, 09.00, 18.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)
13.50 Свечной заводчик. (12+)	14.10 Территория льда. (16+)	05.30, 07.30, 09.30 Утренний заряд с Димой Брагиним. (12+)
14.10 Преданья старины глубокой. (12+)	14.40 Рыболовные экспедиции в Норвегию. (16+)	05.45, 07.45, 09.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
14.40 Прогулка по саду. (12+)	15.10 Энциклопедия рыбалки. (12+)	10.30, 17.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
15.15 Мегабанщики. (16+)	15.45 Такая жизнь - охота с Сергеем Бешенцевым. (16+)	12.00 Fit BO+. (6+)
15.45, 19.40 Секреты стиля. (12+)	17.20 Мой мир - рыбалка. (12+)	18.30 Гимнастика для беременных. (6+)
16.15 Профпригодность. (12+)	17.55 По Якутии с Александром Борисовым. (12+)	18.45 Проблемные зоны. Экспресс-курс. (6+)
16.50 Букварь дачника. (12+)	18.25 Секреты «трудных» водоёмов. (12+)	
17.35 Кухня народов СССР. (12+)	19.00 Тропа рыбака. (12+)	
18.05 Урожай на столе. (12+)	19.30 Две на одного. Оружие. (16+)	
18.35 История усадеб. (12+)	19.45 Есть мнение. (16+)	
19.05 Проект мечты. (12+)	20.05 Сам себе охотник. (16+)	
20.05 Идите в баню. (12+)	20.35 Сезон охоты. (16+)	
20.20 Домашняя косметика! (12+)	21.05 Егерьский кордон. (16+)	
20.35 Баня - женского рода. (12+)	21.35 Смертельный улов. (16+)	
21.25 Сравнительный анализ. (16+)	22.25 Привет, Малек! (6+)	
21.55 Чужеземцы. (12+)	23.15 Фидерная ловля в нижнем Прикамье. (16+)	
22.10 Садовые истории с Оливией АндриакО. (12+)	23.45 Под водой с ружьем. (16+)	
22.40 Усадьбы будущего. (12+)		
23.15 Огород круглый год. (12+)		
23.45 Дачный эксклюзив. (16+)		

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР	ПЯТНИЦА	Ю	РЕТРО
06.00 «ДУРНАЯ КРОВЬ». (16+)	05.00 «БОЛЬШИЕ ЧУВСТВА». (16+)	05.00 Обмен жёнами. (16+)	00.25, 12.35 «БЛЕФ». (16+)
10.00 Новости	05.20 Орел и решка. Шопинг. (16+)	06.35 В теме. (16+)	02.00 Имена-легенды. (12+)
10.10 «ДУРНАЯ КРОВЬ». (16+)	07.00 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)	Актуальные новости мира без политики. Самые яркие события из жизни богатых и знаменитых. А также новое в мире моды, в медицине и образовании. (16+)	02.25, 06.00, 22.15 Достояние Республики: Песни Иосифа Кобзона. (12+)
13.00 Новости	07.30 Утро пятницы. (16+)	07.05 «КЛОН». (16+)	04.25 «Конек-Горбунок». Мультфильм. (6+)
13.15 Зал суда	09.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)	08.50 «ТРОПИКАНКА». (12+)	05.40 «Шайбу! Шайбу!» Мультфильм. (6+)
14.10 Дела семейные. Битва за будущее. (16+)	12.00 Мир наизнанку. Япония. (16+)	10.00 Обмен жёнами. (16+)	08.05 «Коля, Оля и Архимед». Мультфильм. (6+)
15.05 Дела семейные. Новые истории. (16+)	19.00 Орел и решка. Мегаполисы. (16+)	11.30 Мастершеф. (12+)	08.25 «Комино». Мультфильм. (6+)
16.00 Новости	20.00 Орел и решка. По морям-3. (16+)	15.20 Моя свекровь - монстр. (16+)	08.35 «ПИКНИК У ВИСЯЧЕЙ СКАЛЫ». (16+)
16.15 Телеигра «Игра в кино». (12+)	21.00 Мир наизнанку. Япония. (16+)	17.30 Обмен домами. (16+)	10.40 Достояние Республики: Песни Леонида Дербенёва. (12+)
17.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)	22.00 Руссо-Латино. Перу. (16+)	Реалити, в котором семьи меняются своими жилищами. Круглый дом, небоскреж, особняк на берегу моря, яхта, деревенская изба или лофт - никто из участников заранее не знает, где им предстоит провести целых три дня. И все это, чтобы выяснить, «хорошо ли там, где нас нет». (16+)	14.20, 15.35, 18.00, 19.15 «И ЭТО ВСЁ О НЁМ». (12+)
19.00 Новости	01.00 «КЛОН». (16+)	19.00 «КЛОН». (16+)	Сериал. СССР, 1978 г.
19.20 «ПЛЯЖ». (16+)	20.00 «ТРОПИКАНКА». (12+)	20.00 «ТРОПИКАНКА». (12+)	16.50 Живая легенда. Андрей Вознесенский. (12+)
Сериал. Детектив, Россия, Украина, 2014 г.	21.05 Я стесняюсь своего тела. (16+)	21.05 Я стесняюсь своего тела. (16+)	17.40 «Золушка». Мультфильм. (0+)
21.20 «СУДЕБНАЯ КОЛОНКА». (16+)	00.40 В теме. (16+)	00.40 В теме. (16+)	20.30 Живая легенда. Борис Гребенщиков. (12+)
00.00 Новости	01.05 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)	01.05 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)	21.20 Дело темное. (16+)
00.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)	02.50 Обмен жёнами. (16+)	02.50 Обмен жёнами. (16+)	В историческом детективе «Дело темное» все обстоятельства громких покушений, политических убийств и сомнительных самоубийств будут воссозданы и расследованы заново.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC
00.00, 20.00 Час истины. (12+)	06.25 Париж и Берлин: путешествие сквозь время. (12+)	06.00 Игры разума. (16+)
01.10 Российская летопись. (12+)	07.25 Родовые проклятия. (12+)	06.30, 07.25 Авто - SOS. (16+)
01.30 На пути к Великой Победе. (12+)	08.00 Вторая мировая в цвете. (12+)	08.15 Затерянные сокровища Египта. (16+)
02.00 Страна Советов. Забытые вожди. (12+)	08.50 Заговор. (12+)	09.10 Испытание пустыни. (16+)
03.00 Первая мировая. (12+)	09.35, 10.35 Падение империи	10.00, 10.55 Дикий тунец: Север против Юга. (16+)
04.00 «НОВАЯ ЗЕМЛЯ». (16+)	11.40 История Европы. (12+)	11.45 Открытие потерянной могилы Ирода. (16+)
05.50, 19.50 Семь дней истории. (12+)	12.35 Мир Гитлера: послевоенные планы. (12+)	12.40 Осушить океан: затонувший город пиратов. (16+)
06.00, 06.30 Александр Великий. (12+)	13.25 Заговор. (12+)	13.35, 14.05 Тайные истории. (16+)
07.00 Душа России. (12+)	14.15 Как климат изменил ход истории. (12+)	14.35 «ГЕНИЙ». (16+)
07.30 Третья столица. (12+)	15.10 Вторая мировая в цвете. (12+)	15.35 Расследования авиакатастроф. (16+)
08.00 «МЫ ИЗ КРОНШТАДТА». (12+)	К июлю 1943 стал очевиден масштаб неудачи Гитлера на Востоке. (12+)	16.25 Международный аэропорт Дубай. (16+)
09.40 Секреты истории. (16+)	16.05, 16.35 Невероятные изобретения. (12+)	17.20 Авто - SOS. (16+)
11.00 Лица итальянского искусства. (12+)	17.05, 18.10 Падение империи	18.15 Затерянные сокровища Египта. (16+)
11.15 Историограф. (12+)	19.15 История Европы. (12+)	19.05 Тайные истории: Человек в железной маске. (16+)
12.00, 12.30 Сражения с Наполеоном. (12+)	20.10 Мир Гитлера: послевоенные планы. (12+)	19.35 Тайные истории: Нострадамус. (16+)
13.00 Тайны российской дипломатии. (12+)	Мы изучаем, как нацисты начали перестройки Берлина до разрушения Варшавы. (12+)	20.05 «ГЕНИЙ». (16+)
13.40 Убийство Каподистрии. (12+)	21.10 Заговор. (12+)	21.05, 22.00 Авто - SOS. (16+)
14.20 Тайны российской дипломатии. (12+)	22.00 Вторая мировая в цвете. (12+)	22.50, 23.20 Тайные истории. (16+)
14.55 Последний большевик: Вячеслав Михайлович Молотов. (12+)	22.55 Женщина в железном гробу	23.50 Странная Вторая Мировая. (16+)
15.30 Библиотеки России. (6+)	00.05 Тайны египетских пирамид. (12+)	00.40 Осушить океан: затонувший город пиратов. (16+)
16.00 Евангелие от Джотто: Капелла Сокровенных в Падуе. (12+)	01.00 Загадочные убийства: нацисты. (12+)	01.35 Авто - SOS. (16+)
17.10 Русские праведники. (12+)	01.50 Вторая мировая в цвете. (12+)	02.20 Международный аэропорт Дубай. (16+)
17.45 Музей Ватикана. (12+)	02.50 Запретная история. (12+)	03.10 Расследования авиакатастроф. (16+)
18.40, 22.40 История Отечества в портретах. (12+)	03.40, 04.30 Музейные тайны. (12+)	04.00, 04.50 Авто - SOS. (16+)
19.00 Секрет Данте. (16+)	05.20 Невероятные изобретения. (12+)	05.35 Игры разума. (16+)
21.00, 21.55 В поисках тайных святых. (12+)	05.50 Невероятные изобретения. (12+)	
23.00 Восход цивилизации. Как греки изменили мир. (12+)		

 ANIMAL PLANET	 DISCOVERY CHANNEL	 TLC
06.00 Полиция Майами: отдел по защите животных. (16+)	06.00 Махинаторы. (12+)	06.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)
07.00 Адская кошка. (12+)	07.00 Крутой тюнинг. (12+)	07.00 Поместья: новая жизнь. Возвращение. (12+)
08.00 Аквариумный бизнес. (12+)	08.00, 08.30 Как это устроено? (12+)	08.00, 08.30 Жизнь на Карибах. (12+)
09.00 Неизведанная Европа. (12+)	09.00 Охотник за антиквариатом. (12+)	09.00, 09.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
10.00 На свободу с питбулем. (12+)	10.00 Взгляд изнутри. (12+)	10.00 Шинкуют все. (12+)
11.00 Земля снежного человека. (12+)	11.00 Крутой Чед. (12+)	11.00 Шинкуют все: юные кулинары. (12+)
13.00 Доктор Ди: ветеринар Аляски. (16+)	12.00 Легендарные японские авто. (12+)	12.00 В плену ненужных вещей. (12+)
14.00 Аквариумный бизнес. (12+)	13.00, 13.30 Как это устроено? (12+)	13.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)
15.00 Адская кошка. (12+)	14.00 Махинаторы. (12+)	14.00 Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+)
16.00 Центр реабилитации Аманды. (12+)	15.00 Крутой тюнинг. (12+)	16.00 Купономания. (12+)
17.00 Полиция Майами: отдел по защите животных. (16+)	16.00 Разрушители легенд. (16+)	Четверо любителей покупок рассказывают о своем пристрастии к купонам.
18.00 Как вырастить волчат. (12+)	17.00 Реальные дальнобойщики. (16+)	17.00 Оденься к свадьбе. (12+)
Познакомьтесь с энтузиастами из Миннесотского научного центра дикой природы, которые своими силами растят шестерых волчат.	18.00 Охотник за антиквариатом. (12+)	18.00, 18.30 Жизнь на Карибах. (12+)
19.00 Неизведанная Европа: Реки, озера и океаны. (12+)	19.00, 19.30 Как это устроено? (12+)	19.00, 19.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
20.00 На свободу с питбулем. (16+)	20.00 Махинаторы. (12+)	20.00 В плену ненужных вещей. (12+)
21.00 Ремонт в приюте. (12+)	21.00 Крутой тюнинг. (12+)	21.00 Барахольщики: деньги из хлама. (12+)
22.00 На свободу с питбулем. (12+)	22.00 Преступники Третьего рейха. (16+)	22.00 Они поменялись едой. (16+)
23.00 Монстры внутри меня. (16+)	Посещая места, где выросли и сформировались нацистские лидеры, историк Джеймс Эллис исследует те поворотные моменты истории, которые превратили обычных немцев в убийц.	23.00 Доктор «Прыщик». (16+)
00.00 Полиция Майами: отдел по защите животных. (16+)	23.00 Битвы роботов. (12+)	00.00 Монстры внутри меня. (16+)
01.00 На свободу с питбулем. (16+)	00.00 Сквозь кротовую нору с Морганом Фишеном. (12+)	00.55 Барахольщики: деньги из хлама. (12+)
01.50 Ремонт в приюте. (12+)	00.55 Музейные тайны. (12+)	01.50 Они поменялись едой. (16+)
02.40 Монстры внутри меня. (16+)	01.50 Легендарные японские авто. (12+)	02.40 Доктор «Прыщик». (16+)
03.30 На свободу с питбулем. (12+)	02.40 Крутой тюнинг. (12+)	03.30 Монстры внутри меня. (16+)
04.20 Неизведанная Европа. (12+)	03.30 Охотник за антиквариатом. (12+)	04.20 В плену ненужных вещей. (12+)
05.10 Как вырастить волчат. (12+)	04.20 Битвы роботов. (12+)	05.10 Оденься к свадьбе. (12+)
	05.10 Сквозь кротовую нору с Морганом Фишеном. (12+)	

СПОРТ

МАТЧ: ИГРА	МАТЧ: ИГРА	EUROSPORT 1
06.00 Зимняя Универсиада-2019. Керлинг. Женщины. Прямая трансляция из Красноярска	01.35 Велоспорт (трек). Чемпионат мира. Прушков. (0+)	03.00 Дзюдо. Большой Шлем. Дюссельдорф. (0+)
08.00 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)	03.30, 07.00, 12.30, 19.35 Лыжные гонки. Чемпионат мира. Зеефельд. Мужчины. Масс-старт. 50 км. Свободный стиль. (0+)	05.00, 08.30, 14.00 Снукер. Players Championship. Престон. (0+)
09.55, 02.45 Регби. Чемпионат Европы. (0+)	10.30, 16.30 Лёгкая атлетика. Чемпионат Европы в помещении. Глазго. (0+)	11.30 Универсиада. Красноярская. Горные лыжи. Мужчины. Комбинация. Слалом. (0+)
11.50 Вся правда про... (12+)	16.00 Дзюдо. Большой Шлем. Дюссельдорф. (0+)	17.30 Велоспорт. Ле-Самен. Прямая трансляция. (0+)
12.05, 20.50 Пляжный футбол. Чемпионат мира среди клубов. Трансляция из Москвы. (0+)	19.30 Хоккей на траве. Pro Leagues. (0+)	21.55 Снукер. Players Championship. Престон. Прямая трансляция. (0+)
13.30 Зимняя Универсиада-2019. Керлинг. Женщины. Трансляция из Красноярска. (0+)		
16.00, 18.20, 00.15, 04.30 Гандбол. Обзор матчей Лиги чемпионов. (0+)		
16.35 Гандбол. Лига чемпионов. Женщины		
18.55 Баскетбол. Лига Чемпионов. ФИБА. 1/8 финала. «Нишней Новгород» (Россия) - «Венеция» (Италия). Прямая трансляция		
22.15 Волейбол. Кубок ЕКВ. Мужчины. 1/2 финала. (0+)		
00.45 Баскетбол. Лига Чемпионов. ФИБА. (0+)		
05.00 Зимняя Универсиада-2019. Керлинг. Мужчины. Прямая трансляция из Красноярска		

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ-ТВ
05.00 Сделано в 90-х. (16+)	13.00, 18.20 Караокинг. (16+)
06.00, 08.40, 13.40, 18.00 PRO-новости. (16+)	14.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
06.15, 12.10, 16.10 10 самых горячих клипов дня. (16+)	15.05 Битва фанклубов. (16+)
06.55, 10.00, 15.00, 18.15 8 женщин. (12+)	16.00, 00.05 Засеки звезды. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)	17.00 Отпуск без путевки. Гавана. (16+)
09.00 R'n'B чарт. (16+)	19.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
10.05 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)	20.00 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)
10.30 МузРаскрутка. (16+)	20.35 #ЯНАМУЗ-ТВ. (16+)
11.05 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)	21.35 Тор 30 - Русский крутяк недели. (16+)
12.05, 01.25 PRO-клип. (16+)	00.15 Золотая лихорадка. (16+)
	01.30 Неспиннер. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
06.00, 14.30, 22.25 «Смешарики». (0+)	05.00, 07.35 «Пёс Пэт». (6+)	05.00 «Ранние пташки».
06.25, 15.30, 23.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)	05.25 «Жужики». (6+)	«Три котёнка», «Врумиз». (0+)
07.00, 16.00 «Малышарики». (0+)	05.45 «Мини-Маппеты». (0+)	06.55 «Пляс-класс». (0+)
07.30 «Домики». (0+)	06.15, 10.30 «Дружные мошсы». (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
08.00 «Роботар Полли и его друзья». (0+)	06.40 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)	07.30 «Пляс-класс». (0+)
08.30, 16.20 «Лео и Тиг». (0+)	08.00, 11.00 «Герои в масках». (0+)	07.40 «Нелла - отважная принцесса». (0+)
09.00, 23.00 «Йоко». (0+)	08.35, 11.30 «Удивительная Ви». (6+)	08.25 «Пластилинка». (0+)
09.40, 17.00 Друзья на все времена. (0+)	09.00 «София Прекрасная». (0+)	08.35 «Маленькое королевство Бена и Холли». (0+)
10.00, 17.55 «Катя и Эф. Куда угодно-дверь». (0+)	09.30 «Елена - принцесса Авалора». (0+)	09.20 «Лапы, морды и хвосты». (0+)
10.05, 17.20 «Фиксики». (0+)	10.00 «Хранитель Лев». (0+)	Зоя Канарейкина - профессор звернаук. Но она не обычный профессор, который всю жизнь копается в толстых книгах и пишет нудные теоретические доклады. Все, что Зоя знает, она испробовала на практике. Девушка обехала весь мир и лично познакомилась с каждым видом животных.
10.30, 18.10 «Лунтик и его друзья». (0+)	12.00 «Уходи, Единорог!» (6+)	09.40 «Союзмультфильм» представляет: «Оранжевое горлышко». (0+)
11.00, 19.00 «Четверо в кубе». (0+)	12.15 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)	10.05 «Лесные путешественники». (0+)
11.25, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	13.20 «Город героев: Новая история». (6+)	10.30 «Роботы-поезда». (0+)
12.00 «Машины сказки», «Трям! Здравствуйте!» (0+)	14.20 «Отедь Трансильвания». (12+)	11.00 «Суперкрылья». Джетт и его друзья. (0+)
12.15, 20.15 «Маша и Медведь». (0+)	14.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	11.40 «Машинки», «Малыши и летающие звери». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	19.30 «Богатырша». (6+)	12.15 «Тобот Атлон». (6+)
13.30 «Бобр добрый». (0+)	21.15 «Звездная принцесса и силы зла». (12+)	12.40 «Трансформеры. Киберселенная». (6+)
14.00, 22.00 «Бумажки». (0+)	23.15 «Мстители: миссия Чёрной Пантеры». (12+)	13.00 «Смешарики. Пин-код». (6+)
15.00 «Джинглики». (0+)	23.45 «Стражи Галактики». (12+)	14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
18.00 «Консуни. Чудеса каждый день». (0+)	00.10 «ОДНАЖДЫ В СКАЗКЕ». (12+)	14.10 «Элвин и бурундуки». (6+)
18.55 «Деревяшки. Луна». (0+)	01.55 «У МАМЫ СВИДАНИЕ С ВАМПИРОМ». (6+)	14.55 «Супер4». (6+)
20.00 Сказка на ночь. (0+)		15.40 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)
21.30 «Сказочный патруль». (0+)		16.05 «Клуб Винкс». (6+)

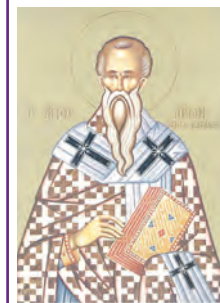
ДЕТСКИЙ	О!
07.27, 11.02 «ПАРК «ГАЛАКТИКА». (12+)	05.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
07.56 «Пчелогрофия». (6+)	07.00 «Животные - мои друзья». (0+)
08.01, 10.49, 12.48, 19.17 «Раскраска». (0+)	07.10 «Бинг». (0+)
08.07 «4 машинки». (0+)	08.00 «Доктор Малышкина». (0+)
08.18 «Мяу-Мяу». (0+)	08.05 «Радужный мир Руби». (0+)
08.31, 09.11, 15.35, 16.42, 22.21 Мультфильмы. (6+)	08.55 «Весёлый алфавит». (0+)
08.51, 09.31 «Веселая карусель». (6+)	09.00 О! Музыка. (0+)
09.01 «Ну, погоди!» (12+)	09.35 «Бобби и Билл». (6+)
09.41, 13.45, 15.16, 15.54, 21.44 Мультфильмы. (0+)	10.25 «Пластилинка». (0+)
10.02, 13.55, 17.24 «Приключения Таши». (6+)	10.30 «Свинка Пеппа». (0+)
10.26, 14.20, 17.49 «Смурфики». (0+)	11.55 «Космическое путешествие». (0+)
11.28, 20.26, 23.03 «Колобанга. Только для пользователей интернета». (6+)	12.00, 02.15 «Magic English». (0+)
11.53, 17.00, 22.38 «Смешарики». (0+)	12.20 «Три кота». (0+)
12.20, 18.49, 23.28 Почемучка. (6+)	14.20 «Оранжевая королева». (0+)
12.34, 19.03 Почемучка. Астрономия. (6+)	14.25 «Весёлый алфавит». (0+)
12.55, 19.24 Микроистория. (6+)	14.30 «Если бы я был...» (0+)
13.08, 19.39 Путешествуй с нами! (6+)	14.40 «Машинки». (0+)
13.27 Готовим с папой. (6+)	17.00, 04.40 «ТриО!» (0+)
14.47, 18.19 «Новые, никому не известные приключения барона Мюнхгаузена». (6+)	17.15, 00.20 «Доктор Малышкина». (0+)
19.56 Стоп! Снято! (12+)	17.20 «Белка и Стрелка: Озорная семейка». (0+)
20.55 «Боцман и полугай». (0+)	19.45 «Пластилинка». (0+)
	19.50 «Свинка Пеппа». (0+)
	22.00 «Ангел Бэби». (0+)
	00.25 «Алиса знает, что делать!» (6+)
	02.35 «Йоко». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00 Встреча. (0+)	15.30 Монахиня Нина. Цикл: Женщины в православии. (0+)
06.00 Завет. (0+)	16.00 50 лет без Ахматовой. (0+)
07.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)	16.40, 22.30 «ПОЧТИ СМЕШАНАЯ ИСТОРИЯ». (0+)
08.00 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)	18.00 Завет. (0+)
09.00, 09.30, 14.30 Монастырская кухня. (0+)	19.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
10.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)	20.00, 03.40 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
10.30 Как я стал монахом. (0+)	21.30 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
11.00 Бесогон. Авторская программа Никиты Михалкова. (12+)	23.55 День Патриарха. (0+)
11.50 Не верю! Разговор с атеистом. (0+)	00.10 Завет. (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)	01.05 Монахиня Игнатия. Цикл: Женщины в православии. (0+)
15.00 Вера Котелянец. Цикл: Женщины в православии. (0+)	01.35 Знак равенства. (0+)
	01.50 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
	02.45 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)

Православный календарь

5 марта
Седмица сырная (Масленица) – сплошная. Глас 7.
Прп. Льва, еп. Катанского.



34 прмчч. Валаамских. Сщмч. Садока (Шах-Дуста), еп. Персидского, и с ним 128 мчч. Прп. Агафона, папы Римского. Блгв. кн. Ярослава Мудрого. Прп. Агафона Печерского. Прмч. Корнилия, игумена Псково-Печерского. Сщмч. Николая пресвитера.

Из трапезы исключается мясо.

«Кто свои подвиги замечает и труды считает, тот в гордость падает. А кто видит свои только грехи и кается в них, тот получает милость Божию...»
Прп. Иосиф Оптинский

С «Гильдией Столица» во все времена хорошо!

Заклучайте договор ренты с предприятием г. Москвы «Гильдия Столица» и получайте:

- Сумму единовременной выплаты до 5 000 000 рублей
- До 100 000 рублей ежемесячно*

Звоните:
8 (495) 626-46-36
www.gstolica.ru

*Рассчитывается индивидуально. Реклама ООО «Гильдия Столица» ОГРН 1147746917537

ЦЕНТР ЗАЩИТЫ ОБМАНУТЫХ ВКЛАДЧИКОВ

ПОМОЖЕМ С ВОЗВРАТОМ ВКЛАДОВ ИЗ КПК, МФО, БАНКОВ

БЕСПЛАТНАЯ ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ
8 (499) 130-90-85

Реклама

санаторий **СТРОИТЕЛЬ**
ОТЕЛЬ & СПА
www.sanatory.biz

ОТДЫХ С ЛЕЧЕНИЕМ
в сосновом бору на берегу реки Ока

АКЦИЯ
ПРИГЛАСИ ДРУГА
вторая путевка за полцены!

–50% на путевки с 09.01.2019 по 14.06.2019 г.

ЛЕЧЕНИЕ
• удобные номера • питание
• анимация • бассейн • Wi-Fi

8-800-500-55-71 бесплатный звонок

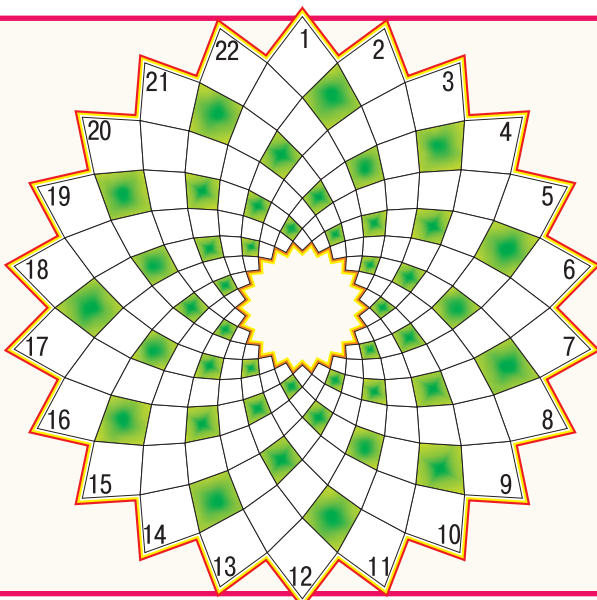
*подробности об организаторе акции, правилах проведения на сайте. Лиц. ЛО-71-01-001652. РЕКЛАМА
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПОСОВЕТУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

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



ЦВЕТОК

1. Ископаемый хоботный гигант. 2. Вещество, повышающее урожайность почвы. 3. Напиток из этой травы предложил нам Рэй Брэдбери. 4. Установление курса валюты. 5. Нападающий, часто голы забивающий. 6. Машинка для размалывания свинины или говядины. 7. Стахановцы в СССР старались выполнить ее в четыре года. 8. Вдыхание паров в лечебных целях. 9. Сборник избранных литературно-художественных

произведений разных авторов. 10. Машина, преобразующая механическую энергию в электрическую. 11. «Врезавшийся в память» скромный голубой цветок. 12. Заслуженно отдыхающий. 13. Лестница-«раскладушка». 14. Место, где похоронены выдающиеся люди. 15. Мнение общества о порядочности одного из своих чле-

нов. 16. То же, что материк. 17. Работник газеты, выискивающий орфографические и пунктуационные ошибки в сверстанной полосе. 18. Решающий кроссворд. 19. Не дает других в обиду. 20. Стометровка, преодоленная спринтером. 21. Отрезок от угла к углу наискосок. 22. Плоская картонная заготовка для сложения кубика.

ОТВЕТЫ. 1. Мастодонт. 2. Удобрение. 3. Одуванчик. 4. Котировка. 5. Бомбардировка. 6. Мясорубка. 7. Лист. 8. Инвентаризация. 9. Анатомический. 10. Генератор. 11. Незабудка. 12. Отпускник. 13. Стремлянка. 14. Некрополь. 15. Репутация. 16. Континент. 17. Корректор. 18. Разгадка. 19. Заступник. 20. Диск. 21. Дюймовочка. 22. Развертка.

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационными, документальными, кинофильмами, киножурналами, художественными или иными художественными программами, предназначенными для детей, не достигших возраста 6 лет.

РЕН	ТНТ	ТВ-3	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<div>05.00 09.00 04.40 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)</div> <div>06.00 11.00 15.00 «Документальный проект». (16+)</div> <div>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</div> <div>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</div> <div>12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)</div> <div>13.00 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</div> <div>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</div> <div>17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+)</div> <div>18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</div> <div>20.00 «ЗНАМЕНИЕ». (16+)</div> <div></div> <div>США - Великобритания - Австралия, 2009 г. Фантастика. Николас Кейдж, Роуз Бирн. Вскрыта «временная капсула», в которую в 1959 г. группа школьников поместила рисунки со своим видением будущего...</div> <div>22.20 «Смотреть всем!» (16+)</div> <div>00.30 «КОНЧЕНАЯ». (18+)</div>	<div>07.00 ТНТ. Best. (16+)</div> <div>09.00 Дом-2. Lite. (16+)</div> <div>10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)</div> <div>11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)</div> <div>12.30 «Спаси свою любовь». (16+)</div> <div>13.30 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)</div> <div>18.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ». (16+)</div> <div>Яковлева преследуют неприятности, и, чтобы почистить карму, он решает отблагодарить всех, кто помог ему наладить жизнь. Он приглашает Нику, Кристину, Мухича и Веру в боулинг.</div> <div>20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)</div> <div>Финальная серия! Чем закончится карьера Сычева в Верхнеямске? Получит ли ВФИ право попасть в «Топ-100» лучших вузов страны? Однажды в России. (16+)</div> <div>21.00 Где логика? (16+)</div> <div>22.00 Дом-2. Город любви. (16+)</div> <div>23.00 Дом-2. После заката. (16+)</div> <div>00.00 «Спаси свою любовь». (16+)</div> <div>01.05 «Бородина против Бузовой». (16+)</div> <div>01.55 «Открытый микрофон». (16+)</div> <div>02.40 ТНТ. Best. (16+)</div> <div>05.05</div>	<div>06.00 «Мультфильмы». (0+)</div> <div>09.20 «Слепая». (12+)</div> <div>11.00 «Гадалка». (12+)</div> <div>12.00 «Не ври мне». (12+)</div> <div>15.00 «Мистические истории. Начало». (16+)</div> <div>16.00 «Гадалка». (12+)</div> <div>17.35 «Слепая». (12+)</div> <div>18.40 «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ». (16+)</div> <div>Погибает сын крупного криминального авторитета. Работа Меган и её коллег усложняется нависшей над ними угрозой мафиозных конфликтов...</div> <div>23.00 «СТРАХ». (16+)</div> <div></div> <div>США, 1996 г. Триллер. Марк Уолберг, Риз Уизерспун, Уильям Петерсен. Школьница Николь Уокер - миленькая и привлекательная блондинка. У нее прекрасная семья и веселые друзья Марго и Гарри. Но и в хорошей семье бывают ссоры. Обидевшись на отца, Николь принимает предложение своих друзей и идет на вечеринку в клуб.</div> <div>01.00 «ТВИН ПИКС». (16+)</div>	<div>06.00 «КВН. Высший балл». (16+)</div> <div>06.50 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)</div> <div>07.30 «Дорожные войны». (16+)</div> <div>07.50 «Удачная покупка». (16+)</div> <div>08.10 «Дорожные войны». (16+)</div> <div>12.00 «КВН. Высший балл». (16+)</div> <div>13.00 «Идеальный ужин». (16+)</div> <div>15.00 «Утилизатор». (12+)</div> <div>15.30 «ОТПУСК ПО РАНЕНИЮ». (16+)</div> <div></div> <div>Россия, 2014 г. Драма. Игорь Лифанов, Александра Никифорова. В результате успешной операции по освобождению заложников командир спецподразделения Артём Говоров ранен.</div> <div>19.20 «Улетное видео». (16+)</div> <div>20.30 «Дорожные войны». (16+)</div> <div>22.00 «Решала». (16+)</div> <div>23.00 «+100500». (18+)</div> <div>00.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)</div> <div>00.15 «ОТПУСК ПО РАНЕНИЮ». (16+)</div> <div>03.30 «РОДИНА». (16+)</div>	<div>06.00 «Вся правда про...». (12+)</div> <div>06.30 21.55 Дневник Универсиады. (12+)</div> <div>06.50 08.15, 11.55, 14.50, 16.55, 20.55, 22.15 Новости</div> <div>06.55 10.00 Зимняя Универсиада-2019. Биатлон. Пр.тр.</div> <div>08.25 Зимняя Универсиада-2019. Лыжный спорт. Пр.тр.</div> <div>11.10 Зимняя Универсиада-2019. Фигурное катание. Пр.тр.</div> <div>12.00 Футбол. «Боруссия» (Дортмунд, Германия) - «Тоттенхэм» (Англия). Лига чемпионов. 1/8 финала. (0+)</div> <div>14.00 17.05, 21.00, 00.55 Все на Матч!</div> <div>14.55 Зимняя Универсиада-2019. Россия - Финляндия. Хоккей с мячом. Мужчины. Пр.тр.</div> <div>17.35 «Тренерский штаб». (12+)</div> <div>18.05 22.20 Все на футбол! Футбол. Кубок России по футболу сезона 2018-2019. 1/4 финала. Прямая трансляция Футбол. Лига чемпионов. 1/8 финала. Пр.тр.</div> <div>22.50 Обзор Лиги чемпионов. (12+)</div> <div>01.25 Церемония вручения премий Мировой академии спорта «Лауреус». (0+)</div> <div>03.55 «Большая вода». (12+)</div> <div>04.55 Прыжки в воду. Пр.тр.</div>	<div>06.30 07.30 18.00 23.55 «6 кадров». (16+)</div> <div>06.50 «Удачная покупка». (16+)</div> <div>07.00 12.50 03.10 «Понять. Простить». (16+)</div> <div>07.50 «По делам несовершеннолетних». (16+)</div> <div>08.50 «Давай разведёмся!» (16+)</div> <div>09.50 05.10 «Тест на отцовство». (16+)</div> <div>10.55 04.25 «АГЕНТЫ СПРАВЕДЛИВОСТИ». (16+)</div> <div>11.50 03.40 «Реальная мистика». (16+)</div> <div>14.00 «МЕЛОДИЯ ЛЮБВИ». (16+)</div> <div>19.00 «ДАЛЬШЕ ЛЮБОВЬ». (16+)</div> <div></div> <div>Россия, 2010 г. Мелодрама. Любовь Толкалина, Алексей Макаров. Эльзе тридцать восемь. Пять лет она занимает пост главного юриста в крупном нефтяном холдинге.</div> <div>22.55 02.25 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-2». (16+)</div> <div>00.30 «БАЛЬЗАКОВСКИЙ ВОЗРАСТ, ИЛИ ВСЕ МУЖИКИ СВОИ...». (16+)</div> <div>06.00 «Домашняя кухня». (16+)</div>	



Клиника традиционной китайской медицины «ТАО»

Высокие профессиональные стандарты. Многолетняя успешная практика.

«Я лечу не болезнь, а её причину!»



Ведущий врач клиники «ТАО»
Чжан Цзыцян

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 способам его сохранения - попробуем понять, почему.

ОСВОБОДИ ВНУТРЕННЮЮ ЭНЕРГИЮ

В клинике традиционной китайской медицины «ТАО» всегда много посетителей. Информация о

«Единственная красота, которую я знаю, - это здоровье».

Г. Гейне

том, как здесь лечат, расходится от одного пациента к другому, как 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 ведущий врач клиники «ТАО» Чжан Цзыцян. В данном случае мы говорим о преграде на пути движения энергии «Ци». Для ее свободного течения необходимо расчистить меридианы, по которым движется энергия. Для решения этой задачи китайская медицина прибегает к иглофлексотерапии, массажу и траволечению. Эти способы не просто лечат заболевание, а воздействуют на его причину.

ПОМОГИ СВОЕМОУ ПОЗВОНОЧНИКУ!

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

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

В клинике «ТАО» вы обретете свой источник здоровья!

Запишитесь на бесплатную** консультацию по телефону:

8 (495) 104-91-37

www.taomed.ru

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

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

Заболевания, которые мы лечим:

- **Опорно-двигательный аппарат:** артрит, артроз, остеохондроз, межпозвоночная грыжа, протрузия межпозвоночного диска, сколиоз, радикулит и др.
- **Сердечно-сосудистая система:** постинфарктный кардиосклероз, ИБС, гипотония, гипертония, атеросклероз и др.
- **Желудочно-кишечный тракт:** гастрит, диарея, дисбактериоз, запоры, метеоризм, панкреатит, холецистит, язвенная болезнь и др.
- **Эндокринная система:** гипотиреоз, гипотиреоз, ожирение, сахарный диабет, тиреоидит и др.
- **Дыхательная система:** бронхиальная астма, ОРЗ, плеврит, пневмония, хронический бронхит, пневмосклероз и др.
- **Нервная система:** мигрень, невроз, депрессия, бессонница, синдром хронической усталости, паралич лицевого нерва и др.
- **Гинекология:** бесплодие, киста яичника, климактерический синдром (климакс), мастопатия, миома матки, эндометриоз и др.
- **Урология:** мочекаменная болезнь, аденома простаты, мужское бесплодие, недержание мочи, пиелонефрит, простатит, цистит, энурез, эректильная дисфункция и др.

Доверьте свое здоровье профессионалам!

Акция до 6 марта 2019 г.





Скидка 15%*

на все услуги клиники при оплате курса лечения

*Акция с 27.02.2019 г. по 06.03.2019 г. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения по тел.: 8 (495) 104-91-37.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

 МИР	 ПЯТНИЦА	 Ю	 РЕТРО
06.00 «ДУРНАЯ КРОВЬ». (16+)	05.00 «БОЛЬШИЕ ЧУВСТВА». (16+)	05.00 Обмен жёнами. (16+)	00.30 «ПИКНИК У ВИСЯЧЕЙ СКАЛЫ». (16+)
10.00 Новости	05.20 Орел и решка. Шопинг. (16+)	06.40 В теме. (16+)	02.25, 03.30, 06.00, 09.00, 13.30, 14.45, 22.10, 23.25 «И ЭТО ВСЁ О НЕМ». (12+)
10.10 «ДУРНАЯ КРОВЬ». (16+)	07.00 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)	07.05 «КЛОН». (16+)	04.40, 07.10, 16.50, 21.20 Дело темное. (16+)
13.00 Новости	07.30 Утро пятницы. (16+)	08.50 «ТРОПИКАНКА». (12+)	05.25 «Только не сейчас». Мультфильм. (12+)
13.15 Зал суда. Битва за деньги. (16+)	07.30 Никто не начнет утро буднего дня лучше, чем Маша Ивакова и Лера Дергулева!	11.35 Мастершеф. (12+)	07.55 «Кот в сапогах». Мультфильм. (0+)
14.10 Дела семейные. Битва за будущее. (16+)	09.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)	15.20 Мама стевров - монстр. (16+)	08.10 «Кот, который гулял сам по себе». Мультфильм. (0+)
15.05 Дела семейные. Новые истории. (16+)	12.00, 19.00 На ножах. (16+)	17.30 Беременная в 16. (16+)	08.35 «Кот, который умел летать». Мультфильм. (0+)
16.00 Новости	Кулинарный бог и титулованный ресторатор России, легендарный шеф и гуру ресторанный бизнес, добрейший и терпеливейший Мастер своего дела Константин Малев отправляется в турне по кафе и ресторанам, чтобы довести до ума самые убыточные заведения.	Впервые на телевидении стартует российский сезон реальности о подrostковой беременности. Реальные истории и проблемы, о которых не принято говорить, но о них нужно знать каждому.	08.45 «Мой друг зонтик». Мультфильм. (6+)
16.15 Телеигра «Игра в кино». (12+)	20.00 Мир наизнанку. Япония. (16+)	10 девочек-подростков из разных городов России встанут перед выбором, который изменит их жизнь. Найдут ли они силы преодолеть испытания и обрести счастье?!	10.15 Достояние Республики: Песни Иосифа Кобзона. (12+)
17.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)	22.00 Руссо-Латино. Перу. (16+)	19.00 «КЛОН». (16+)	12.30 «Коля, Оля и Архимед». Мультфильм. (6+)
19.00 Новости	23.00 Мир наизнанку. Япония. (16+)	20.00 «ТРОПИКАНКА». (12+)	12.55 «Комино». Мультфильм. (6+)
19.20, 04.25 «ПЛЯЖ». (16+)	00.10 Пятница News. (16+)	21.10 Я стесняюсь своего тела. (16+)	13.05 «Королевские зайцы». Мультфильм. (0+)
21.20 «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (12+)	00.50 «ИЗМУРДНЫЙ ГОРОД». (16+)	01.00 В теме. (16+)	16.00 Живая легенда. Борис Гребенщиков. (12+)
Комедия, мелодрама, Россия, 2014 г.	04.30 «РЫЖИЕ». (16+)	01.25 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)	17.40 Киноистории Глеба Скороходова. (12+)
23.15 «ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕНА». (16+)		03.00 Обмен жёнами. (16+)	18.00, 19.15 «В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА». (12+)
00.00 Новости			20.25 Живая легенда. Виктор Тихонов. (12+)
00.10 «ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕНА». (16+)			
01.30 Телеигра «Игра в кино». (12+)			
02.05 Дела семейные. Битва за будущее. (16+)			
02.50 Дела семейные. Новые истории. (16+)			
03.40 Зал суда. Битва за деньги. (16+)			

25 ДНЕЙ ТВ	365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC CHANNEL
00.00 Час истины. (12+)	06.20 Падение империи	06.00 Игры разума. (16+)	
01.10 Российская летопись. (12+)	07.25 Невероятные изобретения. (12+)	06.25, 07.20, 08.15 Авто - SOS. (16+)	
01.30 На пути к Великой Победе. (12+)	08.00 Вторая мировая в цвете. (12+)	09.10 «Без цензуры»	
02.00 «НОВАЯ ЗЕМЛЯ». (16+)	08.50 Мифы и чудовища. (12+)	с Майклом Вэйром. (16+)	
03.50 Семь дней истории. (12+)	09.35 Расцвет древних цивилизаций. (12+)	10.05, 10.55 Дикий туунец:	
04.00 «МЫ ИЗ КРОНШТАДТА». (12+)	10.30 Мифы и чудовища. (12+)	Север против Юга. (16+)	
05.40 Секреты истории. (16+)	11.15 Расцвет древних цивилизаций. (12+)	11.50 Спасение старейшей пирамиды Египта. (16+)	
07.00 Лица итальянского искусства. (12+)	12.10 История Европы. (12+)	12.45 Осушить океан:	
07.15 Историограф. (12+)	13.05 Мир Гитлера:	Бермудский треугольник. (16+)	
08.00, 08.30 Сражения с Наполеоном. (12+)	последовые планы. (12+)	13.35, 14.05 Тайные истории. (16+)	
09.00 Тайны российской дипломатии. (12+)	13.55 Заговор. (12+)	14.35 «ГЕНИЙ». (16+)	
09.40 Убийство Каподистрии. (12+)	14.45 Взрывная Земля. (12+)	15.35 Расследования авиакатастроф. (16+)	
10.20 Тайны российской дипломатии. (12+)	15.35 Вторая мировая в цвете. (12+)	16.30 Международный аэропорт Дубай. (16+)	
10.55 Последний большевик: Вячеслав Михайлович Молотов. (12+)	16.30, 17.00 Невероятные изобретения. (12+)	17.20, 18.15 Авто - SOS. (16+)	
11.30 Библиотеки России. (6+)	17.30 Мифы и чудовища. (12+)	19.05, 19.35 Тайные истории. (16+)	
12.00 Евангелие от Джотто: Капелла Сокровени в Падуе. (12+)	18.20 Расцвет древних цивилизаций. (12+)	20.05 «ГЕНИЙ». (16+)	
13.10 Русские праведники. (12+)	19.15 История Европы. (12+)	21.05 Авто - SOS. (16+)	
13.45 Музеи Ватикана. (12+)	20.10 Мир Гитлера:	22.00 Дикий туунец:	
14.40, 18.40 История Отечества в портретах. (12+)	последовые планы. (12+)	Север против Юга-5. Лучшее. (16+)	
15.00 Секрет Данте. (16+)	21.10 Заговор. (12+)	22.55, 23.25 Тайные истории. (16+)	
15.50 Семь дней истории. (12+)	22.00 Вторая мировая в цвете. (12+)	23.55 Странная Вторая Мировая: Тайная крепость с шедеврами. (16+)	
16.00 Час истины. (12+)	22.55 Возвращение Черной смерти. (12+)	00.50 Осушить океан:	
17.00, 17.55 В поисках тайных святынь. (12+)	23.50 Загадочные убийства: царственные особы. (12+)	Бермудский треугольник. (16+)	
19.00 Восход цивилизации. Как греки изменили мир. (12+)	00.35 Загадочные убийства: нацисты. (12+)	01.40 Дикий туунец:	
20.00 Искусство войны. (12+)	01.25 Вторая мировая в цвете. (12+)	Север против Юга-5. Лучшее. (16+)	
21.00 Наполеон. Освобождение. (12+)	02.25 Запретная история. (12+)	02.35 Международный аэропорт Дубай. (16+)	
22.00 Рыцари. (12+)	03.15, 04.05 Музейные тайны. (12+)	03.25 Расследования авиакатастроф. (16+)	
23.00 Таинственная Франция. (12+)	04.55, 05.25 Невероятные изобретения. (12+)	04.10 Авто - SOS. (16+)	
	05.55 Мифы и чудовища. (12+)	05.00 Дикий туунец:	
		Север против Юга-5. Лучшее. (16+)	
		05.45 Игры разума. (16+)	

Усадьба	УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
07.25 Мастер. (12+)	06.30 Технология зимнего клева. (12+)	00.00, 13.00, 19.00 Табата-лайт. (12+)	
07.55, 12.05, 17.50 Вот блин! (12+)	07.00 Поймай и сними. (16+)	00.30, 13.30, 19.30 Дыхание стретчинга. (12+)	
08.10 Частный сектор. (12+)	07.30 Территория льда. (16+)		
08.40, 12.55, 20.55 Чудеса, диковины и сокровища. (12+)	08.00 Рыболовные экспедиции в Норвегию. (16+)	01.00, 16.30, 20.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+)	
09.10 Фитоаптека. (12+)	08.30 Энциклопедия рыбалки. (12+)	01.30, 11.30, 14.30 Худеем с Мариной Корпан. (12+)	
09.45 Свечной заводик. (12+)	09.00, 12.15 Рыбный день. (16+)	02.00, 15.00, 21.00 Хорошая американская еда с Дэнни Бумом. (6+)	
09.55 Преданы старины глубокой. (12+)	09.35, 12.45 Кухня с Сергеем Марковичем. (12+)	02.30, 10.00, 15.30, 21.30 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)	
10.25 Прогрулка по саду. (12+)	09.45, 13.00 Простые рецепты. (12+)	03.00, 16.00, 22.00 Первоклассный фитнес. (6+)	
11.00 Мегабанички. (16+)	10.10, 16.20 Энциклопедия охоты. (16+)	03.30, 14.00, 20.00, 23.30 Делай тело с Русланом Байрамовым. (12+)	
11.35, 15.45 Секреты стиля. (12+)	10.45, 17.00 Нож-помощник. (16+)	04.00, 06.00, 08.00 Витамин-шоу. Кофе со звездой. (12+)	
12.20 Профпригодность. (12+)	11.05, 22.45 Охота: собачья работа. (16+)	04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)	
13.25 Безопасность. (12+)	11.40 Такая жизнь - охота с Сергеем Бешенцевым. (16+)	Начните свой день с энергичной зарядки от профессионального тренера Елены Шатковой. (12+)	
13.55 Кухня народов СССР. (12+)	13.15 Мой мир - рыбалка. (12+)	04.30, 06.30, 08.30 Витамин-йога. (12+)	
14.10 Урожай на столе. (12+)	13.45 Охотничьи меридианы. (16+)	04.45, 06.45, 08.45 Витамин-завтрак. (12+)	
14.40 История усадьб. (12+)	14.20 По Якутии с Александром Борисовым. (12+)	05.00, 07.00, 09.00, 18.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)	
15.10 Проект мечты. (12+)	14.55 Секреты «трудных» водоемов. (12+)	05.30, 07.30, 09.30 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)	
16.15 Идите в баню. (12+)	15.30 Тропа рыбака. (12+)	05.45, 07.45, 09.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)	
16.25 Домашняя косметика! (12+)	16.00 Две на одного. Оружие. (16+)	10.30, 17.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)	
16.45 Бани - женского рода. (12+)	17.20 Сам себе охотник. (16+)	12.00 Fit BO+. (6+)	
17.00 Сравнительный анализ. (16+)	17.55 Егерский кордон. (16+)	18.30 Гимнастика для беременных. (6+)	
17.30 Чужеземцы. (12+)	18.25 Смертельный улов. (16+)	18.45 Проблемные зоны. Экспресс-курс. (6+)	
18.10 Садовые истории с Ольгивей Андриако. (12+)	19.15 Привет, Малек! (6+)		
18.40 Садовый доктор. (12+)	19.30 Спиннинг сегодня. (16+)		
18.55 Здоровый сад. (12+)	20.00 Под водой с ружьем. (16+)		
19.10 Сельские профессии. (12+)	20.30 Спиннинг на камских просторах. (12+)		
19.40 Дачный экспозиция. (16+)	21.05 Экстремальная рыбалка с Робсоном Гринном. (16+)		
20.10 Топ-10. (12+)	21.55 Крылатые охотники. (16+)		
20.40 Инструменты. (12+)	22.15 На зарубежных водоемах. (12+)		
21.25 Нескучный вечер. (12+)	23.20 Нахлыст в Башкортостане. (16+)		
21.40 Травовед. (12+)	23.50 Кодекс охотника. (16+)		
22.00 Вокруг сыра. (12+)			
22.15 Дачная энциклопедия. (12+)			
22.50 Легендарные братья-лекари. (16+)			
23.40 Тихая моя родина. (12+)			

 ANIMAL PLANET	 DISCOVERY CHANNEL	TLC	TLC
<p>06.00 Полиция Майами: отдел по защите животных. (16+)</p> <p>07.00 Адская кошка. (12+)</p> <p>08.00 Аквариумный бизнес. (12+)</p> <p>09.00 Незвезданная Европа. (12+)</p> <p>10.00 На свободу с питбулем. (12+)</p> <p>11.00 На свободу с питбулем. (16+)</p> <p>12.00 Адская кошка. (12+)</p> <p>13.00 Доктор Ди: ветеринар Аляски. (16+)</p> <p>14.00 Аквариумный бизнес. (12+)</p> <p>15.00 Адская кошка. (12+)</p> <p>16.00 Ремонт в приюте. (12+)</p> <p>17.00 Полиция Майами: отдел по защите животных. (16+)</p> <p>Посмотрите, как следователи отдела по защите животных полиции Майами (округ Дейд) борются против жестокого обращения с животными.</p> <p>18.00 В поисках королевской кобры. (12+)</p> <p>19.00 Незвезданная Европа. (12+)</p> <p>20.00 Аквариумный бизнес. (12+)</p> <p>21.00 Невероятные бассейны. (12+)</p> <p>22.00 На свободу с питбулем. (16+)</p> <p>23.00 Монстры внутри меня. (16+)</p> <p>00.00 Полиция Майами: отдел по защите животных. (16+)</p> <p>01.00 Аквариумный бизнес. (12+)</p> <p>01.50 Невероятные бассейны. (12+)</p> <p>02.40 Монстры внутри меня. (16+)</p> <p>03.30 На свободу с питбулем. (16+)</p> <p>04.20 Незвезданная Европа. (12+)</p> <p>05.10 В поисках королевской кобры. (12+)</p>	<p>06.00 Махинаторы. (12+)</p> <p>07.00 Крутой тонинг. (12+)</p> <p>08.00, 08.30 Как это устроено? (12+)</p> <p>09.00 Охотник за антиквариатом. (12+)</p> <p>10.00 Загадочные исчезновения. (12+)</p> <p>11.00 Музейные тайны. (12+)</p> <p>12.00 Преступники Третьего рейха. (16+)</p> <p>13.00, 13.30 Как это устроено? (12+)</p> <p>14.00 Махинаторы. (12+)</p> <p>15.00 Крутой тонинг. (12+)</p> <p>16.00 Разрушители легенд. (16+)</p> <p>17.00 Реальные дальнобойщики. (16+)</p> <p>18.00 Охотники за старьем. (16+)</p> <p>19.00, 19.30 Как это устроено? (12+)</p> <p>20.00 Махинаторы. (12+)</p> <p>21.00 Крутой тонинг. (12+)</p> <p>22.00 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)</p> <p>Камеры НАСА засняли множество таинственных летающих объектов. Космонавты и ученые обсуждают идею жизни за пределами нашей планеты.</p> <p>23.00 Битвы роботов. (12+)</p> <p>00.00 Сквозь кротовую нору с Морганом Фрименом. (12+)</p> <p>00.55 Взгляд изнутри. (12+)</p> <p>01.50 Преступники Третьего рейха. (16+)</p> <p>02.40 Крутой тонинг. (12+)</p> <p>03.30 Охотники за старьем. (16+)</p> <p>04.20 Битвы роботов. (12+)</p> <p>05.10 Сквозь кротовую нору с Морганом Фрименом. (12+)</p>	<p>06.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)</p> <p>07.00 Купономания. (12+)</p> <p>08.00, 08.30 Жизнь на Карибах. (12+)</p> <p>09.00, 09.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)</p> <p>10.00 Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+)</p> <p>12.00 В плену ненужных вещей. (12+)</p> <p>13.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)</p> <p>14.00 Баракольщики: деньги из хлама. (12+)</p> <p>15.00 Они поменялись едой. (16+)</p> <p>Человек, страдающий ожирением, и человек с серьезной нехваткой веса меняются диетами, чтобы изменить свои взгляды на еду и рацион питания.</p> <p>16.00, 16.30 Купономания. (12+)</p> <p>17.00 Оденься к свадьбе. (12+)</p> <p>Рэнди с командой встречает невест в лучшем в мире свадебном салоне «Клайффилд».</p> <p>18.00, 18.30 Жизнь на Карибах. (12+)</p> <p>19.00, 19.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)</p> <p>20.00 В плену ненужных вещей. (12+)</p> <p>21.00 Я вешу 300 кг. (16+)</p> <p>23.00 Аномалии тела. (18+)</p> <p>00.00 Монстры внутри меня. (16+)</p> <p>00.55 Я вешу 300 кг. (16+)</p> <p>02.40 Аномалии тела. (18+)</p> <p>03.30 Монстры внутри меня. (16+)</p> <p>04.20 В плену ненужных вещей. (12+)</p> <p>05.10 Оденься к свадьбе. (12+)</p>	

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

СПОРТ

МАТЧ: ИГРА	МАТЧ: ИГРА	EUROSPORT 1
06.00 Зимняя Универсиада-2019. Керлинг. Мужчины. Россия - Норвегия. Прямая трансляция из Красноярска	01.35 Автогонки. Blancpain GT. США. Обзор. (0+)	02.00, 08.00, 13.15, 20.45 Автогонки. Формула Е. Гонконг. Превью. (0+)
08.00, 16.20 Волейбол. Кубок ЕКВ. Мужчины. 1/2 финала. (0+)	02.30, 07.00 Велоспорт. Ле-Самен. (0+)	03.30 Универсиада. Красноярск. Горные лыжи. Мужчины. (0+)
10.00, 05.00 Зимняя Универсиада-2019. Керлинг. Женщины. Прямая трансляция из Красноярска	04.15 Горные лыжи. Кубок мира. Квитфельд. (0+)	05.00, 08.30, 14.35 Снукер. Players Championship. Престон. (0+)
13.00 Пляжный футбол. Чемпионат мира среди клубов. «Локомотив» (Россия) - «Брага» (Португалия). Трансляция из Москвы. (0+)	10.00 Универсиада. Красноярск. Спринт. Прямая трансляция. (0+)	11.00, 19.30 Универсиада. Красноярск. Бiatлон. Мужчины. 20.15 Универсиада. Красноярск. Лыжные гонки. (0+)
14.30 Баскетбол. Лига Чемпионов. ФИБА. 1/8 финала. (0+)	11.45, 20.15 Универсиада. Красноярск. Лыжные гонки. (0+)	12.45 Дзюдо. Большой шлем. Дюссельдорф. (0+)
18.20 Зимняя Универсиада-2019. Керлинг. Мужчины. Трансляция из Красноярска. (0+)	13.45, 21.45 Тележурнал Watts. (0+)	14.30 Хоккей на траве. Pro League. (0+)
20.45 Пляжный футбол. Чемпионат мира среди клубов. 1/2 финала. Трансляция из Москвы. (0+)	15.55, 21.55 Снукер. Players Championship. Престон. Прямая трансляция. (0+)	21.15 Теннис. «АТР. За кадром». (0+)
22.00 Теннис. WTA. Прямая трансляция из Индиан-Уэллса		
04.00, 04.30 Гандбол. Обзор матчей Лиги чемпионов. (0+)		

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ-ТВ
06.00, 08.40, 13.40, 18.00 PRO-новости. (16+)	12.35 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)
06.15, 11.40, 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)	13.00 Русские хиты. Чемпионы среды. (16+)
06.55, 10.00, 15.00, 18.15 8 женщин. (12+)	14.00 Золотая дюжина. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)	15.05 Битва фанклубов. (16+)
09.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)	16.00 Караоки. (16+)
10.05 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)	18.20 ЯНАМУЗ-ТВ. (16+)
10.30 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)	19.00 R'n'B чарт. (16+)
11.35, 17.00, 00.00 PRO-клип. (16+)	20.00 Live Fest на «Роза Хутор»-2019. Рождественский концерт. (16+)
	22.00 Неспиннер. (16+)
	23.00 10 sexy. (16+)
	00.05 Сахар. (16+)
	01.30 Неформат чарт. (16+)
	02.00 Наше. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
06.00, 14.30, 22.25 «Смешарики». (0+)	05.00, 07.35 «Пёс Пат». (6+)	05.00 «Ранние пташки». «Три котёнка», «Врумиз». (0+)
06.25, 15.30, 23.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)	05.25 «Жужики». (6+)	06.55 «Пляс-класс». (0+)
07.00, 16.00 «Малышарики». (0+)	05.45 «Мини-Маппеты». (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Домики». (0+)	06.15, 10.30 «Дружные мопсы». (0+)	07.30 «Пляс-класс». (0+)
08.00 «Роботар Полли и его друзья». (0+)	06.40 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)	07.40 «Нелла - отважная принцесса». (0+)
08.30, 16.20 «Лео и Тиг». (0+)	08.00, 11.00 «Герои в масках». (0+)	08.25 «Пластилинка». (0+)
09.00, 23.00 «Июко». (0+)	08.35, 11.30 «Удивительная Ви». (6+)	08.35 «Маленькое королевство Бена и Холли». (0+)
09.40, 17.00 Друзья на все времена. (0+)	09.00 «София Прекрасная». (0+)	09.20 «Микроистория: Покровительственная окраска». (0+)
10.00, 17.55 «Катя и Эф. Куда угодно-дверь». (0+)	09.30 «Елена - принцесса Авалора». (0+)	Некоторые животные обладают такой защитной окраской, которая позволяет им оставаться незамеченными в местах их обитания. Чтобы в этом убедиться, мы заглянем в тропический лес, в степь и даже на морское побережье.
10.05, 17.15 «Фиксики». (0+)	10.00 «Хранитель Лев». (0+)	09.25 «В мире животных с Николаем Дроздовым». (0+)
10.30, 18.15 «Лунтик и его друзья». (0+)	12.00 «Уходи, Единорог!» (6+)	09.50 «Союзмультфильм» представляет: «Дядя Степа - милиционер». (0+)
11.00, 19.00 «Четверо в кубе». (0+)	12.15 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)	10.10 «Верните Рекса». (0+)
11.25, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	13.20 «Город героев: Новая история». (6+)	10.30 «Роботы-поезда». (0+)
12.00 «Машины сказки», «Зимняя сказка». (0+)	14.20 «Утиные истории». (6+)	11.00 «Суперкряпля. Джетт и его друзья». (0+)
12.15, 20.15 «Маша и Медведь». (0+)	14.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	11.40 «Машинки». «Малыши и летающие звери». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	19.30 «Монстр в Париже». (6+)	12.15 «Тобот Атлон». (6+)
13.30 «Бобр добрый». (0+)	21.30 «Звездная принцесса и силы зла». (12+)	12.40 «Трансформеры. Киберверселенная». (6+)
14.00, 22.00 «Бумажки». (0+)	23.15 «Мстители: миссия Чёрной Пантеры». (12+)	13.00 «Смешарики. Пин-код». (6+)
15.00 «Джинглики». (0+)	23.45 «Стражи Галактики». (12+)	14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
18.00 «Консуни. Чудеса каждый день». (0+)	00.10 «ОДНАЖДЫ В СКАЗКЕ». (12+)	14.10 «Элвин и бурундуки». (6+)
20.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Освещение корабля». (0+)	01.55 «ПРОГРАММА ЗАЩИТЫ ПРИНЦЕСС». (6+)	14.55 «Супер4». (6+)
21.30 «Сказочный патруль». (0+)		15.40 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)

ДЕТСКИЙ	О!
06.02 Готовим с папой. (6+)	05.00 «Машинки». (0+)
06.21, 09.13, 09.52, 16.26, 20.55, 21.33 Мультфильмы. (0+)	07.00 «Животные - мои друзья». (0+)
06.30, 10.02, 13.56, 17.24 «Приключения Таши». (6+)	07.10 «Бинг». (0+)
06.55, 10.26, 14.20, 17.49 «Смурфики». (0+)	08.00 «Доктор Малышкина». (0+)
07.25, 11.01, 14.47, 18.19 «Новые, никому не известные приключения барона Мюнхгаузена». (6+)	08.05 «Радужный мир Руби». (0+)
07.56 «Пчелогарфия». (6+)	08.55 «Весёлый алфавит». (0+)
08.00, 12.48, 19.17, 23.56 «Раскраска». (0+)	09.00 О! Музыка. (0+)
08.08 «4 машинки». (0+)	09.35 «Бобби и Билл». (6+)
08.18 «Мая-Мая». (0+)	10.25 «Пластилинка». (0+)
08.31, 09.32, 15.17, 15.56, 16.44, 21.14, 22.22 Мультфильмы. (6+)	10.30 «Свинка Пеппа». (0+)
11.28, 20.26, 23.03 «Колобанга. Только для пользователей интернета». (6+)	11.55 «Космическое путешествие». (0+)
11.54, 17.00, 22.38 «Смешарики». (0+)	12.00, 02.15 «Magic English». (0+)
12.20, 23.29 Почемучка. (6+)	12.20 «Белка и Стрелка: Озорная семейка». (0+)
12.34, 18.49, 23.42 Почемучка. Астрономия. (6+)	14.25 «Весёлый алфавит». (0+)
12.55, 19.24 Микроистория. (6+)	14.30 «Если бы я был...» (0+)
13.10, 19.39 Путешествуй с нами! (6+)	14.40 «Ангел Бэби». (0+)
13.27, 19.56 Стоп! Снято! (12+)	16.50 «Оранжевая королева». (0+)
15.36, 16.16 «Веселая карусель». (6+)	17.00, 04.40 «ТриО!» (0+)
15.46 «Ну, погоди!» (12+)	17.15, 00.20 «Доктор Малышкина». (0+)
	17.20 «Новаторы». (6+)
	19.45 «Пластилинка». (0+)
	19.50 «Свинка Пеппа». (0+)
	22.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
	00.25 «Алиса знает, что делать!» (6+)
	02.35 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00, 10.30 Как я стал монахом. (0+)	15.00 Монахиня Параскева. Цикл: Женщины в православии. (0+)
05.30 Святые Борис и Глеб. Цикл: День Ангела. (0+)	15.30, 01.20 Игуменья Ксения. Цикл: Женщины в православии. (0+)
06.00 Завет. (0+)	16.00 Царевич Димитрий Угличский. Цикл: День Ангела. (0+)
07.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)	16.30 «ПОЧТИ СМЕШНАЯ ИСТОРИЯ». Фильм 2. (0+)
08.00 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)	18.00 Завет. (0+)
09.00, 09.30, 14.30 Монастырская кухня. (0+)	19.00, 01.50 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
10.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)	20.00, 03.40 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
11.00 Матушка Иоанна. Цикл: Женщины в православии. (0+)	21.30, 02.45 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
11.30 Монахиня Нина. Цикл: Женщины в православии. (0+)	22.30 «ОПАСНЫЙ ВОЗРАСТ». (0+)
12.00 Встреча. (0+)	00.00 День Патриарха. (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)	00.15 Завет. (0+)
	01.10 Преподобный Димитрий Прилуцкий. (0+)

Православный календарь

6 марта
Седмица сырная (Масленица) – сплошная. Глас 7.
Свт. Евстафия, архиеп. Антиохийского.



Из трапезы исключается мясо.

«Сказываю тебе самое лучшее средство обрести смирение. Это вот что: всякую боль, которая колет гордое сердце, потерпеть. И ждать день и ночь милости от Всемилостивого Спасе...»
Прп. Анатолий Оптинский (Зерцалов)

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

БЕСПЛАТНАЯ
ЮРИДИЧЕСКАЯ
КОНСУЛЬТАЦИЯ

8 495 142 51 94

Реклама

ЭТФ «СЛАВЯНКА» 25 лет на рынке российского туризма

8 МАРТА и МАСЛЕНИЦА

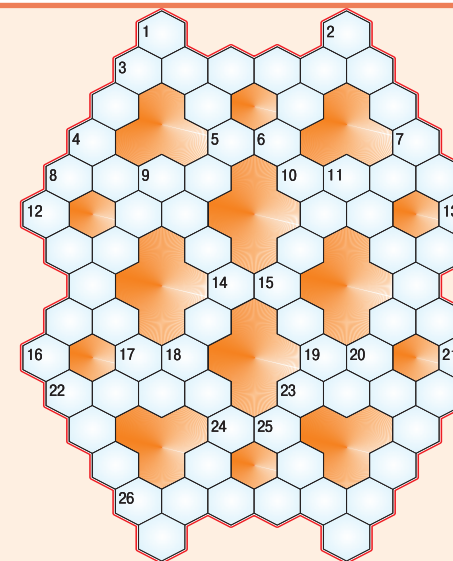
апрель	Грановитая палата
08.03 – 09.03	Казань – Свяяжск
08.03 – 10.03	Дивеево – Муром – Арзамас
08.03 – 10.03	Брянск с усадьбами
09.03	Масленица в Федоскино
10.03	Коломна с праздником Масленицы
10.03	Захаровская Масленица – Главная Масленица Подмосковья!
16.03	Династия Морозовых в Подмосковье
17.03, 24.03	Истра с посещением выставки Фаберже
23.03 – 24.03	Николаевский Петербург
30.03	Угренский монастырь – Люберцы
06.04	Зарайск
06.04 – 07.04	Господин Новгород Великий
13.04	Музей-заповедник «Абрамцево»
02.05 – 04.05	Вологда – Кириллов – Ферапонтово
01.05 – 03.05	Орел – Спасское-Лутовиново
09.05 – 12.05	«Селигерская кругосветка»
10.05 – 12.05	Каргополь с окрестностями
10.05 – 12.05	Курск и усадьбы
10.05 – 12.05	Воронеж – Дивногорье – Костомарово

www.slavianka.ru

8 (495) 626-05-68, 8 (495) 626-08-79

Москва, ул. Кузнецкий Мост, 21/5, подъезд 3, оф. 4039

Реклама



ТРИ ДОРОГИ

Все слова в этом кроссворде длиной не меньше трёх букв.

По горизонтали: 3. Сто мунгу, ходящие в Монголии. 8. Защита зубов у боксеров. 10. Приспособление, по которому уходит жидкость. 22. Фетровые «подростие галоши». 23. Нити в ткани наперекор основе. 26. «Лепта» смутьяна в некогда дружный коллектив.

Слева-вниз-направо: 1. Вертикальная или наклонная подземная горная выработка. 2. Свернутая солдатская шинель. 4. Пожар во всю

степь. 6. «Неправильная пчела», как сказал бы Винни. 9. Показатель температуры выше ноля. 11. Нагоняй за разгильдяйство. 12. Алкоголь, полынью пахнущий. 15. «Строение» во рту, возведенное дантистом. 16. Бессмыслица, до которой довели мысль. 18. Звук, издаваемый хищными животными. 20. Уплывший кашевар. 25. Вкусить запретный ...

Справа-вниз-налево: 1. «Реанимация» дырявого носка. 2. «Мелкокалберное» решето. 5. Тонкий канат,

служащий для подъема и крепления парусов. 7. Коллега Перуна в скандинавской мифологии. 9. Выкаблучивание под народные напевы. 11. «Раунд» в лексике Пеле и Зидана. 13. Одна из сторон изучения проблемы. 14. «Ступенька» качества на ярлыке. 17. Задранный у зазнайки. 19. Первое, куда попал индюк-тугодум. 21. «Комбинация из трех пальцев» у гитариста. 24. Богатство, которое можно случайно вырыть.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД: 1. Вертикальная или наклонная подземная горная выработка. 2. Свернутая солдатская шинель. 4. Пожар во всю степь. 6. «Неправильная пчела», как сказал бы Винни. 9. Показатель температуры выше ноля. 11. Нагоняй за разгильдяйство. 12. Алкоголь, полынью пахнущий. 15. «Строение» во рту, возведенное дантистом. 16. Бессмыслица, до которой довели мысль. 18. Звук, издаваемый хищными животными. 20. Уплывший кашевар. 25. Вкусить запретный ...

1

ПЕРВЫЙ

05.00

Телеканал «Доброе утро»

09.00

Новости

09.25

«Сегодня 7 марта. День начинается». (6+)

09.55

«Модный приговор». (6+)

10.55

«Жить здорово!». (16+)

12.00

Новости с субтитрами

12.15

«Время покажет». (16+)

13.55

«Наши люди» с Юлией Миньшовой. (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

«Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)

19.55

«Поле чудес». (16+)

21.00

Время

21.30

«Голос. Дети». Новый сезон. (0+)

23.20

«Вечерний Ургант». (16+)

00.15

Премьера. «Я - Хит Леджер». (12+)

Хит Леджер прожил жизнь целиком, не просто оставляя следы, а отрывая от себя целые куски, чтобы на них могла смотреть замороженная публика.

02.00

«БОРСАЛИНО И КОМПАНИЯ». (16+)

Франция-Италия-Германия, 1974. Боевик.

04.00

«Мужское / Женское». (16+)

04.55

«Давай поженимся!». (16+)

5

5-й КАНАЛ

05.00

«Известия»

05.20

«ЯРОСТЬ». (16+)

07.40

«День ангела»

08.05

«КЛАССИК». (16+)

09.00

«Известия»

09.25

«КЛАССИК». (16+)

10.30

«СТРАЖИ ОТЧИЗНЫ». (16+)

13.00

«Известия»

13.25

«СТРАЖИ ОТЧИЗНЫ». (16+)

18.30

«Известия»

19.00

«СЛЕД». (16+)

00.00

«Известия. Итоговый выпуск»

00.25

«СЛЕД». (16+)

01.10

«ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

03.20

«Известия»

03.30

«ДЕТЕКТИВЫ». (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

11.45

«Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)

12.50

«60 минут». (12+)

14.00

Вести

14.25

Вести.

Местное время

14.45

«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

«АКУШЕРКА. НОВАЯ ЖИЗНЬ». (12+)

В роддом привозят Дашу - она тоже беременна. Дмитрий признается, что ребенок от него. За Татьяной начинает ухаживать перспективный врач Панов. В отличие от Дмитрия, у него нет секретов от Татьяны. И все друзья считают их отличной парой. Татьяна, чтобы спасти жизнь Валентине Гуреевой, решает на срочную операцию.

23.25

«Юбилейный вечер Михаила Жванецкого». (16+)

01.40

«ВО САДУ ЛИ, В ОГОРОДЕ». (12+)

Россия, 2012 г. Мелодрама. В ролях: Наталья Рогожкина, Владимир Литвинов.

Валентина живет в деревне. Она пользуется любовью и уважением односельчан. Но она одинока - муж ушел от нее много лет назад, а дочь-красавица учится в областном центре.

★

ЗВЕЗДА

ЗВЕЗДА

06.00

Сегодня утром

08.10

Военная приёмка». (6+)

09.00

13.00 18.00 21.15 Новости дня

09.15

18.30 «Специальный репортаж». (12+)

09.35

10.05 «РОДИНА ИЛИ СМЕРТЬ». (12+)

Россия - Беларусь, 2006 г. Военная драма.

10.00

14.00 Военные новости

11.25

13.15 14.05 «ОФИЦЕРСКИЕ ЖЕНЫ». (16+)

18.50

«Бомбардировщики и штурмовики Второй мировой войны». (12+)

19.40

«Легенды космоса». (6+)

20.25

«Код доступа». (12+)

21.25

«Открытый эфир». (12+)

23.00

«Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)

23.30

«БАМЕН ИЗ «ЗОЛОТОГО ЯКОРЯ». (12+)

01.10

«22 МИНУТЫ». (12+)

02.40

«ДВЕНАДЦАТАЯ НОЧЬ». (0+)

04.05

«Прекрасный полк». (12+)

04.45

«ССОРА В ЛУКАШАХ». (0+)

ТВУ

ТВЦ

06.00

«Настроение»

08.00

«Доктор И...» (16+)

08.35

«ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ». (6+)

10.00

«УЛИЦА ПОЛНА НЕОЖИДАННОСТЕЙ». (12+)

11.30

События

11.50

«ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)

Инспектор Барнаби расследует убийства, которые повторяют сюжеты жутких сцен, изображенных на средневековой фреске церковного sklepa. Кто использует древние пытки, чтобы наказать современных грешников?

13.40

Мой герой. (12+)

14.30

События

14.50

Город новостей

15.05

«АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (12+)

16.55

«Естественный отбор». (12+)

17.45

«БАБЬЕ ЛЕТО». (16+)

Роман пытается поговорить с Анной, однако напуганная женщина не выпускает его в дом и прогоняет. У нотариальной конторы Анну встречает Игорь и забирает у нее деньги за проданную квартиру.

19.40

События

20.00

Петровка. 38. (16+)

20.20

«Право голоса». (16+)

22.00

События

22.30

«Приют комедиантов». (12+)

00.25

«Алла Демидова. Сбылось - не сбылось». (12+)

01.20

«ОТЕЛЬ ПОСЛЕДНЕЙ НАДЕЖДЫ». (12+)

04.55

«Увидеть Америку и умереть». (12+)

OTR

OTR

05.00

11.05 21.05 «Прав! Да?». (12+)

05.55

12.05 23.25 «Большая страна». (12+)

06.25

«Гора самоцветов. Чепиги». (0+)

06.35

«Гора самоцветов. Шейдулла лентий». (0+)

06.55

«Дом «Э». (12+)

07.25

10.50 22.25 23.50 «Активная среда». (12+)

07.30

22.35 «Тайны древних империй». (12+)

08.30

15.15 04.50 «Календарь». (12+)

09.00

10.05 16.05 17.05 «ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)

Игорь и Мария работают в исследовательском институте и еле сводят концы с концами...

10.00

11.00 12.00 13.00 15.00 16.00 17.00 21.00 Новости

12.30

«Россия далее везде». (12+)

13.20

18.00 00.00 Отражение

15.45

«Гора Самоцветов. Царь и ткач». (0+)

22.00

«Гамбургский счёт». (12+)

04.05

«Культурный обмен». (12+)

НТВ

НТВ

05.05

«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. СМЕРЧ». (16+)

Кот передает Волкова под охрану в комендатуру, а сам присоединяется к Физики и Муре. Вместе они едут на захват Монгола. Волков сбегает из прокуратуры и связывается с Батей.

13.00

Сегодня

13.25

Обзор. Чрезвычайное происшествие

14.00

«Место встречи»

16.00

Сегодня

16.30

«Место встречи»

17.15

«ДНК». (16+)

18.15

«Основано на реальных событиях». (16+)

19.00

Сегодня

19.50

«ЧЕРНОВ». (16+)

Чернов встречается с руководством сайта знакомств, клиентом которого была Лена. Выясняется, что Савельева несколько лет встречалась с разными мужчинами с сайта, но после первого свидания блокировала воздыхателей.

23.00

«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)

В КТЦ поступает информация о том, что цель диверсантов - уничтожение недавно построенного моста, являющегося важнейшим инфраструктурным объектом региона.

00.00

«Квартирник НТВ у Маргулиса». (16+)

01.20

Дачный ответ. (0+)

02.25

Квартирный вопрос. (0+)

03.30

«БЛОНДИНКА ЗА УГЛОМ». (0+)

Москва 24

МОСКВА 24

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 02.30 04.30 Специальный репортаж. (12+)

07.45

08.45 09.45 01.40 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+)

11.15

15.15 18.15 01.30 «ГОСТ». (12+)

11.30

13.15 17.15 03.15 «Климат-контроль». (12+)

11.45

19.15 01.15 Спорная территория. (12+)

12.10

14.15 16.15 «Прямо и сейчас»

13.30

18.30 00.30 05.30 «Звёздный репортаж». (12+)

16.30

Жизнь в большом городе

19.00

Москва сегодня. (12+)

19.30

22.30 03.30 «Вечер»

06.00

«Самое яркое». (16+)

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

«Самое вкусное». (12+)

13.00

«БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)

14.40

«Все просто!» (12+)

16.00

Новости 360

16.20

«Самое яркое». (16+)

17.00

«УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)

06.00

«Самое яркое». (16+)

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

«Самое вкусное». (12+)

13.00

«БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)

14.40

«Все просто!» (12+)

16.00

Новости 360

16.20

«Самое яркое». (16+)

17.00

«УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)

06.00

«Самое яркое». (16+)

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

«Самое вкусное». (12+)

13.00

«БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)

14.40

«Все просто!» (12+)

16.00

Новости 360

16.20

«Самое яркое». (16+)

17.00

«УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)

06.00

«Самое яркое». (16+)

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

«Самое вкусное». (12+)

13.00

«БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)

14.40

«Все просто!» (12+)

16.00

Новости 360

16.20

«Самое яркое». (16+)

17.00

«УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)

06.00

«Самое яркое». (16+)

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

«Самое вкусное». (12+)

13.00

«БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)

14.40

«Все просто!» (12+)

16.00

Новости 360

16.20

«Самое яркое». (16+)

17.00

«УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)

06.00

«Самое яркое». (16+)

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

«Самое вкусное». (12+)

13.00

«БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)

14.40

«Все просто!» (12+)

16.00

Новости 360

16.20

«Самое яркое». (16+)

17.00

«УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)

06.00

«Самое яркое». (16+)

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

«Самое вкусное». (12+)

13.00

«БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)

14.40

«Все просто!» (12+)

16.00

Новости 360

16.20

«Самое яркое». (16+)

17.00

«УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)

06.00

«Самое яркое». (16+)

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

«Самое вкусное». (12+)

13.00

«БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)

14.40

«Все просто!» (12+)

16.00

Новости 360

16.20

«Самое яркое». (16+)

17.00

«УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)

06.00

«Самое яркое». (16+)

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

«Самое вкусное». (12+)

13.00

«БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)

14.40

«Все просто!» (12+)

16.00

Новости 360

16.20

«Самое яркое». (16+)

17.00

«УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)

06.00

«Самое яркое». (16+)

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

«Самое вкусное». (12+)

13.00

«БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)

14.40

«Все просто!» (12+)

16.00

Новости 360

16.20

«Самое яркое». (16+)

17.00

«УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)

06.00

«Самое яркое». (16+)

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

«Самое вкусное». (12+)

13.00

«БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)

14.40

«Все просто!» (12+)

16.00

Новости 360

16.20

«Самое яркое». (16+)

17.00

«УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)

06.00

«Самое яркое». (16+)

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

«Самое вкусное». (12+)

13.00

«БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)

14.40

«Все просто!» (12+)

16.00

Новости 360

16.20

«Самое яркое». (16+)

17.00

«УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)

06.00

«Самое яркое». (16+)

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

«Самое вкусное». (12+)

13.00

«БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)

14.40

«Все просто!» (12+)

16.00

Новости 360

16.20

«Самое яркое». (16+)

17.00

«УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)

06.00

«Самое яркое». (16+)

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

«Самое вкусное». (12+)

13.00

«БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)

14.40

«Все просто!» (12+)

16.00

Новости 360

16.20

«Самое яркое». (16+)

17.00

«УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)

06.00

«Самое яркое». (16+)

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

«Самое вкусное». (12+)

13.00

«БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)

14.40

«Все просто!» (12+)

16.00

Новости 360

16.20

«Самое яркое». (16+)

17.00

«УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)

06.00

«Самое яркое». (16+)

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

«Самое вкусное». (12+)

13.00

«БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)

14.40

«Все просто!» (12+)

16.00

Новости 360

16.20

«Самое яркое». (16+)

17.00

«УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)

06.00

«Самое яркое». (16+)

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

«Самое вкусное». (12+)

13.00

«БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)

14.40

«Все просто!» (12+)

16.00

Новости 360

16.20

«Самое яркое». (16+)

17.00

«УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)

06.00

«Самое яркое». (16+)

07.00

Новости 360

08.00

«Самое яркое». (16+)

09.00

Новости 36

РЕН	ТНТ	ТВ-3	ЧЕ	МАТЧ	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<div>05.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)</div> <div>06.00 09.00 «Документальный проект». (16+)</div> <div>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</div> <div>08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)</div> <div>12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)</div> <div>13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</div> <div>14.00 «Засекреченные списки». (16+)</div> <div>17.00 «Тайны Чапман». (16+)</div> <div>18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</div> <div>20.00 21.00 Документальный спецпроект. (16+)</div> <div>23.00 «Глупота по-американски». Концерт Михаила Задорнова. (16+)</div> <div>00.50 «Доктор Задор». Концерт Михаила Задорнова. (16+)</div> <div>02.40 04.00 «ДМБ». (16+)</div> <div></div> <div>Россия, 2000 г. Комедия. Петр Коршунков, Станислав Дужников, Михаил Петровский. Судьба свела их в призывном пункте...</div>	<div>07.00 ТНТ. Best. (16+)</div> <div>09.00 Дом-2. Lite. (16+)</div> <div>10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)</div> <div>11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)</div> <div>12.30 «Спаси свою любовь». (16+)</div> <div>13.30 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)</div> <div>17.20 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ». (16+)</div> <div>Старая знакомая Вика приглашает Гришу и его друзей в свой особняк отметить день рождения, но в конце вечера они все оказываются в ловушке.</div> <div>20.00 «Год культуры. Фильм о сериале». (16+)</div> <div>Герой исправительно-трудовой комедии Виктор Михайлович Сычев очень плохо работал - за что и был сослан в Верхнеямский Филологический Институт.</div> <div>21.00 Студия Союз. (16+)</div> <div>22.00 Импровизация. (16+)</div> <div>23.00 Дом-2. Город любви. (16+)</div> <div>00.00 Дом-2. После заката. (16+)</div> <div>01.00 «Спаси свою любовь». (16+)</div> <div>01.45 «Бородина против Бузовой». (16+)</div> <div>02.30 ТНТ-Club. (16+)</div> <div>02.35 «Открытый микрофон». (16+)</div> <div>05.00 ТНТ. Best. (16+)</div>	<div>06.00 «Мультфильмы». (0+)</div> <div>09.20 «Слепая». (12+)</div> <div>11.00 «Гадалка». (12+)</div> <div>12.00 «Не ври мне». (12+)</div> <div>15.00 «Мистические истории. Начало». (16+)</div> <div>16.00 «Гадалка». (12+)</div> <div>17.35 «Слепая». (12+)</div> <div>18.40 «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ». (16+)</div> <div>Состоятельного менеджера инвестиционного фонда Джерри Робертса судят за обман инвесторов и хищение миллиарда долларов. Спустя какое-то время его находят убитым. Возникает вопрос, не инсценировал ли он свою смерть?..</div> <div>23.00 «ОЧЕНЬ ПЛОХАЯ УЧИЛКА». (16+)</div> <div></div> <div>США, 2011 г. Комедия. Кэмерон Диаз, Джастин Тимберлейк. Элизабет Холси беззаботно живёт со своим состоятельным возлюбленным. Она работает в школе, однако для неё это скорее факультатив.</div> <div>01.00 «Секс-мистика». (18+)</div> <div>03.45 «Звезды. Тайны. Судьбы». (12+)</div>	<div>06.00 «КВН. Высший балл». (16+)</div> <div>06.50 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)</div> <div>07.30 «Дорожные войны». (16+)</div> <div>07.50 «Удачная покупка». (16+)</div> <div>08.10 «Дорожные войны». (16+)</div> <div>12.00 «КВН. Высший балл». (16+)</div> <div>13.00 «Идеальный ужин». (16+)</div> <div>15.00 «Утилизатор». (12+)</div> <div>15.30 «Супершеф». (16+)</div> <div>18.30 «Рюкзак». (16+)</div> <div>19.30 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ». (12+)</div> <div></div> <div>Россия, 2007 г. Комедия. Гоша Куценко, Кристина Орбакайте. На свадьбе супруги Голубевы клялись друг другу в вечной любви. Со временем страсть ушла...</div> <div>21.40 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-2». (12+)</div> <div>23.50 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-3». (12+)</div> <div>01.50 «Фестиваль Авторadio «Дисотека 80-х». (16+)</div> <div>05.10 «РОДИНА». (16+)</div>	<div>06.00 Прыжки в воду. «Мировая серия». Пр.тр. 07.50, 08.50, 12.50, 17.00, 19.50 Новости</div> <div>06.45 07.50, 08.50, 12.50, 17.00, 19.50 Новости</div> <div>06.55 Зимняя Универсиада-2019. Биатлон. Пр.тр.</div> <div>07.55 13.55, 17.10, 00.55 Все на Матч!</div> <div>08.55 Зимняя Универсиада-2019. Горнолыжный спорт. Пр.тр.</div> <div>10.00 Зимняя Универсиада-2019. Биатлон. Пр.тр.</div> <div>10.50 Футбол. Лига чемпионов. 1/8 финала. (0+)</div> <div>12.55 Зимняя Универсиада-2019. Фигурное катание. Пр.тр.</div> <div>14.30 Футбол. (0+)</div> <div>16.30 «Стюардесса по имени Лиза. Туктамышева». (12+)</div> <div>17.50 Биатлон. Чемпионат мира. Смешанная эстафета. Пр.тр.</div> <div>19.55 Дневник Универсиады. (12+)</div> <div>20.15 Футбол. «Зенит» (Россия) - «Вильярреал» (Испания). Лига Европы. Пр.тр.</div> <div>22.50 Футбол. «Валенсия» (Испания) - «Краснодар» (Россия). Лига Европы. Пр.тр.</div> <div>01.30 Футбол. «Челси» (Англия) - «Динамо» (Киев, Украина). 1/8 финала. (0+)</div> <div>03.30 Обзор Лиги Европы. (12+)</div> <div>04.00 Бобслей и скелетон. (0+)</div> <div>05.00 Прыжки в воду. (0+)</div>	<div>06.30 07.30 18.00 00.00 05.20 «6 кадров». (16+)</div> <div>06.50 «Удачная покупка». (16+)</div> <div>07.00 12.55 04.00 «Понять. Простить». (16+)</div> <div>07.55 «По делам несовершеннолетних». (16+)</div> <div>08.55 «Давай разведёмся!» (16+)</div> <div>09.55 «Тест на отцовство». (16+)</div> <div>11.00 «АГЕНТЫ СПРАВЕДЛИВОСТИ». (16+)</div> <div>11.55 04.30 «Реальная мистика». (16+)</div> <div>14.05 «ДАЛЬШЕ ЛЮБОВЬ». (16+)</div> <div>19.00 «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА ГЕНЕРАЛА». (16+)</div> <div></div> <div>Россия, 2011 г. Мелодрама. Виктор Низовой, Юлия Кадушкевич. После развода Надежда вместе с сыном переезжает к брату. Теперь они живут в закрытом военном городке.</div> <div>23.00 03.15 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-2». (16+)</div> <div>00.30 «БАЛЬЗАКОВСКИЙ ВОЗРАСТ, ИЛИ ВСЕ МУЖИКИ СВОИ...». (16+)</div> <div>05.35 «Домашняя кухня». (16+)</div>	

Дайте жизнь суставам!

Что делать с нестерпимой болью?

Боль, какая бы она ни была, человека изматывает. Людей снова мучают артриты, артрозы, 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 невозможно...*

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

— *А что ещё требуется, кроме врачебной помощи?*

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

в самых сложных случаях, конечно, прибегают к хирургическому вмешательству. Отличным настройщиком может стать ДЕЛЪТА. Она специально создана для лечения суставов — всего, что связано с суставами и хрящами при хронической форме, острой, затухающей, ремиссии. ДЕЛЪТУ 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. ДЕЛЪТА без боли проникает непосредственно в сустав, улучшает кровообращение, помогает восстановлению хрящей и подвижности сустава. Благодаря ДЕЛЪТЕ, после консультаций с врачом, лечение можно обеспечить самостоятельно. ДЕЛЪТА может помочь снять боль и воспаление, нормализовать обменные процессы, снять отёк. Лечение возможно при заболеваниях суставов любого происхождения, в том числе при остеохондрозе, артрите, артрозе, радикулите, подагре, грыже межпозвоночного диска и других заболеваниях. Кроме того, ДЕЛЪТА может усилить действие лекарственных препаратов в комплексной терапии.

— *Палочка-выручалочка?*

— Можно сказать и так. ДЕЛЪТА 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 ДЕЛЪТА.

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

— Мы уже говорили об артрите и артрозе, которые чаще всего поражают суставы. Люди, страдающие этими заболеваниями, в основном стараются избавиться от симптомов: глотают обезболивающее, натирают мазями и гелями. Но надо искать причину. ДЕЛЪТА 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, ДЕЛЪТА 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 ДЕЛЪТЫ возможно замедлить процессы разрушения в суставах. Вначале улучшатся их питание, а потом идёт обновление. Начинается восстановление всех составляющих сустава, в том числе хрящевой и суставной жидкости. ДЕЛЪТА работает на предупреждение атрофии мышц, повышение подвижности суставов, уменьшение боли в спине и суставах, снятие отёков. Под её воздействием растворы неорганических солей диссоциируют. ДЕЛЪТА изменяет состояние тканей и тканевой жидкости, влияет почти на все протекающие в них процессы. Изменяются кислотно-щелочное состояние, окислительно-восстановительные и ферментативные процессы, усиливаются крово- и лимфообращение, стимулируются обменно-трофические процессы, ускоряется регенерация нервной, костной и соединительной тканей. Люди получают возможность передвигаться.

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

— *Можно ли найти лечение ДЕЛЪТОЙ замену?*

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ

ООО «МОНОПОЛИЯ ЗДОРОВЬЯ», ОГРН 1187746935375. 115230, Москва, Каширское ш., д. 3, корп. 2. № РЗН 2014/1800. Реклама

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV1000 РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
06.10 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ». (12+)	06.20 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (12+)	06.00 «СВАТЫ». (16+)	06.00, 17.10 «БЕДНАЯ НАСТЯ». (12+)
08.20 «ГОЛАЯ ПРАВДА». (16+)	08.35 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН. НАШЕ ВРЕМЯ». (16+)	09.40 «ТРИДЦАТЬ ТРИ». (12+)	06.45, 07.05, 07.30, 07.55, 18.00, 18.20, 18.45, 19.10, 19.35 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
10.20 «ПАУТИНА ЛЖИ». (16+)	10.20 «ЗА ГРАНЬЮ РЕАЛЬНОСТИ». (12+)	11.05 «НЕПОДДАЮЩИЕСЯ». (6+)	08.20, 09.05, 20.00, 20.45, 00.35, 01.20 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
13.00 «ИГРА ЭНДЕРА». (12+)	12.20 «ПОМНЮ НЕ ПОМНЮ!» (12+)	12.35 «МОЙ МЛАДШИЙ БРАТ». (12+)	09.50, 21.30 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
15.30 «МОЙ ПАРЕНЬ - ПСИХ». (16+)	13.50 «ОРДА». (16+)	14.30 «БУДЬТЕ МОИМ МУЖЕМ». (6+)	2 сезон. Сериал. Канада, 2017 г.
18.00 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ». (12+)	16.20, 17.10 «ПАРФЮМЕРША-2». (12+)	16.10 «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ИТАЛЬЯНЦЕВ В РОССИИ». (12+)	10.40 Правила моей кухни. (16+)
20.10 «ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ!». (16+)	18.20 «СУПЕРБОБРОВЫ». (12+)	СССР, 1973 г. В ролях: Андрей Миронов, Нинетто Даволи, Антония Сантilli, Алигьеро Носкезе, Евгений Евстигнеев	11.40, 22.20, 02.05 «ЦЕНА ЛЖИ». (16+)
22.05 «12 ЛЕТ РАБСТВА». (16+)	20.20 «СЧАСТЬЯ! ЗДОРОВЬЯ!» (16+)	18.00 «СВАТЫ». (16+)	12.55 «БОЛЬШОЙ ПАПА». (16+)
00.35 «МОЯ ДЕВУШКА - МОНСТР». (18+)	22.10 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (12+)	21.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	14.40, 15.45, 03.25, 04.30 «ВОЙНА И МИР». (16+)
02.35 «НЕМЫСЛИМОЕ». (18+)	00.00 «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)	01.25 «ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)	23.35, 00.05 «СЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (18+)
04.10 «СФЕРА». (16+)	02.05 «МАМЫ». (12+)	03.25 «ВИЗИТ ВЕЖЛИВОСТИ». (12+)	
	04.20, 05.05 «ПАРФЮМЕРША-2». (12+)		
Иллюзион+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	FOX life FOX LIFE
01.20 «ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ». (16+)	00.20 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ». (16+)	01.00 «АГЕНТ 117: МИССИЯ В РИО». (16+)	06.00 Джейми Оливер. Готовим за 30 минут. (12+)
03.15 «ДЕНЬГИ НА ДВОИХ». (16+)	02.25 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ-2». (16+)	02.55 «Ч/Б». (16+)	06.20, 17.50, 18.35, 05.20 «СКОРПИОН». (16+)
05.20 «ОНА». (16+)	04.15 «ЗЕЛЕНАЯ КАРЕТА». (16+)	04.45 «СЕКСОГОЛИК». (16+)	07.05, 07.55, 13.45, 14.35, 01.05, 01.55 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
07.25 «ИГРА ИХ ЖИЗНИ». (12+)	05.50 «МАРС». (16+)	06.30 «ПОСЛЕСВАДЕБНЫЙ РАЗГРОМ». (18+)	08.45, 11.15, 17.00, 21.00, 00.15 «НОМЕР 309». (16+)
09.05 «ТЕОРИЯ ЗАГОВОРА». (16+)	07.40 «ЗАЯЦ НАД БЕЗДНОЙ». (16+)	08.15 «ЛУЧШИЙ И САМЫЙ ЯРКИЙ». (16+)	09.35 Джейми Оливер: Супер еда. (12+)
10.45 «СЕРЬЕЗНЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)	09.25, 10.15 «ОХОТА НА ДЬЯВОЛА». (16+)	10.00 «СВИДЕТЕЛЬ НА СВАДЬБЕ». (16+)	10.25, 04.05 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)
12.30 «СУПРУЖЕСТВО». (16+)	11.15 «ВЫ НЕ ОСТАВИТЕ МЕНЯ». (16+)	11.50 «СОКРОВИЩА О.К.» (12+)	12.05, 12.55, 19.20, 20.10 «КАСЯ». (16+)
13.55 «ДЕВЯТКИ». (16+)	13.20 «КОКТЕБЕЛЬ». (16+)	13.55 «ВДРЕБЕЗГИ». (16+)	15.25, 16.10, 22.40, 23.30, 02.35, 03.20 «БЕЛЫЙ ВОРОТНИЧОК». (16+)
15.40 «КОЕ-ЧТО ЕЩЕ». (16+)	15.15 «МЫТИНСКИЙ МАНЬЯК». (16+)	15.45 «ЭТО ВСЕ ОНА». (16+)	21.50 «РЕЗИДЕНТ». (16+)
17.25 «ЛЮБОВЬ И СЛАВА». (16+)	17.10 «МОЯ БОЛЬШАЯ АРМЯНСКАЯ СВАДЬБА». (12+)	17.35 «СТЕРВА». (16+)	2 сезон. Сериал. США, 2018 г. В ролях: Мэтт Зукри, Эмили ВанКэмп, Маниш Дайал
18.50 «ВЕРОНИКА РЕШАЕТ УМЕРЕТЬ». (16+)	19.00, 19.55 «ОХОТА НА ДЬЯВОЛА». (16+)	21.05 «SUPERHЯНЬ-2». (16+)	04.55 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОМОХОЗЯЙКА». (16+)
20.30 «МОЙ ПАРЕНЬ - ПСИХ». (16+)	20.50 «ПЯТЬ НЕВЕСТ». (16+)	22.50 «НАШИ ЛЮБОВНИКИ». (18+)	
Комедия, драма, мелодрама, США, 2012 г.	22.40 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)	Комедия, Франция, 2016 г.	
22.30 «НЬЮ-ЙОРК, Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ». (16+)			
ФЕНИКС+КИНО	TV 21 ВЕК	РОДНОЕ КИНО	КИНОСЕРИЯ
08.00, 16.00, 00.00 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА». (16+)	10.00, 18.00, 02.00 «ТЕНЬ СУДЬБЫ». (16+)	04.35 «ОДИН И БЕЗ ОРУЖИЯ». (16+)	00.35, 01.25 «КРАХ». (16+)
09.00, 17.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ-2». (16+)	10.55, 18.55, 02.55 «УБИЙСТВО В ПИЛЕ». (12+)	06.05 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». (0+)	02.25 «ШЕРЛОК: СЛЕПОЙ БАНКИР». (16+)
10.00, 18.00, 01.00, 02.00 «ДЕТИ ВАНЮХИНА». (16+)	Криминальная драма, Франция, 2014 г.	11.40 «ТРЕМБИТА». (6+)	04.05 «ШЕРЛОК: БОЛЬШАЯ ИГРА». (16+)
11.00, 12.00, 19.00, 20.00, 03.00, 04.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)	12.40, 20.40, 04.40 «ЭСКОБАР». (18+)	13.30 «ВОЗВРАЩЕНИЕ ВЫСОКОГО БЛОНДИНА». (12+)	06.00, 06.55 «СОБИРАТЕЛЬ ТЕЛ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)	Биографическая драма, Испания, Болгария, США, 2017 г.	15.05 «БАРХАНОВ И ЕГО ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ». (16+)	07.55, 08.55, 09.55, 10.55, 14.05, 15.05, 16.05, 17.05 «ШЕЛЕСТЬ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «МЕТОД ФРЕЙДА-2». (16+)	14.30, 22.30, 06.30 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)	17.25 «ЛЕВ ГУРЫЧ СИНЧИКИН». (0+)	11.55, 12.55 «БОГОМОЛ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)	Мелодрама, комедия, Россия, 2010 г.	19.00 «ОДИНОКАЯ ЖЕНЩИНА ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ». (6+)	18.10 «ШЕРЛОК: СКАНДАЛ В БЕЛГРАВИИ». (16+)
	16.20, 00.20, 08.20 «КОРОЛЕВЫ РИНГА». (16+)	20.40 «КАДКИНА ВСЯКИЙ ЗНАЕТ». (16+)	20.00 «ШЕРЛОК: СОБАКИ БАСКЕРВИЛЯ». (16+)
	Комедия, Франция, 2013 г.	22.15 «СЫЩИК ПЕТЕРБУРГСКОЙ ПОЛИЦИИ». (6+)	21.50 «ШЕРЛОК: РЕЙХЕНБАХСКОЕ ПАДЕНИЕ». (16+)
			23.35 «МАММОН». (16+)

УВЛЕЧЕНИЯ




Усадьба	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
08.45, 13.10, 16.50 Чудеса, диковины и сокровища. (12+)	06.00 Такая жизнь - охота с Сергеем Бешенцевым. (16+)	00.00, 13.00, 19.00 Табата-лайт. (12+)
09.15 Безопасность. (12+)	06.30 Мой мир - рыбалка. (12+)	00.30, 13.30, 19.30 Дыхание стретчинга. (12+)
09.50 Кухня народов СССР. (12+)	06.55 Охотничьи меридианы. (16+)	01.00, 16.30, 20.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+)
10.00 Урожай на столе. (12+)	07.30 По Якутии с Александром Борисовым. (12+)	01.30, 11.30, 14.30 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
10.30 История усадеб. (12+)	08.00 Секреты «трудных» водоемов. (12+)	02.00, 15.00, 21.00 Хорошая американская еда с Дэнни Бумом. (6+)
11.05 Проект мечты. (12+)	08.35 Тропа рыбака. (12+)	02.30, 10.00, 15.30, 21.30 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
11.35 Секреты стиля. (12+)	09.05, 12.05 Рыбный день. (16+)	03.00, 16.00, 22.00 Первоклассный фитнес. (6+)
12.05, 17.50 Вот блин! (12+)	09.35, 12.35 Кухня с Сергеем Марковичем. (12+)	03.30, 14.00, 20.00, 23.30 Делай тело с Русланом Байрамовым. (12+)
12.20 Идите в баню. (12+)	09.50, 12.50 Простые рецепты. (12+)	04.05, 06.45, 08.45 Витамин-завтрак. (12+)
12.40 Домашняя косметика! (12+)	10.10, 16.20 Энциклопедия охоты. (16+)	05.00, 07.00, 09.00, 18.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)
12.55 Баня - женского рода. (12+)	10.50, 17.00 Нож-помощник. (16+)	05.30, 07.30, 09.30 Утренний заряд с Димой Брагиним. (12+)
13.40 Сравнительный анализ. (16+)	11.10, 22.35 Охота: собачья работа. (16+)	05.45, 07.45, 09.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
14.10 Садовые истории с Оливией Андриако. (12+)	11.45 Две на одного. Оружие. (16+)	10.30, 17.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
14.45 Садовый доктор. (12+)	13.05 Сам себе охотник. (16+)	12.00 Fit BO+. (6+)
14.55 Здоровый сад. (12+)	13.40 Сезон охоты. (16+)	18.30 Гимнастика для беременных. (6+)
15.15 Сельские профессии. (12+)	14.10 Егерьский кордон. (16+)	18.45 Проблемные зоны. Экспресс-курс. (6+)
15.45 Дачный эксклюзив. (16+)	14.40 Смертельный улов. (16+)	
16.15 Топ-10. (12+)	15.30 Привет, Малек! (6+)	
17.20 Травоед. (12+)	15.45 Спиннинг сегодня. (16+)	
17.35 Вокруг сыра. (12+)	17.20 Спиннинг на камских просторах. (12+)	
18.10 Дачная энциклопедия. (12+)	17.55 Экстремальная рыбалка с Робсоном Гринном. (16+)	
18.45 Усадьбы будущего. (12+)	18.45 Крылатые охотники. (16+)	
19.15 Праздник в дом. (12+)	19.00 На зарубежных водоемах. (12+)	
19.45 Тихая моя родина. (12+)	19.35 Нахлыст в Башкортостане. (16+)	
20.10 Доктор Смузи. (12+)	20.05 Кодекс охотника. (16+)	
20.25 Сад своими руками. (12+)	20.25 На рыбалку с охотой. (12+)	
21.00 8 ошобок огородника. (12+)	21.00 Планета охотника. (16+)	
21.15 Цветик-семицветик. (12+)	21.30 Универсальная собака. (16+)	
21.30 Чай вдвоем. (12+)	22.05 Нахлыст на разных широтах. (12+)	
21.45 Паштеты. (12+)	23.10 Прибалтийский лосось. (16+)	
22.10 Милости просим. (12+)	23.40 Технология зимнего клева. (12+)	
22.40 Город-Сад. (12+)		
23.10 Беспокойное хозяйство. (12+)		
23.45 Мастер. (12+)		

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР	ПЯТНИЦА	Ю	РЕТРО
06.00 Держись, шоубиз! (16+)	05.00 «БОЛЬШИЕ ЧУВСТВА». (16+)	05.00 Обмен жёнами. (16+)	00.40 Живая легенда. Андрей Вознесенский. (12+)
06.25 «ОСА». (16+)	05.20 Орел и решка. Шопинг. (16+)	06.40 В теме. (16+)	01.30, 04.30, 07.10, 16.15, 21.15 Дело темное. (16+)
08.10 «СУДЕБНАЯ КОЛОНКА». (16+)	07.00 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)	07.05 «КЛОН». (16+)	02.15, 03.25, 06.00, 08.55, 22.05, 23.25 «И ЭТО ВСЁ О НЕМ». (12+)
10.00 Новости	07.30 Утро пятницы. (16+)	08.50 «ТРОПИКАНКА». (12+)	05.20 «Аленький цветочек». Мультфильм. (6+)
10.10 «СУДЕБНАЯ КОЛОНКА». (16+)	09.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)	10.00 Беременна в 16. (16+)	07.55 «Кто поедет на выставку?» Мультфильм. (6+)
13.00 Новости	11.00 Орел и решка. По морям-2. (16+)	11.40 Мастершеф. (12+)	08.10 «Матч-реванш». Мультфильм. (6+)
13.15 Зал суда. Битва за деньги. (16+)	12.00 Орел и Решка. Перезагрузка. (16+)	15.20 Моя свекровь - монстр. (16+)	08.35 «Межа». Мультфильм. (6+)
14.10 Дела семейные. Битва за будущее. (16+)	13.00 Орел и решка. По морям. (16+)	17.30 Одинокий папа мечтает познакомиться. (16+)	10.10 «БЛЕФ». (16+)
15.05 Дела семейные. Новые истории. (16+)	15.00 Орел и Решка. Перезагрузка-3. (16+)	Отцы-одиночки из разных городов России очень хотят найти свою вторую половинку: жену и мать для своих детей. Новоборзовавшимся семьям за неделю придется прожить маленькую жизнь. Останется ли молодая женщина в семье или герои так и не обретут свое счастье?	11.55 «Кот в сапогах». Мультфильм. (0+)
16.00 Новости	19.00 «ГОРЬКО!» (16+)	19.45 «КЛОН». (16+)	12.15 «Кот, который гулял сам по себе». Мультфильм. (0+)
16.15 Телеигра «Игра в кино». (12+)	21.00 «ГОРЬКО!» (16+)	20.45 «ТРОПИКАНКА». (12+)	12.45 «Мой друг зонтик». Мультфильм. (6+)
17.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)	Россия, 2013 г. В ролях: Сергей Светлаков, Юлия Александрова, Егор Корешков, Ян Цапник	01.20 В теме. (16+)	12.55, 14.10, 18.00, 19.10 «В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА». (12+)
19.00 Новости	23.00 «БЛОКБАСТЕР». (16+)	01.55 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)	Сериал. СССР, Болгария, 1985 г.
19.20 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (6+)	Россия, 2014 г. В ролях: Ян Цапник, Юлия Александрова, Егор Корешков, Елена Валушкина	03.25 Популярная правда: дорогие детки. (16+)	15.25 Живая легенда. Виктор Тихонов. (12+)
22.35 «ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ТЕТЯ!» (6+)	00.40 Пятница News. (16+)	03.50 Еуропа plus чарт. (16+)	17.10 Суворов. Альпийский поход. (12+)
Комедия, музыкальный фильм, СССР, 1975 г. В ролях: Александр Клягин, Армен Джигарханян, Михаил Козаков	01.10 «СУПЕРПЛОХИЕ». (18+)	04.40 Обмен жёнами. (16+)	20.25 Живая легенда. Илья Глазунов. (12+)
00.40 «ВЕСНА». (12+)	02.30 Опасные гастроли. (16+)		
02.40 «ЛЮБИМЫЙ РАДЖА». (12+)	04.30 «РЫЖИЕ». (16+)		
04.40 Наше кино. История большой любви. (12+)			
05.30 «ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ТЕТЯ!» (6+)			

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC
00.00, 12.00 Час истины. (12+)	06.45 Расцвет древних цивилизаций. (12+)	06.00, 06.55 Авто - SOS. (16+)
01.10 Российская летопись. (12+)	07.35 Невероятные изобретения. (12+)	07.55 Дикий тунец: Север против Юга-5. Лучшее. (16+)
01.30 На пути к Великой Победе. (12+)	08.10 Вторая мировая в цвете. (12+)	08.55 Затеряться в Корее. (16+)
02.00 «МЫ ИЗ КРОНШТАДТА». (12+)	09.05 Заговор. (12+)	09.50, 10.45 Дикий тунец: Север против Юга. (16+)
03.30 Рожденные в СССР. (6+)	09.55, 17.15 Последние короли-воители Европы. (16+)	11.40 Мумии, застывшие во времени. (16+)
04.00, 04.30 Сражения с Наполеоном. (12+)	11.00 Тридцатилетняя война - Железный век. (12+)	12.35 Вторая мировая война: осушение океана. (16+)
05.00 Тайны российской дипломатии. (12+)	11.55 История Европы. (12+)	13.25, 13.55 Тайные истории. (16+)
05.40 Убийство Каподистрии. (12+)	12.50 Мир Гитлера: послевоенные планы. (12+)	14.25 «ГЕНИЙ». (16+)
06.20 Тайны российской дипломатии. (12+)	13.40 Заговор. (12+)	15.25 Расследования авиакатастроф. (16+)
06.55 Последний большевик: Вячеслав Михайлович Молотов. (12+)	14.30 Взрывающая Земля. (12+)	16.20 Международный аэропорт Дубай. (16+)
07.30 Библиотеки России. (6+)	15.20 Вторая мировая в цвете. (12+)	17.15 Авто - SOS. (16+)
08.00 Евангелие от Джотто: Капелла Сокровенны в Падуе. (12+)	16.15, 16.45 Невероятные изобретения. (12+)	18.10 Дикий тунец: Север против Юга-5. Лучшее. (16+)
09.10 Русские праведники. (12+)	18.20 Тридцатилетняя война - Железный век. (12+)	19.05, 19.35 Тайные истории. (16+)
09.45 Музеи Ватикана. (12+)	19.15 История Европы. (12+)	20.05 «ГЕНИЙ». (16+)
10.40 История Отечества в портретах. (12+)	20.10 Мир Гитлера: послевоенные планы. (12+)	21.05 Авто - SOS. (16+)
11.00 Секрет Данте. (16+)	21.10 Заговор. (12+)	22.00 Расследования авиакатастроф. (16+)
11.50 Семь дней истории. (12+)	22.00 Вторая мировая в цвете. (12+)	22.50 Злоключения за границей: Индийские приключения. (16+)
13.00, 13.55 В поисках тайных святых. (12+)	С декабря 1941 на Тихом океане шла окаянная война против Японии. Японцы теряли остров за островом в жестоких рукопашных схватках.	23.45 Странная Вторая Мировая. (16+)
14.40 История Отечества в портретах. (12+)	22.55 Тайны римских черепов. (12+)	00.40 Вторая мировая война: осушение океана. (16+)
15.00 Восход цивилизации. Как греки изменили мир. (12+)	23.50 Падение империи	01.35 Расследования авиакатастроф. (16+)
16.00 Искусство войны. (12+)	00.55 Загадочные убийства: нацисты. (12+)	02.20 Международный аэропорт Дубай. (16+)
17.00 Наполеон. Освобождение. (12+)	01.45 Вторая мировая в цвете. (12+)	03.10, 04.45 Расследования авиакатастроф. (16+)
18.00 Рыцари. (12+)	02.40 Запретная история. (12+)	04.00 Авто - SOS. (16+)
19.00 Тайнственная Франция. (12+)	03.30, 04.20 Музейные тайны. (12+)	05.35 Игры разума. (16+)
20.00 Историада. (12+)	05.10 Невероятные изобретения. (12+)	
21.00 Берия. Тайны и факты. (12+)	05.40 Невероятные изобретения. (6+)	
22.00 Америка до Колумба. (12+)		
23.00 Первая мировая. (12+)		

 ANIMAL PLANET	 DISCOVERY CHANNEL	 TLC
06.00 Полиция Майами: отдел по защите животных. (16+)	06.00 Махинаторы. (12+)	06.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)
07.00 Адская кошка. (12+)	07.00 Крутой тюнинг. (12+)	07.00, 07.30 Купономами. (12+)
08.00 Аквариумный бизнес. (12+)	08.00, 08.30 Как это устроено? (12+)	Познакомьтесь с находчивыми покупателями, умеющими экономить.
09.00 Неизведанная Европа. (12+)	09.00 Охотники за старьем. (16+)	08.00, 08.30 Жизнь на Карибах. (12+)
10.00 На свободу с питбулем. (16+)	10.00 Не пытайтесь повторить. (16+)	09.00, 09.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
11.00 Аквариумный бизнес. (12+)	11.00 Разрушители легенд. Дети. (16+)	10.00 Барахольщики: деньги из хлама. (12+)
12.00 Ремонт в приюте. (12+)	12.00 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)	Команда специалистов приезжает в захламлённые дома, чтобы освободить место и помочь скопидомам заработать на потенциально ценных вещах.
13.00 Доктор Ди: ветеринар Аляски. (16+)	13.00, 13.30 Как это устроено? (12+)	11.00 Они поменялись едой. (16+)
14.00 Аквариумный бизнес. (12+)	14.00 Махинаторы. (12+)	12.00 В плену ненужных вещей. (12+)
15.00 Адская кошка. (12+)	15.00 Крутой тюнинг. (12+)	13.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)
16.00 Невероятные бассейны. (12+)	16.00 Разрушители легенд. (16+)	14.00 Я вешу 300 кг. (16+)
Специалист по благоустройству территорий Лукас Конгдон превращает обычные бассейны в настоящие произведения искусства.	17.00 Реальные дальнбойщики. (16+)	16.00, 16.30 Купономами. (12+)
17.00 Полиция Майами: отдел по защите животных. (16+)	18.00 Охотники за старьем. (16+)	17.00 Оденься к свадьбе. (12+)
18.00 Как вырастить белого медведя. (12+)	19.00, 19.30 Как это устроено? (12+)	18.00, 18.30 Жизнь на Карибах. (12+)
19.00 Неизведанная Европа. (12+)	20.00 Махинаторы. (12+)	19.00, 19.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
20.00 Заповедная Аляска. (12+)	21.00 Крутой тюнинг. (12+)	20.00 В плену ненужных вещей. (12+)
21.00 Дикие нравы Норт Вудса. (16+)	22.00 Золотая лихорадка. (16+)	21.00, 21.30 Оденься к свадьбе: Великобритания. (12+)
22.00 На свободу с питбулем. (16+)	23.00 Битвы роботов. (12+)	22.00 Оденься к свадьбе. (12+)
23.00 Монстры внутри меня. (16+)	00.00 Сквозь кротовую нору с Морганом Фрименом: Можно ли взломать планету? (12+)	23.00 Моя полная жизнь. (16+)
00.00 Полиция Майами: отдел по защите животных. (16+)	00.55 Крутой Чед. (12+)	00.55, 01.20 Оденься к свадьбе: Великобритания. (12+)
01.00 Заповедная Аляска. (12+)	01.50 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)	01.50 Оденься к свадьбе. (12+)
01.50 Дикие нравы Норт Вудса. (16+)	02.40 Крутой тюнинг. (12+)	02.40 Моя полная жизнь. (16+)
02.40 Монстры внутри меня. (16+)	03.30 Охотники за старьем. (16+)	04.20 В плену ненужных вещей. (12+)
03.30 На свободу с питбулем. (16+)	04.20 Битвы роботов. (12+)	05.10 Оденься к свадьбе. (12+)
04.20 Неизведанная Европа. (12+)	05.10 Сквозь кротовую нору с Морганом Фрименом: Можно ли взломать планету? (12+)	

СПОРТ

МАТЧ: ИГРА	МАТЧ: ИГРА	EUROSPORT 1
06.00 Зимняя Универсиада-2019. Керлинг. Женщины. Россия - Канада. Прямая трансляция из Красноярска	01.35 Лёгкая атлетика. Чемпионат Европы в помещении. Глазго. (0+)	02.25 Хоккей на траве. Pro League. (0+)
08.00 Баскетбол. Лига Чемпионов. ФИБА. 1/8 финала. (0+)	02.30, 07.00, 17.00 Автогонки. Формула Е. Гонконг. Превью. (0+)	03.00, 17.35, 19.45 Тележурнал Watts. (0+)
10.00 Зимняя Универсиада-2019. Керлинг. Мужчины. Россия - США. Прямая трансляция	03.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Чемпионат мира. Зеефельд. (0+)	05.00, 08.30, 20.45 Снукер. Players Championship. Престон. 1/4 финала. (0+)
13.00 Пляжный футбол. Чемпионат мира среди клубов. Финал. Трансляция из Москвы. (0+)	07.30 Горные лыжи. Кубок мира. Квитфельд. Мужчины. Супергигант. (0+)	10.00 Универсиада. Красноярск. Бiatлон. Мужчины. Прямая трансляция. (0+)
14.25 Гандбол. Обзор матчей Лиги чемпионов. (0+)	10.00 Универсиада. Красноярск. Бiatлон. Мужчины. Прямая трансляция. (0+)	10.30, 11.00, 13.30, 14.00, 16.30, 20.10 Универсиада. Красноярск. (0+)
14.55 Теннис. WTA. Трансляция из Индиан-Уэллса. (0+)	11.45, 14.45 Универсиада. Красноярск. Фигурное катание. Прямая трансляция. (0+)	18.00 Бiatлон. Чемпионат мира. Эстерсунд. Прямая трансляция. (0+)
16.55 Настольный теннис. Лига европейских чемпионов. Мужчины. 1/2 финала. УГМК (Россия) - «Боруссия» (Германия). Прямая трансляция	21.55 Снукер. Players Championship. Престон. Прямая трансляция. (0+)	
19.25 Зимняя Универсиада-2019. Керлинг. Женщины. Трансляция из Красноярска. (0+)		
22.00 Теннис. WTA. Прямая трансляция из Индиан-Уэллса		
04.00 Волейбол. Кубок ЕКВ. Мужчины. 1/2 финала. (0+)		

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ-ТВ
05.00, 18.20 Сделано в 90-х. (16+)	12.05, 17.00 PRO-клип. (16+)
06.00, 08.40, 13.40, 18.00 PRO-новости. (16+)	13.00 ЯНАМУЗ-ТВ. (16+)
06.15, 12.10, 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)	14.00 R'n'B чарт. (16+)
06.55, 10.00, 15.00, 18.15 8 женщин. (12+)	15.05 Битва фанклубов. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)	16.00 Русские хиты. Чемпионы четверга. (16+)
09.00 Русский чарт. (16+)	19.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
10.05 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)	20.00 «Жара» в Баку-2018. Юбилей Валерии. (16+)
10.40 Хиты планеты. Топ 5. (16+)	21.50 Караоке. (16+)
11.00 Ждите ответа. (16+)	00.00 Тор 30 - Крутяк недели. (16+)
	02.20 Золотая лихорадка. (16+)
	04.00 Неспиннер. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
06.00, 14.25, 22.25 «Смешарики». (0+)	05.00, 07.35 «Пёс Пат». (6+)	05.00 «Ранние пташки». «Три котёнка», «Врумиз». (0+)
06.25, 15.35, 23.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)	05.25 «Жужики». (6+)	06.55 «Пляс-класс». (0+)
07.00, 16.00 «Малышарики». (0+)	05.45 «Мини-Маппеты». (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.25 «Домики». (0+)	06.15, 10.30 «Дружные мопсы». (0+)	07.30 «Пляс-класс». (0+)
08.00 «Роботар Полли и его друзья». (0+)	06.40 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)	07.40 «Нелла - отважная принцесса». (0+)
08.30, 16.20 «Лео и Тиг». (0+)	08.00, 11.00 «Герои в масках». (0+)	08.25 «Пластилинка». (0+)
09.00, 23.00 «Йоко». (0+)	08.35, 11.30 «Удивительная Ви». (6+)	08.35 «Маленькое королевство Бена и Холли». (0+)
09.50, 17.00 Друзья на все времена. (0+)	09.00 «София Прекрасная». (0+)	09.20 «Невозможное возможно!» (0+)
10.00, 17.55 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)	09.30 «Елена - принцесса Авалора». (0+)	09.35 «Союзмультфильм» представляет: «Дора Дора помидора». (0+)
10.05, 17.15 «Фиксики». (0+)	10.00 «Хранитель Лев». (0+)	09.45 «Разрешите погулять с вашей собакой». (0+)
10.30, 18.10 «Лунтик и его друзья». (0+)	12.00 «Уходи, Единорог!» (6+)	09.55 «Ивашка из Дворца пионеров». (0+)
11.00, 19.00 «Четверо в кубе». (0+)	12.15 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)	10.05 «Котёнок с улицы Лизюкова». (0+)
11.25, 19.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	13.20 «Город героев: Новая история». (6+)	10.15 «Жирафа и очки». (0+)
12.00 «Машины сказки». «Осенние корабли». (0+)	14.20 «Гравити Фолз». (12+)	10.30 «Роботы-поезда». (0+)
12.15, 20.15 «Маша и Медведь». (0+)	14.75 «Рапунцель: Новая история». (6+)	11.00 «Суперкрылья». Джетт и его друзья. (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	18.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	11.40 «Машинки». «Малыши и летающие звери». (0+)
13.30 «Бобр добрый». (0+)	19.30 «Анастасия». (12+)	12.15 «Тобот Атлон». (6+)
14.00, 22.00 «Бумажки». (0+)	21.35 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)	12.40 «Трансформеры. Кибервселенная». (6+)
15.00 «Джинглики». (0+)	22.50 Правила стиля. (6+)	13.00 «Смешарики. Пин-код». (6+)
16.15 «Деревяшки. Луна». (0+)	23.15 «ОДНАЖДЫ В СКАЗКЕ». (12+)	14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
18.00 «Консуни. Чудеса каждый день». (0+)	03.20 «Закон Мерфи». (12+)	14.10 «Элвин и бурундуки». (6+)
20.00 Сказка на ночь. (0+)	04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)	14.55 «Супер4». (6+)
21.30 «Сказочный патруль». (0+)		15.40 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)
		16.05 «Клуб Винкс». (6+)
		16.30 «Подружки-супергерои». (6+)
		17.00 «Барбоскины». (0+)
		18.10 «Дружба - это чудо». (0+)
		19.00 «Сказочный патруль». (6+)
		20.20 «Деревяшки». (0+)
		20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
		20.45 «Лунтик и его друзья». (0+)
		22.00 «Черепашки-ниндзя». (6+)
		22.25 «Трансформеры. Роботы под прикрытием. Сила гештальтов». (6+)
		22.50 «Бен 10». (12+)
		23.15 «Оги и тараканы». (6+)
		00.00 «Зиг и Шарко». (6+)
		01.05 «Висспер». (0+)
		02.05 «Приключения Тайо». (0+)
		03.40 «Смешарики». (0+)

ДЕТСКИЙ

ДЕТСКИЙ	ДЕТСКИЙ
06.02, 13.27, 19.56 Стоп! Снято! (12+)	05.00 «Ангел Бэби». (0+)
06.30, 10.02, 13.56, 17.24 «Приключения Таши». (6+)	07.00 «Животные - мои друзья». (0+)
06.55, 10.26, 14.20, 17.49 «Смурфики». (0+)	07.10 «Бинг». (0+)
07.25, 11.01, 14.47, 18.19 «Новые, никому не известные приключения барона Мюнхгаузена». (6+)	08.00 «Доктор Малышкина». (0+)
07.56 «Пчелография». (6+)	08.05 «Радужный мир Руби». (0+)
08.00, 10.49, 12.48, 13.24, 19.17 «Раскраска». (0+)	08.55 «Весёлый алфавит». (0+)
08.05 «4 машинки». (0+)	09.00 О! Музыка. (0+)
08.18 «Мяу-Мяу». (0+)	09.35 «Бобби и Билл». (6+)
08.31, 08.49, 09.26, 15.17, 16.17, 16.51, 20.55, 21.35, 22.23 Мультфильмы. (6+)	10.25 «Пластилинка». (0+)
08.40, 09.17, 09.45, 15.58, 16.37, 22.05 Мультфильмы. (0+)	10.30 «Свинка Пеппа». (0+)
11.28, 23.03 «Колобанга. Только для пользователей интернета». (6+)	11.55 «Космическое путешествие». (0+)
11.55, 17.00, 22.38 «Смешарики». (0+)	12.00, 02.15 «Magic English». (0+)
12.20, 18.49 Почему-то. Астрономия. (6+)	12.20 «Оранжевая корова». (0+)
12.55, 19.24 Микроистория. (6+)	12.30 «Новаторы». (6+)
13.10, 19.39 Путешествуй с нами! (6+)	14.25 «Весёлый алфавит». (0+)
20.26 «Барбарика». (6+)	14.30 «Если бы я был...» (0+)
21.15, 21.55 «Веселая карусель». (6+)	14.40 «Летающие звери». (0+)
21.25 «Ну, погоди!» (12+)	17.00, 04.40 «ТриО!» (0+)
23.29 Почему-то. (6+)	17.15, 00.20 «Доктор Малышкина». (0+)
	17.20 «Йоко». (0+)
	19.40 «Оранжевая корова». (0+)
	19.45 «Пластилинка». (0+)
	19.50 «Свинка Пеппа». (0+)
	22.00 «Машинки». (0+)
	00.25 «Алиса знает, что делать!» (6+)
	02.35 «Белка и Стрелка: Озорная семейка». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00 Я очень хочу жить. Дарья Донцова. (0+)	15.00 Людмила Киселева. Цикл: Женщины в православии. (0+)
06.00 Завет. (0+)	15.30 Софья Снегосерева. Цикл: Женщины в православии. (0+)
07.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)	16.15 «ОПАСНЫЙ ВОЗРАСТ». (0+)
08.00 До самой сути. С Еленой Жосуп. (0+)	18.00 Завет. (0+)
09.00, 09.30, 14.30 Монастырская кухня. (0+)	19.00, 02.30 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
10.00, 16.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)	21.30, 03.35 До самой сути. С Еленой Жосуп. (0+)
10.30 Как я стал монахом. (0+)	22.30, 23.45 «МАЛЕНЬКИЕ КОМЕДИИ БОЛЬШОГО ДОМА». Телевизионный спектакль. (0+)
11.00 Монахиня Игнатия. Цикл: Женщины в православии. (0+)	01.20 День Патриарха. (0+)
11.30 Игуменья Ксения. Цикл: Женщины в православии. (0+)	01.35 Завет. (0+)
12.00 Я тебя люблю. (0+)	03.25 Иаков, брат Господень. (0+)
13.00, 20.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)	04.30 Тайны сказок с Анной Ковальчук. (0+)
	04.45 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

7 марта
Седмица сырная (Масленица) – сплошная. Глас 7. Обретение мощей мучеников, иже во Евгении.



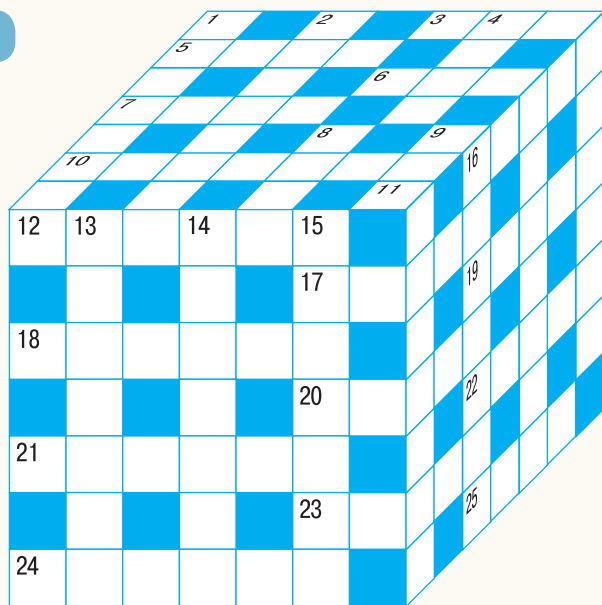
Мчч. Маврикия и 70 воинов: Фотина, Феодора, Филиппа и иных. Прпп. Фаласия, Лимния и Варадата, пустынников Сирийских. Прп. Шио Мгвимского. Прп. Афанасия исп. Сщмчч. Иосифа и Владимира пресвитеров, Иоанна диакона и мч. Иоанна. Сщмчч. Михаила, Иоанна, Виктора, Иоанна, Сергия, Андрея, Павла пресвитеров, прмчч. Сергия и Антипы, прмч. Параскевы, мчч. Стефана и Николая, мцц. Елисаветы, Ирины и Варвары. Мч. Андрея. Прмч. Филарета.

Из трапезы исключается мясо.

«Ищущий прощения грехов любит смиреномудрие. Осуждающий же другого налагает печать на свои злые дела».
Прп. Марк Подвижник

КУБ

По горизонтали: 3. Дом, который пора уже сносить. **5.** В Москве она Москва, а в Питере? **6.** Тайный наблюдатель. **7.** Он рисковал пролить крокодиловы слезы из-за старухи Шапокляк. **9.** Комплект снарядов в танке. **10.** Сочинения Пуха помимо кричалок. **11.** Синоним питательности. **12.** Вереница ГЭС на одной реке. **16.** «Море уходит вспять, море уходит спать» (явление, описанное этими строчками Маяковского). **17.** Способ подготовить яму для ближнего. **18.** «Забывание козла» во дворе. **19.** Запас для будущей работы. **20.** Героиня сказа «Левша». **21.** Цепи, которые носили юродивые. **22.** Символ 2017 года в восточном календаре. **23.** «Хвостик» клубка. **24.** Вечная соперница России в хоккее. **25.** «Креп-



кий орешек» для медвежатника.
По вертикали: 1. На голове у него ведро, вместо носа - морковка. **2.** «Сторож» десятка гуляющих Пятачков. **4.** Смехов в плаще с лилией. **8.** Вокруг какого дерева «хороводятся»?

9. «Повтори!», адресованное артисту. **13.** Отрезок перпендикуляра, опущенного из центра правильного многоугольника на любую из его сторон. **14.** Частная стоматологическая ... **15.** Для мамонта дротик как для слона ...

Ответы по горизонтали: 3. Дом, который пора уже сносить. 5. В Москве она Москва, а в Питере? 6. Тайный наблюдатель. 7. Он рисковал пролить крокодиловы слезы из-за старухи Шапокляк. 9. Комплект снарядов в танке. 10. Сочинения Пуха помимо кричалок. 11. Синоним питательности. 12. Вереница ГЭС на одной реке. 16. «Море уходит вспять, море уходит спать» (явление, описанное этими строчками Маяковского). 17. Способ подготовить яму для ближнего. 18. «Забывание козла» во дворе. 19. Запас для будущей работы. 20. Героиня сказа «Левша». 21. Цепи, которые носили юродивые. 22. Символ 2017 года в восточном календаре. 23. «Хвостик» клубка. 24. Вечная соперница России в хоккее. 25. «Креп-

www.skyce-clinique.ru

Лиц. ЛО-77-01-003226

СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА «СКАИС»



НАМ 9 ЛЕТ!

«СКАИС»

УДАЛЕНИЕ БЕСПЛАТНО ПРИ ПРОТЕЗИРОВАНИИ

МИНИ-ИМПЛАНТАЦИЯ ЗУБОВ
производство Германия от 19 000 руб.

консультация бесплатно

скидка на лечение 25% **скидка на протезирование 10%**

м. «Алтуфьево», Алтуфьевское ш, д. 78

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

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

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



Реклама

1

ПЕРВЫЙ

06.00

Новости

06.10

«МОЯ ЛЮБОВЬ». (12+)

06.40

«ТРИ ОРЕШКА ДЛЯ ЗОЛУШКИ». (0+)

08.20

«БУДЬТЕ МОИМ МУЖЕМ». (12+)

10.00

Новости с субтитрами

10.10

«ВЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ УЛИЦЕ» (0+)

12.00

Новости с субтитрами

12.15

«КОРОЛЕВА БЕНЗОКОЛОНКИ». (0+)

13.35

«ПРИХОДИТЕ ЗАВТРА...» (0+)

15.35

Премьера. «Будьте счастливы всегда!» Большой праздничный концерт в Государственном Кремлевском дворце. (16+)

17.20

«КРАСОТКА». (16+)

19.40

«МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (6+)

21.00

Время

21.20

«МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (6+)

22.55

ПРЕМЬЕРА: «Я ХУДЕЮ». (12+)

00.50

«МОЯ ЛЮБИМАЯ ТЕЩА». (16+)

02.50

«Модный приговор». (6+)

03.45

«Мужское / Женское». (16+)

04.40

«Давай поженимся!» (16+)

05.30

Контрольная закупка. (6+)

5

5-Й КАНАЛ

05.00

«Маша и медведь»

05.25

«ПАПА НАПРОКАТ». (12+)

09.00

«МОРОЗКО». (6+)

10.35

«ДЕСАНТУРА». (16+)

17.50

«СНАЙПЕР-2. ТУНГУС». (16+)

21.10

«КРЕПОСТЬ БАДАБЕР». (16+)

Россия, 2018 г.

Военный.

Весна 1985-го, разгар Афганской войны. По заданию ГРУ офицер разведки Юрий Никитин проникает в пакистанскую крепость враждебных моджахедов Бадабер. Никитин должен собрать доказательства существования здесь центра подготовки моджахедов под руководством ЦРУ.

«ОДИНОЧКА». (16+)

«ПАПА НАПРОКАТ». (12+)

04.55

«ЯБЛОЧКО ОТ ЯБЛОНЬКИ». (12+)

08.40

«О чём поют 8 Марта»

11.00

Вести

11.20

«ДЕВЧАТА» СССР, 1962 г. Комедия. В ролях: Надежда Румянцева, Николай Рыбников.

В отдаленный северный городок приезжает Тося Кислицына, которую в тот же день принимают на работу поварихой. И в этот же день она встречает красавца Илью, местного сердцееда, по которому вздыхают почти все женщины в округе.

13.20

«Петросян и женщины». (16+)

15.20

«УПРАВДОМША». (12+)

Россия, 2018 г. Мелодрама. В ролях: Нина Усатова, Ксения Лукьянчикова.

Баба Глаша - управдом. Каждый ее день расплыван по минутам. Это по паспорту Глафира Ивановна - пенсионерка. На деле спуска никому не дает.

19.10

«ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ» СССР, 1984 г. Комедия. В ролях: Александр Михайлов, Нина Дорошина.

Василий Кузякин всю свою сознательную жизнь прожил в сибирской деревне и, кроме ближайшего райцентра, ничего не видел. И все у него было: добротный дом, жена Надя, трое детей, любимая голубятня. Но, как известно, «что имеем - не храним». Василий впервые в жизни получил путевку в южный санаторий. На море!

21.20

«ЛЁД». (12+)

23.40

Праздничное шоу Валентина Юдашкина

02.30

«ГЛЯНЕЦ». (16+)

ЗВЕЗДА

ЗВЕЗДА

06.15

«ОТПУСК ЗА СВОЙ СЧЕТ». (6+)

13.00

18.00

Новости дня

13.15

18.25

«ПИЛОТ МЕЖДУНАРОДНЫХ АВИАЛИНИЙ». (16+)

Россия, 2011 г.

Криминальная мелодрама. Друзья Степанов и Мечников - пилоты гражданской авиации - из-за нештатной ситуации во время полета сажают лайнер прямо на трассу. На время расследования аварии пилотов отстраняют от работы, и Мечников отправляется на поиски затонувшего под Чернолесском фашистского самолета, на борту которого должен быть изумрудный ларец императрицы Анны Иоанновны.

А Александр Степанов начинает собственное расследование гибели супруги.

«БАЛАМУТ». (12+)

«БЕЗЫМЯННАЯ ЗВЕЗДА». (6+)

«Обратный отсчет». (12+)

01.05

02.45

«ОДИНОЧКА». (16+)

04.55

«ПАПА НАПРОКАТ». (12+)

05.50

«ВЕРНИСЬ В СОРРЕНТО». (12+)

09.30

«ТРИ ПЛЮС ДВА». (0+)

11.30

События

11.45

«ОДИНОКИМ ПРЕДСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (12+)

13.30

«КОРОЛЕВА ПРИ ИСПОЛНЕНИИ». (12+)

Россия, 2017 г. Лирическая комедия. В ролях: Ольга Арнтгольц, Стас Бондаренко.

Если бы год назад Даше сказали, что она будет главной претенденткой на титул королевы красоты, она бы покрутила пальцем у виска. Даша не считала себя красавицей и никогда к этому не стремилась - она хотела ловить преступников!

15.20

«СОРОК РОЗОВЫХ КУСТОВ». (12+)

19.05

«СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ. О ЧЕМ МОЛЧАТ РУСАЛКИ». (12+)

Россия, 2019 г. Детектив. В ролях: Ирина Горьчева, Анна Дулова.

Автор детективных бестселлеров Агата Север живет на одном из отдаленных островов Северной Карелии.

21.00

События

21.15

«Он и Она». (16+)

22.45

«Михаил Жванецкий. За словом - в портфель». (12+)

23.50

«ОХРАННИК ДЛЯ ДОЧЕРИ». (16+)

02.00

«ПАРИЖ ПОДОЖДЕТ». (16+)

03.45

«Ирина Алферова. Не родись красивой». (12+)

04.30

«Смех с доставкой на дом». (12+)

ОТР

ОТР

05.20

21.30

Концерт-акция «Щит и Роза». (12+)

06.55

12.00

«Большая страна». (12+)

07.25

«ВЕСНА». (12+)

09.10

16.10

«Календарь». (12+)

09.40

01.20

«ПРОСНИСЬ И ПОЙ!». (0+)

СССР, 1974 г.

В Будапеште, в небольшом доме, привычным, устоявшимся бытом живёт пожилая пара, Пишта и Эржи Орбак. Монотонность жизни делает раздражительным Пишту...

11.20

12.25

«Прекрасный полк». (12+)

13.00

13.55

15.00

19.00

Новости

15.05

«БЕРЕГИТЕ ЖЕНЩИН». (12+)

02.55

«МЭРИ ПОППИНС, ДО СВИДАНИЯ». (0+)

04.05

«Культурный обмен». (12+)

20.05

23.05

«ДУЭНЯЯ». (12+)

«АРТИСТКА ИЗ ГРИБОВА». (0+)

05.00

«ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИМ ВХОД ВОСПРЕЩЕН». (0+)

06.20

«Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (0+)

08.00

Сегодня

08.20

«БЛОНДИНКА ЗА УГЛОМ». (0+)

10.00

Сегодня

10.20

«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)

В одном из райцентров, недалеко от государственной границы России, действует религиозная секта, которая, по оперативной информации, занимается вербовкой и обучением боевиков.

16.00

Сегодня

16.20

«АФОНЯ». (0+)

СССР, 1975. В ролях: Леонид Куравлев, Евгений Леонов, Евгения Симонова.

Одинокая и однообразная жизнь слесаря-сантехника Афони становится чуть веселее после «левых» заработков в компании субутильников. А душа просит большего.

18.10

«Жди меня». Праздничный выпуск. (12+)

19.00

Сегодня

19.15

«ВСЕМ ВСЕГО ХОРОШЕГО». (16+)

Россия, 2014. Мелодрама. В ролях: Таисия Вилкова, Сергей Шнырев.

Вор-рецидивист Костя по кличке Одесса выходит из тюрьмы с твердым намерением «завязать».

21.30

«ПЁС». (16+)

23.30

«Все звезды для любимой». Праздничный коцерт. (12+)

01.45

«НЕ БОЙСЯ, Я С ТОБОЙ! 1919». (12+)

04.00

«Жди меня». (12+)

Москва 24

МОСКВА 24

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

15.30

19.30

«Афиша». (12+)

07.15

20.15

00.15

«Климат-контроль». (12+)

07.30

16.30

20.30

01.30

03.30

«Наизнанку». (12+)

08.30

09.15

09.30

10.15

13.15

13.30

15.15

16.15

18.30

19.15

21.15

23.15

02.15

05.30

Специальный репортаж. (12+)

10.30

23.30

Сделано в Москве. (12+)

11.30

12.30

22.30

04.30

«Звездный репортаж». (12+)

12.15

18.15

04.15

Простые решения. (12+)

14.30

02.30

Фаниманы. (12+)

17.30

ТОП-Сеть. (12+)

21.30

00.30

«ТОП-Сеть». (12+)

06.00

«Самое яркое». (16+)

09.00

Новости 360

09.30

«Вкусно 360». (12+)

12.00

Новости 360

12.30

«Самое вкусное». (12+)

13.00

«Индилайн». (12+)

13.30

«Все просто!» (12+)

14.00

«Самое яркое». (16+)

14.30

«Все просто!» (12+)

15.00

Новости 360

15.30

«Самое яркое». (16+)

16.25

«ТРИ ПЕСНИ ДЛЯ ЗОЛУШКИ». (12+)

Россия, 2017 г.

Главная героиня сериала «Три песни для Золушки» накануне выпускного вечера узнает правду о своем появлении на свет.

Новости 360

20.00

«ЧУДОТВОРЕЦ». (16+)

20.30

«Самое яркое». (16+)

00.15

«Самое яркое». (16+)

06.00

«Мультиутро». (0+)

08.50

«Раскрывая тайны звезд». (12+)

09.45

«НЕ ХОДИТЕ, ДЕВКИ, ЗАМУЖ». (12+)

11.00

«БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (6+)

15.55

«БЕРЕГИТЕ ЖЕНЩИН». (12+)

18.20

«ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ТЁТЯ!». (12+)

СССР, 1975 г.

Начало XX века. Безработный Бабс попадает в богатый дом, где вынужден, переодевшись в женскую одежду, сыграть роль тетушки-миллионерши, чтобы помочь двум юношам жениться на их возлюбленных...

20.10

«ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (12+)

22.45

«БЕЗЫМЯННАЯ ЗВЕЗДА». (12+)

01.10

«ГУСАРСКАЯ БАЛЛАДА». (12+)

03.00

«Раскрывая тайны звезд». (12+)

03.50

«Тайны кино». (12+)

05.25

«Песни нашего кино». (12+)

06.00

Ералаш. (0+)

07.05

«Три кота». (0+)

07.30

«Шоу «Уральских пельменей». (16+)

09.00

«ИСТОРИЯ ЗОЛУШКИ». (12+)

11.00

«ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (0+)

США, 2000 г. Комедия.

Роберт Де Ниро, Бен Стиллер, Тери Поло.

Грег отправляется за город, чтобы познакомиться с родителями своей девушки Пэм. Несчастный в самом страшном сне не предполагал, какие его ждут испытания.

Дело в том, что отец Пэм Джордж - отставной сотрудник ЦРУ, который устраивает приятелям дочери свою особую и жёсткую проверку.

13.10

«ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (0+)

15.05

«ДЕВЯТЬ ЖИЗНЕЙ». (12+)

16.55

«ЗОЛУШКА». (6+)

18.55

«Моана». (6+)

21.00

ВПЕРВЫЕ НА СТС! «ТИТАНИК». (12+)

США, 1997 г. Фильм-катастрофа. Леонардо ДиКаприо, Кейт Уинслет, Билли Зейн, Кэти Бейтс.

10 апреля 1912 года британский трансатлантический пароход «Титаник» отправился из Саутгемптона в Нью-Йорк, в свой первый и единственный рейс.

00.55

«ПРИНЦЕССА СПЕЦИАЛЬНОЙ». (12+)

02.40

«ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (0+)

04.20

«ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (0+)

05.50

«ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (0+)

06.00

«ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (0+)

07.05

«ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (0+)

07.30

«ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (0+)

09.00

«ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (0+)

11.00

«ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (0+)

13.10

«ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (0+)

15.05

«ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (0+)

16.55

«ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (0+)

18.55

«ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (0+)

21.00

«ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (0+)

03.00

«ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (0+)

03.50

«ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (0+)

05.25

«ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (0+)

РЕН	ТНТ	ТВ-3	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<div>05.00 08.30</div> <div>«ДМБ». (16+) «День «Засекреченных списков». (16+) Уникальная информация в удобном формате топ-листов. В каждом выпуске раскрываются сведения об известных событиях, явлениях и личностях, а факты представляются в самых неожиданных ракурсах.</div> <div>20.45</div> <div></div> <div>Россия, 2002 г. Боевик. Александр Балуев, Владислав Галкин, Алексей Кравченко, Эвклид Кюрдзидис, Игорь Лифанов, Александр Носик. Элита российских войск, специальное подразделение ГРУ. Бойцам и офицерам этого отряда необходимо выполнять важнейшие задания в разных точках мира, рискуя жизнью. В обстановке полнейшей секретности главные герои совершают настоящие воинские подвиги.</div> <div>03.30</div> <div>«Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)</div>	<div>07.00 09.00 10.15 11.30 12.30 13.30 14.00 15.00 16.00 18.00 22.00 23.00</div> <div>TNT. Best. (16+) Дом-2. Lite. (16+) Дом-2. Остров любви. (16+) «Бородина против Бузовой». (16+) «Спаси свою любовь». (16+) «САШАТАНЯ». (16+) Где логика? (16+) Однажды в России. (16+) Comedy Woman. (16+) «Комеди Клаб». (16+) Comedy Баттл. (16+) Дом-2. Город любви. (16+)</div> <div>00.00 01.00 01.25 02.10 02.55</div> <div>Дом-2. После заката. (16+) «Такое кино!» (16+) «Спаси свою любовь». (16+) «Бородина против Бузовой». (16+) «ЛЮБОВЬ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (16+) Россия - Украина, 2009 г. Комедийная мелодрама. Вера Брежнева, Алексей Чадов, Настя Задорожная. «Пусть то, за что выпили вы, будет невозможно без того, за что выпил я», - произнес импозантный Святой Валентин на вечеринке, и огонь в глазах распутной тройцы погас.</div> <div>04.20</div> <div>«Открытый микрофон». (16+)</div> <div>06.00</div> <div>TNT. Best. (16+)</div>	<div>06.00 09.45 11.30 14.30 17.00 19.00</div> <div>«Мультфильмы». (0+) «Волшебный меч: Спасение Камелота». (0+) «РОБИН ГУД: ПРИНЦ ВОРОВ». (12+) «БОЙФРЕНД ИЗ БУДУЩЕГО». (16+) «АКАДЕМИЯ ВАМПИРОВ». (12+) «СУМЕРКИ». (16+)</div> <div></div> <div>США, 2008 г. Фэнтези. Кристен Стюарт, Роберт Паттинсон, Билли Бёрк. 17-летняя Белла Свон переезжает к своему отцу в Форкс, чтобы иметь какую-то стабильность в жизни, а не мотаться по стране вместе с матерью и её новым мужем-спортсменом.</div> <div>21.30</div> <div>«СУМЕРКИ. САГА. НОВОЛУНИЕ». (16+) США, 2009 г. Фэнтези. Кристен Стюарт, Роберт Паттинсон, Кристина Ястржембска. Белла Свон отправляется праздновать свой 18-й день рождения в кругу семьи Калленов.</div> <div>00.00 02.30 04.15 05.45</div> <div>«ЛЕДИ-ЯСТРЕБ». (12+) «ЛАБИРИНТ». (12+) «Тайные знаки». (12+) «Мультфильмы». (0+)</div>	<div>06.00 07.30 18.45</div> <div>«Мультфильмы». (0+) «СИНДБАД». (12+) «КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (12+)</div> <div></div> <div>США, 1985 г. Приключения. Ричард Чемберлен, Шэрон Стоун, Херберт Лом, Джон Риз-Дэвис. Отец очаровательной Джесси Хьюстон отправляется на поиски легендарных бриллиантовых копий царя Соломона и пропадает без вести. Для его спасения дочь затевает рискованное путешествие.</div> <div>21.00</div> <div>«АЛЛАЙН КУОТЕР-МЕЙН И ПОТЕРЯННЫЙ ГОРОД ЗОЛОТА». (12+) США, 1986 г. Приключения. Ричард Чемберлен, Шэрон Стоун. Продолжение фильма «Копи царя Соломона». Герой возвращается в Африку в поисках своего брата, идущего по следам затерянного белого племени.</div> <div>23.00 02.40 04.30</div> <div>«ВОЛК С УОЛЛ-СТРИТ». (18+) «МОЛОДОЙ ПАПА». (18+) «РОДИНА». (16+)</div>	<div>06.00 06.30 06.40 07.00 07.05 07.55 08.30 10.00 12.00 13.00 15.10 17.00 18.05 19.55 21.55 22.25 01.00 03.00 04.50</div> <div>«Вся правда про...» (12+) Спортивный календарь. (12+) 05.40 Дневник Универсиады. (12+) 07.50, 09.55, 16.55, 18.00, 19.45 Новости Матч! Зимняя Универсиада-2019. Лыжный спорт. Пр.тр. Зимняя Универсиада-2019. Россия - Швеция. Хоккей с мячом. Пр.тр. Футбол. «Урал» (Екатеринбург) - «Спартак» (Москва). (0+) «Тренерский штаб». (12+) Зимняя Универсиада-2019. Фигурное катание. Пр.тр. Зимняя Универсиада-2019. Хоккей с мячом. Женщины. Финал. Пр.тр.а Зимняя Универсиада-2019. Сноубординг. Пр.тр. Биатлон. Чемпионат мира. Пр.тр. Баскетбол. ЦСКА (Россия) - «Милан» (Италия). Евролига. Мужчины. Пр.тр. Все на футбол! (12+) Футбол. Пр.тр. Баскетбол. Пр.тр. (0+) Бобслей и скелетон. Прыжки в воду. «Мировая серия». (0+)</div>	<div>06.30 07.30 09.40 14.05 15.55 19.00</div> <div>18.00 23.15 05.25 «6 кадров». (16+) «ЗОЛУШКА.RU». (16+) «ЗОЛУШКА». (16+) «ЗАКОЛДОВАННАЯ ЭЛЛА». (16+) США - Ирландия - Великобритания, 2004 г. Фэнтези. Энн Хэтэуэй, Хью Дэнси, Кэри Элвис. В детстве Элла получила от феи Люсинды необычный «подарок» - повиновение. Теперь она не может отказаться от любой просьбы.</div> <div>15.55</div> <div>«ГРЯЗНЫЕ ТАНЦЫ». (16+)</div> <div>19.00</div> <div>«БОМЖИХА». (16+)</div> <div></div> <div>Россия, 2007 г. Мелодрама. Татьяна Догилева, Юрий Беляев. Сорокалетняя учительница берёт в долг большую сумму денег на операцию для матери.</div> <div>21.05 00.30 03.50</div> <div>«БОМЖИХА-2». (16+) «БАЛЬЗАКОВСКИЙ ВОЗРАСТ, ИЛИ ВСЕ МУЖИКИ СВОИ ПЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+) «ЧУДЕСА В РЕШЕТКЕ». (16+)</div> <div>05.35</div> <div>«Домашняя кухня». (16+)</div>	

ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ

№ 04 (75)
26 февраля – 10 марта 2019

ПИСЬМА
КОНСУЛЬТАЦИИ
ВРАЧЕЙ
НАРОДНЫЕ
РЕЦЕПТЫ

О ЧЁМ РАССКАЖУТ
СТОПЫ?
ДИАГНОСТИКА БОЛЕЗНЕЙ

ОЖИРЕНИЕ:
**ПРОБЛЕМА
21 ВЕКА!**
ПРИЧИНЫ, ПРОГНОЗЫ, ЛЕЧЕНИЕ

**ХРАНИМ ЕДУ
ПРАВИЛЬНО**
РЕВИЗИЯ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ

КАК ВСТРЕТИТЬ
МАСЛЕНИЦУ?
РЕЦЕПТЫ БЛИНОВ И ОЛАДЬЕВ

ЭКОНОМИМ
НА ЛЕКАРСТВАХ:
ОБЗОР ЦЕН
стр. 10

КАЛЕНДАРЬ МАГНИТНЫХ БУРЬ

АКТЁР АНДРЕЙ БАРИЛО:
**«ИГРАТЬ ВРАЧА – БОЛЬШАЯ
ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ДЛЯ МЕНЯ»**

ISSN 2414-4940

9 177230 988200 19 004

16+

Подписной индекс в каталоге «Почта России» П2961

Будьте здоровы с «ПЛАНЕТОЙ ЗДОРОВЬЯ»!

Номер уже в продаже! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ЖУРНАЛ ВЫХОДИТ 2 РАЗА В МЕСЯЦ

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

TV1000	TV1000 РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
06.10 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+)	06.20 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (12+)	06.05 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (6+)	06.00, 07.05 «ВОЙНА И МИР». (16+)
08.45 «12 ЛЕТ РАБСТВА». (16+)	08.10 «ИРОНИЯ ЛЮБВИ». (16+)	07.45 «НЕПОДДАЮЩИЕСЯ». (6+)	08.10 «Лови волну!» (12+) Мультфильм
11.20 «ЗАТУРА: КОСМИЧЕСКОЕ ПРИКЛЮЧЕНИЕ». (12+)	10.05 «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)	09.15 «ОДИНОКИМ ПРЕДСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (12+)	09.40 «Облачно, возможны осадки в виде фрикаделек». (12+) Мультфильм
13.20 «ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ!». (16+)	12.10 «Иван Царевич и Серый Волк». (12+) Мультфильм	10.50 «МАРЬЯ-ИСКУСНИЦА». (0+)	11.15, 12.25, 13.20, 14.10, 15.00, 15.55, 16.45, 17.55, 19.05 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
15.20 «СФЕРА». (16+)	14.00 «СЧАСТЬЯ! ЗДОРОВЬЯ!» (16+)	12.35 «ВЫСОТА». (0+)	20.00 «ВСПОМНИТЬ ВСЁ». (16+)
17.30 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+)	15.50 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (12+)	14.20 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (0+)	21.55 «ХЭНКОК». (16+)
20.10 «КИНГ КОНГ». (16+)	18.10 «МАМЫ». (12+)	17.10 «ВЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ УЛИЦЕ». (12+)	23.25 «РОБОТ ПО ИМЕНИ ЧАППИ». (16+)
Новая Зеландия, США, Германия, 2005 г. В ролях: Наоми Уоттс, Джек Блэк, Эдриен Броуди, Томас Кречман, Энди Серкис	20.20 «Я ХУДЕЮ». (16+)	19.00 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+)	01.35 «ОРУЖЕЙНЫЙ БАРОН». (18+)
23.45 «ПТИЧКА НА ПРОВОДЕ». (16+)	22.25 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)	21.00 «ДЕВЧАТА». (0+)	03.25 «КОЛЫ В ГЛУБОКОМ ЗАПАСЕ». (16+)
02.00 «АЛЕКСАНДР». (16+)	Россия, 2017 г.	22.50 «ДЕВУШКА БЕЗ АДРЕСА». (0+)	05.05 Правила моей кухни. (16+)
05.20 «БЭТМЕН: НАЧАЛО». (12+)	00.15 «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)	00.30 «МАМЫ-3». (12+)	
	02.20 «НА КРЮЧКЕ!». (16+)	02.10 «ДВА ДНЯ». (16+)	
	04.10 «СТАЛЬНАЯ БАБОЧКА». (16+)	03.40 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (0+)	
		05.10 «РЕБРО АДАМА». (16+)	
ИЛЛЮЗИОН+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	FOX LIFE
00.15 «ПАТРУЛЬ ВРЕМЕНИ». (16+)	00.30 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ-2». (16+)	00.25 «АС ИЗ АСОВ». (16+)	06.00 «МИК». (16+)
01.50 «ОНА». (16+)	02.15 «ЖИТЬ». (16+)	02.25 «БАХАТНЫЕ РУЧКИ». (16+)	06.25, 07.15 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
03.50 «ДЕВЯТКИ». (16+)	03.30 «КАМЕННАЯ БАШКА». (16+)	04.15 «КУРЬЕР». (16+)	08.00, 09.45 «НОМЕР 309». (16+)
05.35 «КОЕ-ЧТО ЕЩЕ». (16+)	05.00 «ВНУК КОСМОНАВТА». (16+)	06.05 «СЕМЬ КАБИНОК». (18+)	08.55 Джейми Оливер: Супер еда. (12+)
07.20 «ЛЮБОВЬ И СЛАВА». (16+)	06.25 «РЕАЛЬНЫЙ ПАПА». (12+)	08.00 «ЛЮБОВЬ НЕ ПО РАЗМЕРУ». (16+)	10.35, 00.20 «НИКУДЫШНЫЙ ВАЛЬС». (16+)
08.45 «ВЕРОНИКА РЕШАЕТ УМЕРЕТЬ». (16+)	08.00 «ЗАЯЦ НАД БЕЗДНОЙ». (16+)	09.50 «ЛЮБИМЦЫ АМЕРИКИ». (16+)	12.00, 01.50 «КАК ГРОМОМ ПОРАЖЕННЫЙ». (16+)
10.20 «МОЙ ПАРЕНЬ - ПСИХ». (16+)	09.40 «ВЫ НЕ ОСТАВИТЕ МЕНЯ». (16+)	11.50 «ОТКРОЙТЕ ПОЛИЦИЮ!». (16+)	13.40 «ПОПРОСИТЕСЯ СО ВСЕМ ЭТИМ». (16+)
12.20 «НЬЮ-ЙОРК, Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ». (16+)	11.40 «КОКТЕБЕЛЬ». (16+)	13.55 «СЕКСОГОЛЫ». (16+)	15.05, 03.15 «МОИ СЛОВА, МОЯ ЛОЖЬ, МОЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
14.00 «ИГРА ИХ ЖИЗНИ». (12+)	13.35 «МЫТИНСКИЙ МАНЬЯК». (16+)	15.40 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК». (16+)	17.00, 17.55, 18.55, 19.55, 20.50, 21.45 «ФИЛАРМОНИЯ». (16+)
15.35 «ТЕОРИЯ ЗАГОВОРА». (16+)	15.25 «МОЯ БОЛЬШАЯ АРМИЯ СВАДЬБА». (12+)	17.30 «МАЛЬЧИШНИК В ЕВРОПЕ». (18+)	22.45 «ЭТАЖОМ ВЫШЕ». (16+)
17.20 «СЕРЬЕЗНЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)	17.10 «ПЯТЬ НЕВЕСТ». (16+)	19.30 «МУЖЧИНЫ ПРОТИВ ЖЕНЩИН». (16+)	05.00 «СКОРПИОН». (16+)
19.00 «СУПРУЖЕСТВО». (16+)	19.00 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)	21.40 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН». (16+)	05.40 Джейми Оливер. Готовим за 30 минут. (12+)
20.30 «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА». (16+)	20.50 «ВЛЮБИТЬ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (16+)	23.35 «SUPERНЬЯ». (16+)	
22.25 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)	22.50 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (12+)		
ФЕНИКС+КИНО	TV 21 ВЕК	РОДНОЕ КИНО	КИНОСЕРИЯ
08.00, 16.00, 00.00 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА». (16+)	10.00, 18.00, 02.00 «ТЕНЬ СУДЬБЫ». (16+)	06.30 «КОГДА Я СТАНУ ВЕЛИКАНОМ». (6+)	00.45, 01.55, 03.05, 04.15, 05.30 «МАММОН». (16+)
09.00, 10.00, 17.00, 18.00, 01.00, 02.00 «ДЕТИ ВАНУАТИНА». (16+)	11.00, 19.00, 03.00 «МИСТЕР РОЖДЕСТВО». (12+)	08.15 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)	06.45, 07.45, 08.40, 09.40 «ШЕЛЕСТ». (16+)
11.00, 12.00, 19.00, 20.00, 03.00, 04.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)	Комедия, мелодрама, США, 2012 г. В ролях: Клар Коффи, Райан Мак-Партлин, Габриэль Денис, Джефф Уорд	10.05 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)	11.00, 12.45 «ШЕРЛОК». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСЕЛЕННИКА». (16+)	12.30, 20.30, 04.30 «КОКО ДО ШАНЕЛЬ». (16+)	12.05 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (12+)	14.35 «ШЕРЛОК: БОЛЬШАЯ ИГРА». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «МЕТОД ФРЕЙДА-2». (16+)	Биографическая драма, Франция, Бельгия, 2009 г.	14.40 «ЗАВИСТЬ БОГОВ». (16+)	16.25 «ШЕРЛОК: СКАНДАЛ В БЕЛГРАВИИ». (16+)
15.00, 23.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)	14.25, 22.25, 06.25 «ПИАНИНО». (18+)	17.20 «МОЙ НЕЖНО ЛЮБИМЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)	18.15 «ШЕРЛОК: СОБАКИ БАСКЕРВИЛЯ». (16+)
Мелодрама, Россия, 2009 г. В ролях: Виктор Раков, Евгения Дмитриева	16.30, 00.30, 08.30 «ЧТО ТАКОЕ ЛЮБОВЬ». (18+)	19.00 «ПИТЕР FM». (12+)	20.00 «ШЕРЛОК: РЕЙХЕН-БАХСКОЕ ПАДЕНИЕ». (16+)
07.00 «ЛЮБОВНИЦА». (16+)		20.40 «БЕРЕГИТЕ ЖЕНЩИН». (12+)	21.55 «ШЕРЛОК: БЕЗОБРАЗНАЯ НЕВЕСТА». (16+)
		23.15 «ВЫСОКИЙ БЛОНДИН В ЧЕРНОМ БОТИНКЕ». (12+)	23.45 «ЧЕРНЫЙ СПИСОК». (16+)

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
06.55, 11.30, 11.45, 13.30, 17.00 Флористика. (12+)	00.10, 20.35 Поймай и снимй. (16+)	00.00, 13.00, 19.00 Табата-лайт. (12+)
07.10, 09.05, 10.40, 11.10, 13.00, 13.20, 14.55 Цветик-семцветик. (12+)	00.40, 21.05 Территория льда. (16+)	00.30, 13.30, 19.30 Дыхание стретчинга. (12+)
07.25, 23.50 Секреты стиля. (12+)	01.10, 21.35 Рыболовные экспедиции в Норвегию. (16+)	01.00, 16.30, 20.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+)
07.50, 12.00, 17.50 Вот блин! (12+)	01.35 Энциклопедия рыбалки. (12+)	01.30, 11.30, 14.30 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
08.05 Идите в баню. (12+)	02.05, 23.10 Такая жизнь - охота с Сергеем Бешенцевым. (16+)	02.00, 15.00, 21.00 Хорошая американская еда с Дэнни Бумом. (6+)
08.20 Домашняя косметика! (12+)	02.35, 23.45 Мой мир - рыбалка. (12+)	02.30, 10.00, 15.30, 21.30 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
08.35 Баня - женского рода. (12+)	03.00 Охотничьи меридианы. (16+)	03.00, 16.00, 22.00 Первоклассный фитнес. (6+)
08.50, 10.25, 11.00, 12.50, 14.40 Занимательная флористика. (12+)	03.30 По Якутии с Александром Борисовым. (12+)	04.00, 06.00, 08.00 Витамин-шоу. Кофе со звездой. (12+)
09.25 Сравнительный анализ. (16+)	04.05 Секреты «трудных» водоемов. (12+)	04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)
09.55 Садовые истории с Оливией АндриакО. (12+)	04.35 Тропа рыбака. (12+)	04.30, 06.30, 08.30 Витамин-йога. (12+)
12.15 Топ-10. (12+)	05.05 Рыбный день. (16+)	04.45, 06.45, 08.45 Витамин-завтрак. (12+)
13.50 Вокруг сыра. (12+)	05.30 Кухня с Сергеем Марковичем. (12+)	05.00, 07.00, 09.00, 18.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)
14.05 Дачная энциклопедия. (12+)	05.45 Простые рецепты: Утка, тушенная с помидорами. (12+)	05.30, 07.30, 09.30 Утренний заряд с Димой Брагиним. (12+)
15.10 Праздник в доме. (12+)	06.00, 07.55, 09.30, 11.30, 13.05, 15.05, 16.45, 18.45 Блондинка на охоте. (16+)	05.45, 07.45, 09.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
15.45 Тихая моя родина. (12+)	06.30, 07.40, 08.25, 08.40, 09.55, 11.15, 12.00, 12.45, 13.35, 14.50, 15.35, 16.25, 17.15, 18.30, 19.20 Охотничья и рыболовная кухня. (16+)	10.30, 17.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
16.15 Доктор Смузи. (12+)	06.40, 10.40, 14.15, 17.55 Две на одного. Оружие. (16+)	12.00 Fit BO+. (6+)
16.25 Сад своими руками. (12+)	06.55, 10.55, 14.35, 18.10 Две на одного. Снаряжение. (16+)	18.30 Гимнастика для беременных. (6+)
17.15 Чай вдвоем. (12+)	07.10, 08.55, 10.10, 12.15, 13.45, 15.55, 17.30 Научи меня рыбачить. (12+)	18.45 Проблемные зоны. Экспресс-курс. (6+)
17.30 Паштеты. (12+)	19.35 Прибалтийский лосось. (16+)	
18.05 Милости просим. (12+)	20.05 На охотничьи тропе. (16+)	
18.35 Огород от-кутор. (12+)	22.10 Весенняя рыбалка. (16+)	
19.05 Бесполое хозяйство. (12+)	22.40 Охота: собачья работа. (16+)	
19.40 Мастер. (12+)		
20.05 Дом, милый дом! (12+)		
20.25 Частный сектор. (12+)		
20.55 Чудеса, диковины и сокровища. (12+)		
21.25 Фитоаптека. (12+)		
21.55 Свечной заводик. (12+)		
22.15 Предания старины глубокой. (12+)		
22.45 Прогулка по саду. (12+)		
23.20 Мегабанчики. (16+)		

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР	ПЯТНИЦА	Ю	РЕТРО
06.00 «ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ТЕТЯ!». (6+)	05.00 «БОЛЬШИЕ ЧУВСТВА». (16+)	05.55 Миллионер на выданье. (16+)	00.40 Живая легенда. Борис Гребенщиков. (12+)
07.10 «ЗОЛУШКА». (0+)	05.20 Орел и решка. Шопинг. (16+)	15 красивых и очень обаятельных девушек вступает в борьбу за сердце состоятельного жениха, у которого есть взрослые дети. Именно они будут вести отбор - кто же станет новой возлюбленной их отца.	01.25, 04.25, 07.05, 11.00 Дело темное. (16+)
Музыкальный фильм, сказка, СССР, 1947 г. В ролях: Янина Жеймо, Алексей Консовский, Эраст Гарин	07.00 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)	00.40 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)	02.10, 03.15, 06.00, 08.55, 22.10, 23.20 «В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА». (12+)
09.00 «БАБИЙ БУНТ, ИЛИ ВОЙНА В НОВОСЕЛКОВО». (16+)	07.30 Орел и решка. Кругосветка. (16+)	Знаменитый американский телесериал о работе команды лучших следователей ФБР. Когда обычные криминалисты заходят в тупик, на помощь им приходят специалисты по поведенческому анализу. Они способны понять и проанализировать ход мыслей самых изощренных преступников, предугадать их дальнейшие поступки и предотвратить ужасные преступления. Вместо тщательного изучения улики они пытаются понять мотивы преступления, досконально вникая в каждый шаг преступника.	05.10 «Тайна третьей планеты». Мультфильм. (6+)
09.30 Орел и Решка. Перезагрузка. (16+)	09.30 Орел и Решка. Америка. (16+)	07.55 «Лягушка-путешественница». Мультфильм. (0+)	08.10 «Метеор на ринге». Мультфильм. (0+)
10.00 Новости	13.00 Орел и Решка. Америка. (16+)	08.35 «Мешок яблок». Мультфильм. (0+)	10.10 Живая легенда. Виктор Тихонов. (12+)
10.10 «БАБИЙ БУНТ, ИЛИ ВОЙНА В НОВОСЕЛКОВО». (16+)	14.00 Орел и Решка. Перезагрузка. (16+)	11.55 «Кто поедет на выставку?» Мультфильм. (6+)	12.10 «Матч-реванш». Мультфильм. (6+)
16.00 Новости	15.00 Орел и решка. По морям-3. (16+)	12.35 Голубой огонек. 8 Марта. (12+)	12.35 Голубой огонек. 8 Марта. (12+)
16.15 «БАБИЙ БУНТ, ИЛИ ВОЙНА В НОВОСЕЛКОВО». (16+)	16.00 Орел и решка. Мегаломаны. (16+)	14.45 «БЕРЕГИТЕ ЖЕНЩИН». (12+)	14.45 «БЕРЕГИТЕ ЖЕНЩИН». (12+)
19.00 Новости	18.00 «ГОРЬКО!» (16+)	17.05 Принцессы мира. (12+)	17.05 Принцессы мира. (12+)
19.15 «БАБИЙ БУНТ, ИЛИ ВОЙНА В НОВОСЕЛКОВО». (16+)	20.00 «ГОРЬКО!-2». (16+)	18.00 «ЕСЕНИЯ». (12+)	18.00 «ЕСЕНИЯ». (12+)
23.30 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (6+)	22.00 «БЛОКБАСТЕР». (16+)	20.25 «Ты моя мелодия». Концерт. (12+)	20.25 «Ты моя мелодия». Концерт посвящен 70-летию народного артиста СССР Муслима Магомаева.
02.20 Наше кино. История большой любви. (12+)	Россия, 2013 г.		
02.45 «ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕНА». (16+)	Россия, 2017 г. В ролях: Светлана Устинова, Анна Чиповская, Евгений Цыганов, Юлия Снитгирь		
04.20 «ВЕСНА». (12+)	23.40 «СУПЕРПЛОХИЕ». (18+)		
	Россия, 2016 г.		
	01.00 «БЕЗУМНОЕ СВИДАНИЕ». (16+)		
	02.40 Опасные гастроли. (16+)		
	04.30 «РЫЖИЕ». (16+)		

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC
00.00 Час истины. (12+)	06.10 Последние короли-воители Европы. (16+)	06.00, 06.45 Авто - SOS. (16+)
01.10 Российская летопись. (12+)	07.10 Тридцатилетняя война - Железный век. (12+)	07.40 Расследования авиакатастроф. (16+)
01.30 На пути к Великой Победе. (12+)	08.00 Вторая мировая в цвете. (12+)	08.30 Великий канал Китая: путешествие фотографа. (16+)
02.00, 02.30 Сражения с Наполеоном. (12+)	08.55 Заговор. (12+)	09.25, 10.15 Дикий тунаец: Север против Юга. (16+)
03.00 Тайны российской дипломатии. (12+)	09.45 Инки: владыки облаков. (12+)	11.10 Секретные материалы древности. (16+)
03.30 Библиотеки России. (6+)	10.50 Первые люди. (12+)	12.05 Джейн. (16+)
04.00 Евангелие от Джотто: Капелла Сокровенны в Падуе. (12+)	11.50 История Европы. (12+)	13.45 Тайные истории: Клеопатра. (16+)
05.10 Русские праведники. (12+)	12.45 Мир Гитлера: послевоенные планы. (12+)	14.15 «ГЕНИЙ». (16+)
05.45 Музеи Ватикана: Золотой век Ренессанса. Станцы Рафаэля. (12+)	13.35 Заговор. (12+)	15.15 Диана: Утерянные кадры. (16+)
06.40 История Отечества в портретах. (12+)	14.25 Взрывная Земля. (12+)	17.20 Авто - SOS. (16+)
07.00 Секрет Данте. (16+)	15.15 Вторая мировая в цвете. (12+)	18.15 Расследования авиакатастроф. (16+)
07.50 Семь дней истории. (12+)	16.10, 16.35 Невероятные изобретения. (12+)	19.05 Тайные истории: Жанна д'Арк. (16+)
08.00 Час истины. (12+)	17.05 Инки: владыки облаков. (12+)	19.35 Тайные истории: Клеопатра. (16+)
09.00, 09.55 В поисках тайных святынь. (12+)	Инки построили крупнейшую доколумбовую империю Америки. В нашем первом фильме доктор Джаго Купер рассказывает, как им это удалось.	20.05 «ГЕНИЙ». (16+)
10.40 История Отечества в портретах. (12+)	18.05 Первые люди. (12+)	21.05 Диана: Утерянные кадры. (16+)
11.00 Восход цивилизации. Как греки изменили мир. (12+)	19.10 Воительницы. (12+)	22.00 Суперсооружения древности. (16+)
12.00 Искусство войны. (12+)	20.05 Мир Гитлера: послевоенные планы. (12+)	22.55, 23.25 Тайные истории. (16+)
13.00 Наполеон. Освобождение. (12+)	21.00, 22.00 Вторая мировая в цвете. (12+)	23.55 Я - Малала. (16+)
14.00 Рыцари. (12+)	22.55 Охота за трансильванским золотом. (6+)	01.35 Секретные материалы древности. (16+)
15.00 Таинственная Франция. (12+)	23.50 Тридцатилетняя война - Железный век. (12+)	02.20 Международный аэропорт Дубай. (16+)
16.00 Историю. (12+)	00.50 Загадочные убийства: нацисты. (12+)	03.10 Расследования авиакатастроф. (16+)
17.00 Берия. Тайны и факты. (12+)	01.40 Вторая мировая в цвете. (12+)	04.00 Авто - SOS. (16+)
18.00 Америка до Колумба. (12+)	02.40 Запретная история. (12+)	04.50 Суперсооружения древности. (16+)
19.00 Первая мировая. (12+)	03.30, 04.20 Музейные тайны. (12+)	05.40 Игры разума. (16+)
20.00 «КРОМОВЫ». (16+)	05.10 Невероятные изобретения. (12+)	
22.00, 22.30, 23.00 Александр Великий. (12+)	05.40 Невероятные изобретения. (6+)	
23.30 Русские праведники: Архимандрит Антонин (Капустин). (12+)		
ANIMAL PLANET	DISCOVERY CHANNEL	TLC
06.00 Полиция Майами: отдел по защите животных. (16+)	06.00 Последние жители Аляски. (16+)	06.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)
07.00 Адская кошка. (12+)	07.00 Золотая лихорадка. (16+)	07.00, 07.30 Кунономания. (12+)
08.00 Аквариумный бизнес. (12+)	08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30 Мужские берлоги. (12+)	08.00, 08.30 Жизнь на Карибах. (12+)
09.00 Неизведанная Европа. (12+)	Плотник из США Джейсон Кэмерон посвятил свою жизнь созданию «мужских берлог» - пространств в доме, спроектированных исключительно для мужчин, где они могли бы делать все, что им заблагорассудится. Джейсон вместе с героями проекта придумывает, что бы им хотелось видеть в своей берлоге - роскошный домашний бар, бильярд, настольный хоккей, средневековые покои или, быть может, сауну? Никаких ограничений, ведь речь идет об укромном уголке, в котором мужчина будет чувствовать себя спокойно и комфортно - и куда можно будет сбежать на пару часов от шума и суеты.	09.00, 09.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
10.00 На свободу с питбулем. (16+)	11.00 Неизведанная Европа. (12+)	10.00 Я вешу 300 кг. (16+)
11.00 Заповедная Аляска. (12+)	12.00 Дикие нравы Норт Вудса. (16+)	В течение года люди, вес которых приближался к отметке 300 кг, рассказывают о своей борьбе с угрожающим их жизни морбидным ожирением.
12.00 Доктор Ди: ветеринар Аляски. (16+)	13.00 Доктор Ди: ветеринар Аляски. (16+)	12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30 Доступная роскошь. (12+)
14.00 Аквариумный бизнес: Мечта, а не аквариум. (12+)	14.00 Аквариумный бизнес: Мечта, а не аквариум. (12+)	Известный дизайнер интерьеров Сабрина Сото дарит удачливым домовладельцам шикарный ремонт, не выходя за рамки бюджета.
15.00 Адская кошка. (12+)	15.00 Адская кошка. (12+)	18.00, 18.30 Жизнь на Карибах. (12+)
16.00 На свободу с питбулем. (16+)	16.00 На свободу с питбулем. (16+)	19.00, 19.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
17.00 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)	17.00 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)	20.00 В плену ненужных вещей. (12+)
18.00 В поисках гигантского анаконды. (12+)	18.00 В поисках гигантского анаконды. (12+)	21.00 Они поменялись едой. (16+)
22.00 На свободу с питбулем. (16+)	22.00 На свободу с питбулем. (16+)	22.00 Доктор «Прыщик». (16+)
23.00 Монстры внутри меня. (16+)	23.00 Монстры внутри меня. (16+)	23.00 Меня зовут Джас. (18+)
00.00 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)	00.00 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)	00.00 Монстры внутри

СПОРТ

МАТЧ: ИГРА	МАТЧ: ИГРА	EUROSPORT 1
06.00 Баскетбол. Лига Чемпионов. ФИБА. (0+)	01.30, 04.00, 07.00 Теннис. АТР. «Мастерс». Индиан-Уэллс. Прямая трансляция. (0+)	
07.50 Теннис. WTA. Трансляция из Индиан-Уэллса. (0+)	09.00 Снукер. Players Championship. Престон. (0+)	
09.45, 00.30 Настольный теннис. Лига европейских чемпионов. Мужчины. 1/2 финала. (0+)	10.30, 13.30, 17.00 Биатлон. Чемпионат мира. Эстерсунд. (0+)	
11.55 Зимняя Универсиада-2019. Хоккей. Швеция-Канада. Прямая трансляция из Красноярска	11.30 Универсиада. Красноярск. Горные лыжи. (0+)	
14.20 Команда мечты. (12+)	12.15, 15.15 Горные лыжи. Кубок мира. Шпидлерув-Млин. Женщины. Слалом-гигант. Прямая трансляция. (0+)	
15.00 Зимняя Универсиада-2019. Керлинг. Мужчины. Прямая трансляция	14.30, 19.45 Горные лыжи. Кубок мира. Шпидлерув-Млин. Женщины. Слалом-гигант. (0+)	
18.00 Волейбол. Кубок ЕКВ. Мужчины. 1/2 финала. (0+)	16.30 Тележурнал Watts. (0+)	
19.55 Баскетбол. Евролига. Мужчины. ЦСКА - «Милан». Прямая трансляция	18.00 Биатлон. Чемпионат мира. Эстерсунд. Женщины. Спринт. Прямая трансляция. (0+)	
21.50 Гандбол. Обзор матчей Лиги чемпионов. (0+)	20.30 Биатлон. Чемпионат мира. Эстерсунд. Женщины. Спринт. (0+)	
22.25 Баскетбол. Евролига. Мужчины. «Баскония» - «Химки». Прямая трансляция	21.15 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Осло. Мужчины. Прямая трансляция. (0+)	
02.40 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)	22.30 Снукер. Players Championship. Престон. Прямая трансляция. (0+)	
04.30 Специальный репортаж. (12+)		
05.00 Зимняя Универсиада-2019. Керлинг. Плей-офф. Прямая трансляция из Красноярска		

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ-ТВ
05.00, 08.35 PRO-новости. (16+)	17.00 Премия Нового Радио «Высшая Лига-2018». (16+)
05.15, 06.10, 08.55, 10.00, 11.15, 14.10, 18.55, 22.30 8 женщин. (12+)	Ежегодная музыкальная премия «Высшая лига» вошла в топ музыкальных событий России.
05.20, 10.05 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)	19.00 Русский чарт. (16+)
06.15 Караокинг. (16+)	10 самых горячих треков страны, которые каждую неделю выбираешь именно ты!
09.00 Золотая дюжина. (16+)	20.00 «Жара» в Баку-2018. Творческий вечер Валерия Меладзе. (16+)
11.20 Праздник для всех влюбленных на МУЗ-ТВ в Кремле-2019. (16+)	22.35, 03.00 Золотая лихорадка. (16+)
14.15 «ЯНАМУЗ-ТВ. (16+)	00.00 Неспиннер. (16+)
16.00 Отпуск без путевки. Гавана. (16+)	

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
06.00, 12.00 «Машины сказки», «Мама для мамонтенка», «Крошка енот». (0+)	05.00 «Царевна-лягушка». (6+)	05.00 «Летний снеговик». (0+)
06.20 «Жила-была Царевна». (0+)	05.25 «Жужики». (6+)	05.05 «Удивительная бочка». (0+)
08.00 «Роботар Полли и его друзья». (0+)	06.15 «Клуб Микки Мауса». (0+)	05.15 «Подушка для солнышка». (0+)
08.30, 21.30 «Сказочный патруль». (0+)	07.05 «Дружные молсы». (0+)	05.25 «Осьминожки». (0+)
09.55 Друзья на все времена. (0+)	07.35 «Пёс Пэт». (6+)	05.35 «Крошка Енот». (0+)
10.00 «Катя и Эф. Куда-удобно-дверь». (0+)	08.00 «Герои в масках». (0+)	05.45 «Мама для мамонтёнка». (0+)
11.00, 19.00 «Четверо в кубе». (0+)	08.35 «Доктор Плюшева: Спасаем зверят». (0+)	05.50 «Дуда и Дада». (0+)
12.25, 20.20 «Маша и Медведь». (0+)	09.30 «София Прекрасная». (0+)	06.55 «Пляс-класс». (0+)
14.00 «Ангел Бэби». (0+)	11.30 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
15.30 «Лео и Тиг». (0+)	12.00 «Алиса знает, что делать!» (6+)	07.30 «Пляс-класс». (0+)
17.00 Друзья на все времена. «Простоквашино». (0+)	14.20 «Богатырша». (6+)	07.35 «Жила-была царевна». (0+)
18.00 «Консуни. Чудеса каждый день». (0+)	16.00 «Монстр в Париже». (6+)	Детям никогда не нравятся взрослые правила. Спать по ночам, по утрам умываться и чистить зубы, делиться игрушками с соседскими детьми и купаться в ванне? Нет! Нет! И еще раз нет! У капризной царевны свой взгляд на то, как должны проходить дни и ночи.
18.15 «Лунтик и его друзья». (0+)	17.50 «Красавица и Чудовище». (0+)	09.00 «Секреты маленького шефа». (0+)
19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	19.30 «Волшебный мир Белль». (0+)	Как приготовить капустную слойку и салат «Черемшанка», мы узнаем, изучив кухню Красноярского края. А ещё мы поиграем в снежки и найдем животных Арктики.
20.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Осьминожки», «Колыбельные мира». (0+)	21.30 «Красавица и Чудовище: Чудесное Рождество». (0+)	09.30 «Принцесса и дракон». (6+)
21.00 «Барбоскины». (0+)	22.00 «МАМА ОБЪЯВИЛА ЗАБАСТОВКУ». (6+)	Про принцессу Варвару, оказавшуюся в настоящей сказке.
22.25 «Смешарики». (0+)	00.55 «МОДНАЯ МАМОЧКА». (12+)	10.45 «Простоквашино». (0+)
23.00 «Йоко». (0+)	02.50 «ХАННА МОНТАНА. КИНО». (6+)	Новый мультсериал - продолжение культовой трилогии «Союзмультфильма». Встречайте давно знакомых и новых героев!
23.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)	04.30 Музыка на Канале Disney. (6+)	12.05 «Новые приключения пчёлки Майи». (0+)
		Майя - маленькая озорная пчёлка, не похожая ни на одну другую!
		13.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
		15.30 «Царевны». (0+)
		16.35 «Маша и Медведь». (0+)
		18.15 «Сказочный патруль». (6+)
		19.50 «Оранжевая королева». (0+)
		20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
		20.45 «Три кота». (0+)
		Увлекательные истории из жизни трех маленьких любознательных котят: Коржика, Компота и их младшей сестренки Карамельки.
		22.30 «Дикие скричеры». (6+)
		22.50 «Бен 10». (12+)
		23.15 «Шоу Тома и Джерри». (6+)
		01.05 «Виспер». (0+)
		02.05 «Приключения Тайо». (0+)
		03.40 «Смешарики». (0+)

ДЕТСКИЙ

06.02, 13.27 Стоп! Снято! (12+)	05.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
06.30, 10.02, 13.56, 17.24 «Приключения Таши». (6+)	07.00 «Союзмультфильм». (0+)
06.55, 10.26, 14.20, 17.49 «Смурфики». (0+)	08.15 «Виспер». (0+)
07.25, 10.59, 14.47 «Новые, никому не известные приключения барона Мюнхгаузена». (6+)	09.40 «ТриО!» (0+)
07.56 «Пчелография». (6+)	10.00 О! Кино! «Смешарики. Начало». (0+)
08.02, 11.51, 12.48, 13.24, 19.17, 23.57 «Раскраска». (0+)	Отправившись помогать супергерою Люсьену бороться со злым доктором Калигари, Смешарики сами становятся... супергероями!
08.04 «4 машинки». (0+)	11.25 «Царевны». (0+)
08.18 «Мяу-Мяу». (0+)	13.20 «ТриО!» (0+)
08.31, 15.16, 15.34, 16.11, 20.55, 21.56 Мультфильмы. (6+)	13.35 «Союзмультфильм». (0+)
09.07, 15.25, 16.01, 16.30, 16.50, 20.14, 21.37, 22.16 Мультфильмы. (0+)	14.50 «Мадмуазель Зази». (6+)
11.26, 20.26, 23.03 «Барбарик». (6+)	16.30 «Оранжевая королева». (0+)
11.55, 17.00, 22.38 «Смешарики». (0+)	16.40 «Пег + Кот». (0+)
12.20, 18.49, 23.43 Почемучка. Астрономия. (6+)	18.00 О! Кино! «Снежная королева-3: Огонь и лёд». (6+)
12.55, 19.24 Микроистория. (6+)	19.25 «Йоко». (0+)
13.10, 19.39 Путешествуй с нами! (6+)	22.20 «Виспер». (0+)
16.43 «Витамин роста». (12+)	23.45 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
18.19 «КОСМО». (6+)	01.40 «ТриО!» (0+)
19.56 Готовим с папой. (6+)	02.00 О! Кино! «Йоко и друзья». (0+)
23.30 Почемучка. (6+)	03.15 «Белка и Стрелка: Озорная семейка». (0+)

О!

05.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)	07.00 «Союзмультфильм». (0+)
08.15 «Виспер». (0+)	09.40 «ТриО!» (0+)
10.00 О! Кино! «Смешарики. Начало». (0+)	Отправившись помогать супергерою Люсьену бороться со злым доктором Калигари, Смешарики сами становятся... супергероями!
11.25 «Царевны». (0+)	13.20 «ТриО!» (0+)
13.35 «Союзмультфильм». (0+)	14.50 «Мадмуазель Зази». (6+)
16.30 «Оранжевая королева». (0+)	16.40 «Пег + Кот». (0+)
18.00 О! Кино! «Снежная королева-3: Огонь и лёд». (6+)	19.25 «Йоко». (0+)
22.20 «Виспер». (0+)	23.45 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
01.40 «ТриО!» (0+)	02.00 О! Кино! «Йоко и друзья». (0+)
03.15 «Белка и Стрелка: Озорная семейка». (0+)	

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00, 05.30 Две сестры. Кулинарная программа. (0+)	15.00, 16.20 «МАЛЕНЬКИЕ КОМЕДИИ БОЛЬШОГО ДОМА». Телевизионный спектакль. (0+)
06.00 Завет. (0+)	18.00 Завет. (0+)
07.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)	19.00, 01.45 Кто заплатил Ленину? Тайна века. (0+)
08.00 До самой сути. С Еленой Жосуп. (0+)	19.50 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
09.00, 09.30 Монастырская кухня. (0+)	21.45 Человек. (0+)
10.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)	Фильм Саиды Медведевой - это размышление о нашей жизни и наблюдение за жизнью Церкви в последнее десятилетие.
10.30 Как я стал монахом. (0+)	23.00 Res Publica. (0+)
11.00 Богоизбранная старца. (0+)	23.55 Завет. (0+)
12.25 Людмила Киселева. Цикл: Женщины в православии. (0+)	00.50 И будут двое... (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)	02.35 Следы Империи. (0+)
14.30 Монастырская кухня. (0+)	04.00 Бесогон. Авторская программа Никиты Михалкова. (12+)
	04.45 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

8 марта
Седмица сырная (Масленица) – сплошная. Глас 7. Обретение мощей блж. Матроны Московской.



Щмч. Поликарпа, еп. Смирнского. Прп. Александра монаха, начальника обители «Неусыпающих». Прпп. Иоанна, Антioxа, Антонина, Моисея, Зевина, Полихрония, Моисея другого и Дамиана, пустынножителей Сирийских. Прп. Поликарпа Бранского. Прп. Зиновия Глинского, митр. Тетрицкаройского, в схиме Серафима. Щмчч. Алексия, Николая, Михаила пресвитеров и мч. Сергия.

Из трапезы исключается мясо.

«Если мы странники, брат, то странники и будем. Не будем считать себя за нечто, и никто не даст нам никакого значения, и будем спокойны».

Прп. Варсонофий Великий

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 4 ПО 10 МАРТА



Рыбы 19.02 – 20.03

Рыбам стоит быть осмотрительнее и аккуратнее в общении. Подумайте о том, как помочь близким людям, которые нуждаются в поддержке. Порадует личная жизнь, особенно, если вы будете максимально внимательны к любимому человеку.



Рак 22.06 – 22.07

Внутренняя энергия будет кипеть и бурлить, вы будете стараться объять необъятное. Но зато трудности станут преодолённой походой. Вам помогут оптимизм и жизнелюбие. Не верьте сплетникам, наговаривающим на вашего любимого человека.



Скорпион 24.10 – 22.11

Размеренная, лишённая пустых волнений и ненужных хлопот неделя ожидает Скорпионов. Хорошее время для сделок с недвижимостью и финансовых вложений. Если вы влюблены, у вас есть неплохой шанс показать себя с лучшей стороны перед объектом мечтаний.



Козерог 22.12 – 20.01

Рабочие дела Козерогов будут складываться удачно, причем без особых усилий. А потому у вас есть возможность сосредоточить внимание на отношениях с близкими, домашних обязанностях и личной жизни. Благоприятный период! Уделите время семье, родным, своей половинке.



Овен 21.03 – 20.04

Овнам небесные светила рекомендуют не реагировать на раздражители. Попробуйте приспособиться к обстоятельствам и обернуть их себе на пользу. Зато счастье будет царить в любовной сфере. А все благодаря умению ценить достоинства любимого человека.



Лев 23.07 – 22.08

Звезды предостерегают Львов от необдуманных финансовых шагов. Если будете бережливее, удастся избежать проблем. Не пренебрегайте семейными посиделками, они добавят теплоты общению с близкими. Отношения со своей половинкой не стоит выставлять напоказ.



Телец 21.04 – 21.05

Весьма благоприятная в финансовом плане неделя впереди у Тельцов. Будьте честны с собой и окружающими, и успех не заставит себя ждать. Порадуют отношения с любимым человеком, но и вы постарайтесь сделать его счастливым, доставить радость.



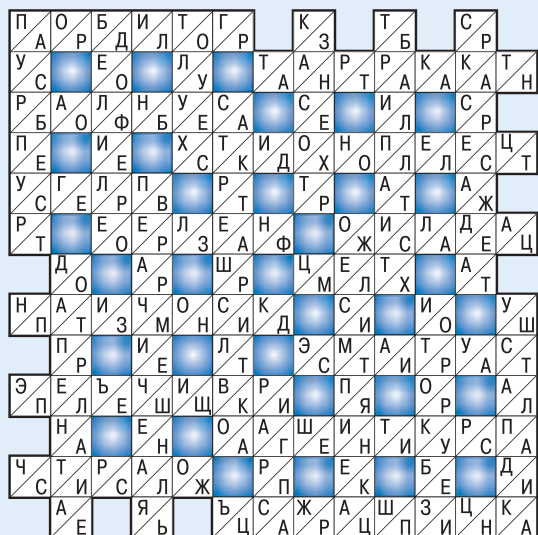
Дева 23.08 – 23.09

Успехи Дев впечатляют. Но хвастаться звездами не советуют. А вот бросить силы на помощь близким, которые в этом нуждаются, было бы весьма полезно. Будет несколько настораживать поведение любимого человека. Не судите поверхностно, поговорите.

ДУАЛЬ

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

По горизонтали: Арбитр. Антракт. Балбес. Стихоплет. Серп. Орлан. Жилец. Мех. Птичник. Статус. Плечики. Агентура. Страж. Царапина.
По вертикали: Асбест. Болеро. Туес. Кнехт. Триптих. Скрежет. Страшила. Прачечная. Жестянка. Отплата. Отруби. Улада. Игра.



Близнецы 22.05 – 21.06

Близнецам звезды советуют менее болезненно реагировать на замечания как начальства, так и близких. Просто окружающие тоже могут уставать и испытывать авитаминоз. Будьте в себе уверены и следуйте к цели. Любимый человек готовит приятный сюрприз.



Весы 24.09 – 23.10

Неделя для Весов окажется весьма перспективной. Если понаблюдать за интересующим вас вопросом, не бойтесь ее просить. Если не хотите испортить отношения с любимым человеком, уделяйте ему больше внимания.



Стрелец 23.11 – 21.12

Стрельцы будут много переживать, но реальных поводов для тревожностей нет. Просто будьте чуточку ответственнее на работе, терпимее к недостаткам близких и лояльнее к своей неидеальности. Возможны ссоры с любимым человеком. Успокойтесь и умейте простить.



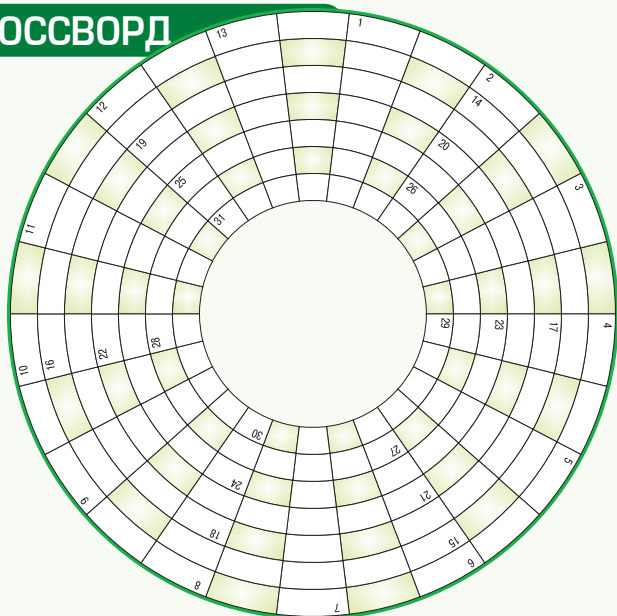
Водолей 21.01 – 18.02

Плодотворный период, который даст возможность Водолеем применить на практике недавно приобретенные знания и умения. В личной жизни возможны сюрпризы. От чего звезды предостерегают, так это от флирта на стороне. Дорожите чувствами любимого.

REN	TNT	ТВ-3	ТВ-3	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
05.00 16.20 03.40 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)	07.00 TNT. Best. (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.00 Зимняя Универсиада-2019. Пр.тр.	06.30 18.00 23.15 «б кадров». (16+)	
07.40 «Садко». (6+)	08.00 TNT Music. (16+)	09.30 «ЛАБИРИНТ». (12+)	06.30 «КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (12+)	06.30 «КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (12+)	07.00 11.55, 14.40, 00.25 Все на Матч!	06.50 «СРОЧНО ИЩУ МУЖА». (16+)	
09.15 «Минтранс». (16+)	08.30 TNT. Best. (16+)	11.30 «ЛЕДИ-ЯСТРЕБ». (12+)	08.30 «МЫ ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)	08.30 «МЫ ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)	07.55 Зимняя Универсиада-2019. Лыжный спорт.Пр.тр.	08.45 «ЖЕНСКАЯ ИНТУИЦИЯ». (16+)	
10.15 «Самая полезная программа». (16+)	09.00 Дом-2. Lite. (16+)	14.00 «СУМЕРКИ». (16+)	11.00 «МЫ ИЗ БУДУЩЕГО-2». (16+)	11.00 «МЫ ИЗ БУДУЩЕГО-2». (16+)	10.00 Зимняя Универсиада-2019. Биатлон. Пр.тр.		
11.15 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)	10.00 Дом-2. Остров любви. (16+)	16.30 «СУМЕРКИ. САГА. НОВОЛУНИЕ». (16+)	13.00 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». (6+)	13.00 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». (6+)	10.45 Зимняя Универсиада-2019. Фигурное катание. Пр.тр.		Украина, 2003 г. Комедийная мелодрама. Ольга Погодина, Александр Дьяченко. Успешный молодой бизнесмен Александр в одиночку воспитывает строптивую и непутевую дочь Машу.
18.30 Засекреченные списки. (16+)	11.00 «САШАТАНЯ». (16+)	19.00 «Последний герой». (16+)			11.50, 14.30, 20.20 Новости «Тренерский штаб». (12+)		
20.40 «ГРОЗОВЫЕ ВОРОТА». (16+)	Герои ситкома «САШАТАНЯ» вместе еще со времен университета. За 10 лет Саша и Таня Сергеевы прошли огонь, воду и медные трубы. А еще ипотеку, рождение ребенка, садик, ревность и многое другое. Несмотря ни на что они вместе, у них все идеально, но в каждой серии их постоянно поджидают новые испытания.	20.15 «СУМЕРКИ. САГА. ЗАТМЕНИЕ». (16+)			12.40 «Тренерский штаб». (12+)		11.15 «ЖЕНСКАЯ ИНТУИЦИЯ-2». (16+)
	20.00 Песни. (16+)	США, 2010 г. Фэнтези. Кристен Стюарт, Роберт Паттинсон. Белла Свон считает дни до выпускного вечера, когда, по договоренности с Эдвардом Калленом, она обратится в вампира. Но Эдвард, равно как и его вечный соперник - Джейкоб Блэк из клана оборотней - не оставляет надежды, что девушка изменит решение.		СССР, 1966 г. Приключения. Виктор Косых, Михаил Метелкин. Бывший гимназист Валерка, Яшка-цыган, сироты Данька и его сестренка Ксанка дали клятву внедриться в отряд к атаману Бурнашу и отомстить ему и его банде за смерть отца Даньки.	13.10 Все на футбол! (12+)		14.00 «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА ГЕНЕРАЛА». (16+)
	22.00 «Иван Абрамов». Концерт. (16+)	В отличие от обычных стендап-комиков, в арсенале Ивана Абрамова, помимо микрофона и искрометных шуток, есть еще и музыкальный инструмент.		14.30 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (6+)	14.10 Дневник Универсиады. (12+)		19.00 «ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕНА». (16+)
	23.00 Дом-2. Город любви. (16+)	22.45 «СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ: ЧАСТЬ 1». (16+)		16.30 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ». (6+)	15.25 Зимняя Универсиада-2019. Россия - Чехия. Хоккей. Пр.тр.		
	00.00 Дом-2. После заката. (16+)	01.00 «СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ: ЧАСТЬ 2». (16+)		19.30 «Утилизатор». (16+)	17.55 Биатлон с Дмитрием Губерниевым		
	01.05 «ЛЮБОВЬ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ-2». (16+)	03.15 «ЛАВКА ЧУДЕС». (12+)		20.30 «Улетное видео». (16+)	18.25 Биатлон. Чемпионат мира.Пр.тр.		
	02.35 TNT Music. (16+)	04.45 «Тайные знаки». (12+)		23.00 «+100500». (18+)	20.25 Футбол. «Барселона» - «Райо Вальекано». Чемпионат Испании. Прямая трансляция		
	02.55 «Открытый микрофон». (16+)	05.30 «Городские легенды». (12+)		23.30 «Рюкзак». (16+)	22.25 Футбол. «Кьево» - «Милан». Пр.тр.		
	05.30 TNT. Best. (16+)			01.30 «Фестиваль Авторадио «Дисотека 80-х». (16+)	01.00 Гандбол. (0+)		
				05.10 «РОДИНА». (16+)	02.45 Шорт-трек. Чемпионат мира. (0+)		
					03.30 Конькобежный спорт. Кубок мира. Финал. (0+)		
					04.00 Бобслей и скелетон. Пр.тр.		
					04.50 «Стюардесса по имени Лиза. Туктамышева». (12+)		
					05.30 Бобслей и скелетон. Пр.тр.		
							00.30 «ОАЗИС ЛЮБВИ». (16+)
							02.25 «ПРИЕЗЖАЯ». (16+)
							04.00 «Москвички». (16+)
							05.35 «Домашняя кухня». (16+)

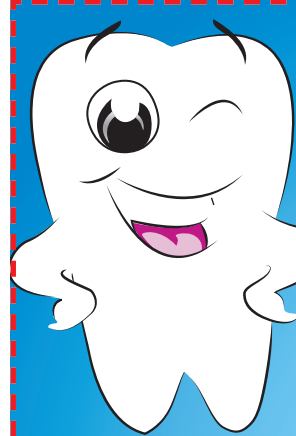
КРУГОВОЙ КРОССВОРД

По кольцам: 4. Жук, гордо именуемый оленем. 8. Полотнище для преобразования энергии ветра в энергию движения судна. 12. Зверь, который в сказке про Винни-Пуха стал двумя героями. 14. Игра, где тронутый бегаёт за всеми. 15. Простушка, инфузории подружка. 16. Печать ранчо на шкуре крупного рогатого. 17. Как в ячейках зерна в нем. Всё мы с поля уберем. Пекаря услышим голос: «Станет хлебом спелый ...» 18. Белоснежная основа «Птичьего молока». 19. Женщина, любящая хорошо одеться, пофрантить. 20. Беличье гнездо в стволе дерева. 21. В фигурном катании его закручивают в прыжке, а зимой носят в качестве верхней одежды. 22. Загадочная пустыня Америки, якобы разрисованная инопланетянами. 23. Шуры-муры сомнительного характера. 24. «Осенью, в дождливый серый день проскакал по городу ...» 25. Народный промысел хохломская ... 26. ... определяет сознание. 27. «Стартовая площадка» радиуса в круге. 28. Моллюск, был деньгами в Новой Зеландии. 29. «На дальней станции сойду - ... по пояс. Войду в нее, как в



море, босиком». 30. Душевное состояние, характеризующееся выражением «сердце не на месте». 31. Товарищ по работе, совместной учебе. От внешнего кольца к внутреннему: 1. Пустой бамбук для рыболова. 2. Ясная Поляна Льва Толстого. 3. Многочисленные заботы. 4. «Сумасшедшие» скачки «растерявшейся» пули. 5. Вареник-обманка. 6. Про-

тон - элементарная ... 7. Игра, на международной эмблеме которой запечатлена метла. 8. «Его поймали, арестовали, велели ... показать». 9. Когда у нас или у собаки Павлова слюнки текут. 10. ... Разин на расписных челнах. 11. Всё фьють да фьють себе под нос. 12. Смелычак, женившийся на Мухе-Цокотухе. 13. Пресность супа по вине повара.



ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ
СКИДКА*
30%
на лечение
12%
на протезирование



ПОДАРОЧНЫЕ
сЕРТИФИКАТЫ
скидка 10%

СТОМАТОЛОГИЯ «ДЕНТО-ЛЮКС»

www.dento-lux.ru

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

Нам
14 лет

ВЕСЬ СПЕКТР УСЛУГ

ЦЕНЫ ДЛЯ ПРЕДЪЯВИТЕЛЯ КУПОНА:

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

*Акция действительна до 15.03.19. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения по телефону у администраторов клиник.

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ!

Скидки действуют при оплате наличными!

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

ООО «Денто-Люкс» Лиц. № ЛО-77-01-017255; № ЛО-77-01-005014. Реклама
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
08.10 «ПТИЧКА НА ПРОВОДЕ». (16+)	06.20 «Я ХУДЕЮ». (16+)	06.25 «ЗОНТИК ДЛЯ НОВОБРАЧНЫХ». (12+)	06.00, 07.10 «ВОЙНА И МИР». (16+)
10.25 «КИНГ КОНГ». (16+)	08.30 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)	08.25 «СКАЗКА О ЦАРЕ САЛТАНЕ». (0+)	08.20 «СТОАРТ ЛИТТЛ». (12+)
14.00 «АЛЕКСАНДР». (16+)	10.25 «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)	10.05 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (6+)	09.50 «СТОАРТ ЛИТТЛ-2». (12+)
17.20 «БЭТМЕН: НАЧАЛО». (12+)	12.35 «Иван Царевич и Серый Волк-2». (12+) Мультфильм	11.50 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)	11.15, 12.10, 13.05, 14.00, 14.55, 15.50, 17.00, 17.55, 18.50 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
20.10 «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА». (16+)	14.15 «НА КРЮЧКЕ!». (16+)	19.00 Вечер вместе. «КОРОЛЕВА БЕНЗОКОЛОНКИ». (0+)	20.00 «S.W.A.T.: СПЕЦНАЗ ГОРОДА АНГЕЛОВ». (16+)
США, 1999 г. В ролях: Джулия Робертс, Ричард Гир, Джоан Кьюсак, Гектор Элизондо, Рита Уилсон	16.10 «СТАЛЬНАЯ БАБОЧКА». (16+)	СССР, 1963 г.	США, 2003 г. В ролях: Сэмюэл Л. Джексон, Колин Фаррелл
22.25 «КОД ДА ВИНЧИ». (16+)	18.30 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (12+)	20.30 Вечер вместе. «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (12+)	21.55 «КАПИТАН ФИЛЛИПС». (16+)
США, Мальта, Франция, Великобритания, 2006 г.	20.20 «8 ПЕРВЫХ СВИДАНИЙ». (16+)	23.05 Вечер вместе. «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?». (12+)	00.20 «ФИНАНСОВЫЙ МОНСТР». (16+)
01.15 «ОБИТЕЛЬ ЗЛА: ВОЗМЕЗДИЕ». (18+)	22.10 «ДЕНЬ РАДИО». (16+)	00.35 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ, УДАЧИ!». (12+)	02.05, 02.50, 03.35, 04.20 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
02.50 «ЗАТУРА: КОСМИЧЕСКОЕ ПРИКЛЮЧЕНИЕ». (12+)	00.15 «О ЛЮБВИ». (16+)	02.25 «БЫСТРЕЕ, ЧЕМ КРОЛИКИ». (16+)	05.05 Правила моей кухни. (16+)
04.30 «ГОЛАЯ ПРАВДА». (16+)	02.15 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (12+)	04.00 «СТИЛЯГИ». (16+)	
	04.30 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН. НАШЕ ВРЕМЯ». (16+)		
ИЛЛЮЗИОН+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	FOX LIFE
00.30 «ОНА». (16+)	01.05 «РЕАЛЬНЫЙ ПАПА». (12+)	01.05, 17.40 «СУПЕРНЯНЬ-2». (16+)	06.00, 18.50 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
02.40 «ИГРА ИХ ЖИЗНИ». (12+)	02.40 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ». (16+)	02.50 «ВУЛКАН СТРАСТЕЙ». (12+)	06.50, 09.45, 10.10, 10.40, 11.10, 11.35 Джейми Оливер. Готовим за 30 минут. (12+)
04.30 «ТЕОРИЯ ЗАГОВОРА». (16+)	04.50 «ЖИТЬ». (16+)	04.35 «СВИДЕТЕЛЬ НА СВАДЬБЕ». (16+)	07.15, 07.40, 08.05, 08.30 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОМОХОЗЯЙКА». (16+)
06.25 «СЕРЬЕЗНЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)	06.05 «ВРАГИ». (16+)	06.25 «ВДРЕБЕЗГИ». (16+)	08.55 Джейми Оливер: Супер еда. (12+)
08.20 «СУПРУЖЕСТВО». (16+)	07.30 «КОКТЕБЕЛЬ». (16+)	08.15 «ЭТО ВСЕ ОНА». (16+)	12.05, 13.00 Итальянская кухня с Джейми Оливером. (12+)
09.50 «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА». (16+)	09.20 «МЫТИШИНСКИЙ МАНЫЧКА». (16+)	10.05 «МАЛЬЧИШНИК В ЕВРОПЕ». (18+)	13.55, 14.45, 15.35, 16.20, 17.10 «КАСЛ». (16+)
11.50 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ!». (16+)	11.15 «МОЯ БОЛЬШАЯ АРМЯНСКАЯ СВАДЬБА». (12+)	12.05 «СТЕРВА». (16+)	18.00 «ЭТО МЫ». (16+)
13.50 «ЛЮБОВЬ И СЛАВА». (16+)	13.00 «ПЯТЬ НЕВЕСТ». (16+)	14.00 «ПРОСТИ, ХОЧУ НА ТЕБЕ ЖЕНИТЬСЯ». (12+)	19.40 «РЕЗИДЕНТ». (16+)
15.15 «ВЕРОНИКА РЕШАЕТ УМЕРЕТЬ». (16+)	14.50 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)	16.05 «СУПЕРНЯНЬ». (16+)	20.30, 21.25, 22.25, 23.20, 00.20, 01.15 «ФИЛАРМОНИЯ». (16+)
16.55 «МОЙ ПАРЕНЬ - ПСИХ». (16+)	16.40 «ВЛЮБИТЬ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (16+)	19.30 «КРУТАЯ ДЖОРДЖИЯ». (16+)	02.10 «ПОПРОЩАЙСЯ СО ВСЕМ ЭТИМ». (16+)
18.50 «НЬЮ-ЙОРК, Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ». (16+)	18.35 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (12+)	21.35 «ВРЕМЕННО БЕРЕМЕННА». (16+)	03.30 «НИКУДЫШНЫЙ ВАЛЬС». (16+)
20.30 «ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ!» (16+)	20.50, 21.40 «ВСЕ О ЕГО БЫЛШЕЙ». (16+)	23.15 «ЛЮБИМЦЫ АМЕРИКИ». (16+)	
22.10 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)	22.30 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)	Комедия, мелодрама, США, 2001 г.	
23.40 «СУПЕР МАЙК». (18+)	23.55 «ДЕРЖИ УДАР, ДЕТКА». (16+)		
ФЕНИКС+КИНО	TV 21 ВЕК	РОДНОЕ КИНО	КИНОСЕРИЯ
08.00, 16.00, 00.00 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА». (16+)	10.00, 18.00, 02.00 «ЖЕНЩИНЫ РАЙ». (16+)	01.00 «ДВА ГУСАРА». (16+)	00.35, 01.30, 02.20, 03.10, 04.00 «ЧЕРНЫЙ СПИСОК». (16+)
09.00, 10.00, 17.00, 18.00, 01.00, 02.00 «ДЕТИ ВАНУАТИНА». (16+)	11.00, 19.00, 03.00 «ЛЮБОВЬ ПРИХОДИТ ТИХО». (12+)	06.50 «ДЕЖА ВЮ». (12+)	05.25, 06.20, 07.25 «КРАХ». (16+)
11.00, 12.00, 19.00, 20.00, 03.00, 04.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)	12.30, 20.30, 04.30 «РОЛЬ». (16+)	08.50 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». (0+)	08.20, 09.10, 10.05, 11.00 «БЕШЕНЫЕ ПСЫ». (18+)
13.00, 21.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)	14.35, 22.35, 06.35 «ЛЮБОВЬ И ДРУГИЕ КАТАСТРОФЫ». (16+)	11.30 «ЛЕВ ГУРЫЧ СИНИКИН». (0+)	2 сезон. Серил. Триллер, драма, комедия, криминал, Великобритания, 2012 г.
14.00, 22.00, 06.00 «МЕТОД ФРЕЙДА-2». (16+)	15.00, 23.00, 07.00 «ЛЮБОВНИЦА». (16+)	13.05 «СЕГОДНЯ - НОВЫЙ АТТРАКЦИОН». (6+)	12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.05, 19.05 «ШЕЛЕСТЬ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ЛЮБОВНИЦА». (16+)	16.10, 00.10, 08.10 «ПАРАНОИЯ». (16+)	14.55 «ОДИНОКАЯ ЖЕНЩИНА ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ». (6+)	20.00 «ШЕРЛОК: ЭТЮД В РОЗОВЫХ ТОНАХ». (16+)
05.00 «НАД ТЕМНОЙ ВОДОЙ». (16+)	Сериал. Мелодрама, детектив, Россия, 2005 г.	16.35 «БАРХАНОВ И ЕГО ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ». (16+)	21.50 «ШЕРЛОК: СЛЕПОЙ БАНКИР». (16+)
	05.00 «НАД ТЕМНОЙ ВОДОЙ». (16+)	19.00 «БУМ». (12+)	23.35 «ШЕРЛОК: БОЛЬШАЯ ИГРА». (16+)
	05.00 «НАД ТЕМНОЙ ВОДОЙ». (16+)	21.10 «БУМ-2». (16+)	
	05.00 «НАД ТЕМНОЙ ВОДОЙ». (16+)	23.15 «ТРЕМБИТА». (6+)	

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
00.20 Профпригодность. (12+)	01.15 Секреты «трудных» водоёмов. (12+)	00.00, 13.00, 19.00 Табата-лайт. (12+)
00.50 Букварь дачника. (12+)	01.45 Тропа рыбака. (12+)	00.30, 13.30, 19.30 Дыхание стретчинга. (12+)
01.05, 04.55 Чудеса, дикины и сокровища. (12+)	02.10, 12.55 Две на одного. Оружие. (16+)	01.00, 16.30, 20.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+)
01.30 Безопасность. (12+)	02.25 Есть мнение. (16+)	01.30, 11.30, 14.30 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
01.55 Кухня народов СССР. (12+)	02.40 Сам себе охотник. (16+)	02.00, 15.00, 21.00 Хорошая американская еда с Дэни Бумом. (6+)
02.10 С пылу с жару. (12+)	03.05 Сезон охоты. (16+)	02.30, 10.00, 15.30, 21.30 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
02.20 Урожай на столе. (12+)	03.35, 23.35 Егерский кордон. (16+)	04.05, 06.45, 08.45, 08.45 Витамин-шоу. Кофе со звездой. (12+)
02.50 История усадёб. (12+)	04.05 Смертельный улов. (16+)	04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)
03.15 Проект мечты. (12+)	04.50, 13.10 Привет, Малек! (6+)	04.30, 06.30, 08.30 Витамин-йога. (12+)
03.45 Секреты стиля. (12+)	05.05 Рыбный день. (16+)	04.45, 06.45, 08.45 Витамин-завтрак. (12+)
04.10 Идите в баню. (12+)	05.30 Кухня с Сергеем Марковичем. (12+)	05.00, 07.00, 09.00, 18.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)
04.25 Домашняя косметика! (12+)	05.45 Простые рецепты. (12+)	05.30, 07.30, 09.30 Утренний заряд с Димой Брагинным. (12+)
04.40 Баня - женского рода. (12+)	06.00, 22.35 Территория льда. (16+)	05.45, 07.45, 09.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
05.20 Сравнительный анализ. (16+)	06.30, 23.05 Такая жизнь охота с Сергеем Бешенцевым. (16+)	10.30, 17.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
05.45 Чужеземцы. (12+)	06.55, 12.10, 18.15 Дикая кухня. (12+)	12.00 Fit BO+. (6+)
06.00, 09.50, 13.55, 22.15 Фермерская жизнь. (12+)	07.45 Охотничьи традиции и этика. (16+)	18.30 Гимнастика для беременных. (6+)
06.50, 10.40, 14.45, 19.05, 23.05 Варенье. (12+)	08.00, 19.30 Рыбалка-шоу ТВ. (12+)	18.45 Проблемные зоны. Экспресс-курс. (6+)
Всевозмозжные рецепты варенья. (12+)	08.30, 20.00 Охотник-одиночка. (16+)	
07.00, 10.55, 15.00, 19.20, 23.25 Дишань своими руками. (12+)	09.00, 15.40, 20.30 Охота в Восточной Пруссии. (16+)	
07.35, 15.30, 19.50 Хозяин. (12+)	09.30 На рыбалку с охотой. (12+)	
08.00, 12.00, 17.45 Вот блин! (12+)	10.00, 21.35 Рыбалка сегодня. (16+)	
08.15, 12.15, 16.00, 20.20 Старые дачи. (12+)	10.20, 21.50 Универсальный фидер. (12+)	
08.50, 12.50, 16.45 Народные умельцы. (12+)	10.50, 22.15 Первый лед - последний лед. (12+)	
09.20, 13.25, 17.15 Миллион на чердаке. (12+)	11.05, 17.45 Трофеи. (16+)	
11.25 Праздник в дом. (12+)	11.40, 19.00 В Индийском океане. (12+)	
18.05 Лучшие дома Австралии. (12+)	13.30 Поймай и сними. (16+)	
20.50 Сельсовет. (12+)	14.00 Спиннинг сегодня. (16+)	
21.10 Искатели приключений. (12+)	14.30 Рыболовы. (12+)	
21.40 Как поживаете? (12+)	15.05 Нахлыст. (12+)	
	16.10, 21.05 Большой троллинг. (12+)	
	16.40 На охотничьей тропе с Сергеем Астаховым. (16+)	
	17.10 Охота в Белоруссии. (16+)	

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР	ПЯТНИЦА	Ю	РЕТРО
06.05 Мультфильмы. (0+)	05.00 Орел и решка. Шопинг. (16+)	05.15 Мастершеф. (16+)	00.35 Живая легенда. Виктор Тихонов. (12+)
06.15 Миллион вопросов о природе. (6+)	07.30 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)	Легендарное кулинарное реали. В проекте 20 поваров-любителей соревнуются в гастрономическом поединке за крупный денежный приз и обучение в престижной кулинарной академии.	01.25, 04.25, 07.05, 11.00 Дело темное. (16+)
06.30 Союзники. (12+)	08.00 Орел и решка. Кругосветка. (16+)	22.15 Ю-кино. «Я НЕ ЗНАЮ, КАК ОНА ДЕЛАЕТ ЭТО». (16+)	02.10, 03.20, 06.00, 08.55, 21.55, 23.10 «В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА». (12+)
07.05 Такие разные. (16+)	10.00 Мир наизнанку. Бразилия. (16+)	США, 2011 г. В ролях: Сара Джессика Паркер, Пирс Броснан, Грег Киннер	05.10 «Заколдованный мальчик». Мультфильм. (0+)
07.35 Секретные материалы. (16+)	12.00 Орел и Решка. Перезагрузка-3. (16+)	Кейт - фондовый менеджер и мать двоих детей. Жизнь Кейт - это череда смешных, нелепых и нелепых ситуаций, в которые она постоянно попадает в попытках втиснуть две жизни в одну. Превосходная комедия, после которой многие женщины задумаются о переменах в своей жизни, а мужчины посмотрят на своих подруг по-другому.	07.50 «Маугли. Ракша». Мультфильм. (6+)
08.05 Мультфильмы. (0+)	13.00 Орел и Решка. Америка. (16+)	00.15 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)	08.10 «Маугли. Похищение». Мультфильм. (6+)
08.55 Ой, мамочки! (12+)	14.10 Я твоё счастье. (16+)	Сериал. США, Канада, 2011 г.	08.35 «Маугли. Последняя охота Акелы». Мультфильм. (6+)
09.25 Рожденные в СССР. Юрий Гагарин. (12+)	15.00 Орел и решка. По морям-3. (16+)	03.45 Суперняня. Кругосветка. (16+)	10.10 Живая легенда. Илья Глазунов. (12+)
10.00 Новости	16.00 Орел и решка. Мегаполисы. (16+)		11.50 «Ягушка-путешественница». Мультфильм. (0+)
10.15 Кулинарное шоу «Как в ресторане». (12+)	17.00 Орел и Решка. Перезагрузка. (16+)		12.10 «Метеор на ринге». Мультфильм. (0+)
10.45, 12.20, 14.00, 15.35 «ТАЙНЫ ДВОРЦОВЫХ ПЕРЕВОРОТОВ». (12+)	18.00 «1+1». (16+)		12.30 «Мешок яблок». Мультфильм. (0+)
11.15, 12.10, 13.05, 14.00, 14.55, 15.50, 17.00, 17.55, 18.50 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)	Франция, 2011 г. В ролях: Франсуа Клузе, Омар Си		12.55 «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (12+)
20.00 «S.W.A.T.: СПЕЦНАЗ ГОРОДА АНГЕЛОВ». (16+)	20.10 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ!». (16+)		16.20 «ПОДКИДЫШ». (12+)
США, 2003 г. В ролях: Сэмюэл Л. Джексон, Колин Фаррелл	22.30 «БЕЗУМНОЕ СВИДАНИЕ». (16+)		17.40, 21.45 Киноистории Глеба Скороходова. (12+)
СССР, 1963 г.	США, 2010 г.		18.00 Достояние Республики: Песни Роберта Рождественского. (12+)
20.30 Вечер вместе. «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (12+)	00.20 «ДЕВУШКА ИЗ ДЖЕРСИ». (16+)		19.55 «ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ТЕТЯ!». (12+)
23.05 Вечер вместе. «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?». (12+)	США, 2004 г.		
00.35 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ, УДАЧИ!». (12+)	02.20 «ОСЛЕПЕННЫЙ ЖЕЛАНИЯМИ». (16+)		
02.25 «БЫСТРЕЕ, ЧЕМ КРОЛИКИ». (16+)	Великобритания, 1967 г.		
04.00 «СТИЛЯГИ». (16+)	04.00 «РЫЖИЕ». (16+)		

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC
00.00 Час истины. (12+)	06.10 Инки: владыки облаков. (12+)	06.00 Зона строительства. (16+)
01.10 Российская летопись. (12+)	07.10 Запретная история. (12+)	06.30, 07.25 Настоящий суперкар. (16+)
01.30 На пути к Великой Победе. (12+)	08.00, 08.30, 09.00, 09.30 Невероятные изобретения. (12+)	08.20, 09.20, 10.20 Дайан Фосси: Секреты в тумане. (16+)
02.00 Евангелие от Джотто: Капелла Сокровенны в Падуе. (12+)	09.55, 10.20, 10.45, 11.10 Родовые проклятия. (12+)	11.15, 12.10 Инстинкт выживания-4, лучшее. (16+)
03.10 Русские праведники. (12+)	11.40, 12.30, 13.20, 14.05, 14.55, 15.45 Мир Гитлера: послевоенные планы. (12+)	13.05 Джейн. (16+)
04.00 История Отечества в портретах. (12+)	16.35, 17.25, 18.15 Загадочные убийства: нацисты. (12+)	14.45 Тайные истории: Клеопатра. (16+)
05.00 Час истины. (12+)	19.10 Воительницы. (12+)	Клеопатра жила в бурные времена. Римская империя переживала один из самых сложных периодов в своей истории, а в Египте бушевала гражданская война.
05.55 В поисках тайных святынь. (12+)	На основе исторических свидетельств мы воссоздаем жизнь римской глadiatorки Ардалы, чтобы узнать, как этой женщине удалось выжить в отчаянных обстоятельствах.	15.15, 16.10, 17.10 Дайан Фосси: Секреты в тумане. (16+)
06.40 История Отечества в портретах. (12+)	20.00 Вторая мировая в цвете. (12+)	18.05, 19.00 Секретные материалы древности. (16+)
07.00 Восход цивилизации. Как греки изменили мир. (12+)	20.55 Николай и Александра: последние монархи России. (12+)	19.55 Диана: Утерянные кадры. (16+)
08.00 Искусство войны. (12+)	22.00 Падение империи Карл Великий создает единую Европу во времена политического хаоса, но его семья рвет ее на части, когда сын идет против отца, а брат против брата.	В 1991 году люди не представляли, что брак Дианы, принцессы Уэльской, с Её Королевскими Высочеством принцем Уэльским был на грани разрыва. National Geographic впервые знакомит широкую публику с уникальными аудиопризнаниями принцессы, которые никогда раньше не предавались гласности.
08.50 Наполеон. Освобождение. (12+)	23.05 Трудная война - Железный век. (12+)	22.00 Суперсоздания Третьего рейха: к бою готовы. (16+)
09.00 Наполеон. Освобождение. (12+)	00.00 Безумцы с «Батавии»	22.50 Я - Малала. (16+)
10.00 Рыцари. (12+)	00.50 Катастрофа европейского еврейства. (16+)	03.00 Диана: Утерянные кадры. (16+)
11.00 Тайная Франция. (12+)	01.50 Мир Гитлера: послевоенные планы. (12+)	02.35 Секретные материалы древности. (16+)
12.00 Историда: Оливер Кромвель: диктатор или защитник парламентаризма? (12+)	02.50 Запретная история. (12+)	03.25, 04.10 Расследования авиакатастроф. (16+)
13.00 Берия. Тайны и факты. (12+)	03.40, 04.30 Музейные тайны. (12+)	04.55 Настоящий суперкар. (16+)
14.00 Америка до Колумба. (12+)	05.20, 05.50 Невероятные изобретения. (12+)	05.40 Зона строительства. (16+)
15.00 Первая мировая. (12+)		
16.00 «КРОМОВЬ». (16+)		
18.00, 18.30, 19.00 Александр Великий. (12+)		
19.30 Русские праведники: Архимандрит Антонин (Капустин). (12+)		
20.00 «ИВАН ГРОЗНЫЙ». (12+)		
21.45 Секреты истории: Мария. Королева-мученица, достойно встретившая смерть. (12+)		
23.00 Обыкновенная история: Телескоп. (6+)		
23.15 Историограф. (12+)		

 ANIMAL PLANET	 DISCOVERY CHANNEL	 TLC
06.00 Дикие нравы Норт Вудса. (16+)	06.00, 06.30, 07.00, 07.30	06.00, 06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30
07.00 Адская кошка. (12+)	Как это устроено? (12+)	Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
08.00 Аквариумный бизнес. (12+)	08.00 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)	11.00 Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+)
09.00, 10.00 На свободу с питбулем. (12+)	09.00 Лучший оружейник. (16+)	13.00 Они поменялись едой. (16+)
11.00 Адская кошка. (12+)	10.00 Легендарные японские авто. (12+)	14.00, 15.00, 16.00 Оденься к свадьбе. (12+)
12.00 Рожденные свободными. (12+)	11.00 Загадочные исчезновения. (12+)	17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 Жизнь на Карибах. (12+)
Кевину Ричардсону предстоит спасти двух львов, ставших развлечением для туристов. Возвращение слабых и голодных львов в Африку начинается.	12.00 Взгляд изнутри. (12+)	Рай на Земле существует, и он находится на Карибах! Наши герои в этом абсолютно уверены, поэтому они расстаются с жизнью на материке и отправляются на поиски идеального дома и счастливой жизни на острова Карибского бассейна. Собственный выход к морю, плавание вблизи коралловых рифов, рыбалка на собственной яхте - мечты многодетной семьи и корпоративного адвоката, политика и молодожёнов совсем скоро могут стать реальностью. Конечно, если они найдут недвижимость по душе и бюджету.
13.00, 14.00 Аквариумный бизнес. (12+)	13.00 Крутой Чед. (12+)	20.00 Моя полная жизнь. (16+)
15.00 Адская кошка. (12+)	14.00, 15.00 Охотники за старьем. (12+)	22.00 Я вешу 300 кг. (16+)
16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00 Незвезданная Европа. (12+)	16.00, 17.00 Охотник за антиквариатом. (12+)	00.00, 00.55, 01.50 В плену ненужных вещей. (12+)
От гор и морей до знойной пустыни и арктической тундры - мы посетим места, где еще сохранилась дикая природа и удивительное разнообразие жизни.	18.00 Охотники за старьем. (16+)	02.40 Доктор «Прыщик». (16+)
21.00 Адская кошка. (12+)	19.00, 20.00 Разрушители легенд: грязная дюжина. (12+)	03.30 Они поменялись едой. (16+)
22.00, 23.00, 00.00, 01.00 Монстры внутри меня. (16+)	21.00 Преступники Третьего рейха. (16+)	04.20, 04.45 Оденься к свадьбе: Великобритания. (12+)
01.50 Красота змей. (12+)	22.00 Неизвестная экспедиция: Викинги в Америке. (16+)	05.10 Оденься к свадьбе. (12+)
02.40 Как вырастить волчат. (12+)	Джош Гейтс прослеживает экспедицию викингов на запад от вулканической местности в Исландии до загадочного поселения в Гренландии и далее в Северную Америку.	
Познакомьтесь с энтузиастами из Миннесотского научного центра дикой природы, которые своими силами растят шестерых волчат.	23.00 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)	
03.30 В поисках королевской кобры. (12+)	00.00 Легендарные японские авто. (12+)	
04.20, 05.10 Полиция Майами: отдел по защите животных. (16+)	00.55 Взгляд изнутри. (12+)	
	01.40 Крутой Чед. (12+)	
	02.50 Самогонщики. (18+)	
	03.30 Золотая лихорадка. (16+)	
	04.20 Не пытайтесь повторить. (16+)	
	05.10 Взгляд изнутри. (12+)	

СПОРТ

МАТЧ: ИГРА	МАТЧ: ИГРА	EUROSPORT 1
06.00, 12.00 Зимняя Универсиада-2019. Керлинг. Прямая трансляция из Красноярска	01.30, 04.00, 07.00 Теннис. АТР. «Мастерс». Индиан-Уэллс. Прямая трансляция. (0+)	09.00 Снукер. Players Championship. Престон. (0+)
08.00 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)	10.30, 13.30 Горные лыжи. Кубок мира. (0+)	11.15, 14.15 Горные лыжи. Кубок мира. Краньска-Гора. Мужчины. Прямая трансляция. (0+)
09.50 Настольный теннис. Лига европейских чемпионов. Мужчины. 1/2 финала. (0+)	12.30, 15.30 Горные лыжи. Кубок мира. Шпиндлерув-Млин. Женщины. Прямая трансляция. (0+)	16.30 Прямая трансляция с трамплина. Кубок мира. Осло. Мужчины. Прямая трансляция. (0+)
15.00 Баскетбол. Евролига. «Путешествия». (12+)	18.30 Баскетбол. Чемпионат мира. Эстерсунд. Мужчины. Спринт. Прямая трансляция. (0+)	19.45 Велоспорт. Страде Бьянке. Мужчины. (0+)
15.30 Специальный репортаж. (12+)	21.00 Баскетбол. Чемпионат мира. Эстерсунд. (0+)	21.50 Хоккей. НХЛ. Регулярный сезон. «Вашингтон» - «Нью-Джерси». (0+)
15.55 Гандбол. Лига чемпионов. Женщины. «Ростов-Дон» - «Одессе». Прямая трансляция	23.00 Хоккей. НХЛ. Регулярный сезон. «Колорадо» - «Баффало». Прямая трансляция из Красноярска	
17.35, 19.40 Регби. «Кубок Шести наций». Прямая трансляция		
19.05 Команда мечты. (12+)		
21.35 «Главное - победа!» Виртуоз Михайлов. (12+)		
22.00 Теннис. WTA. Прямая трансляция из Индиан-Уэллс		
04.00 Баскетбол. Евролига. «Симфония в желтых тонах». (12+)		
04.45 Вся правда про... (12+)		
05.00 Зимняя Универсиада-2019. Керлинг. Мужчины. Финал. Прямая трансляция из Красноярска		

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ-ТВ
05.00 Золотая лихорадка. (16+)	15.00 Big Love Show-2018. (16+)
05.35, 11.50 Тор 30 - Русский крутяк недели. (16+)	19.20 Big Love Show-2019. (16+)
07.45 Засеки звезды. (16+)	Главное музыкально-танцевальное событие двух столиц! Звезды первой величины и самые узнаваемые хиты!
08.00 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)	23.15 Танцпол. (16+)
09.00 Золото. (16+)	Делай громче и слушай отборные танцевальные хиты: модные клубные новинки и треки, проверенные временем. Начни свой уикенд с МУЗ-ТВ!
10.20 Тор чарт Европы плюс. (16+)	00.30 Неспиннер. (16+)
11.20 PRO-обзор. (16+)	
Важнейшие события мирового шоу-биза за неделю.	
14.30 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)	

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
06.00 «Машины сказки», «Чертенок с пушистым хвостом». (0+)	05.00, 07.35 «Пёс Пат». (6+)	05.00 «Заботливые мишки. Дружная семья». (0+)
06.20, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)	05.25 «Жужики». (6+)	06.50 «Волшебный фонарь». (0+)
07.00 «Паровозик Тишка». (0+)	06.15, 08.35 «Хранитель Лев». (0+)	06.55 «Пляс-класс». (0+)
07.25 «Бобр добр». (0+)	06.40 «Микки и весёлые гонки». (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
08.00 «Робокор Полли и его друзья». (0+)	07.05 «Дружные мошсы». (0+)	07.30 «Пляс-класс». (0+)
08.30, 21.30 «Сказочный патруль». (0+)	08.00 «Герои в масках». (0+)	07.40 «Бинг». (0+)
12.00, 21.40 «Сказочный патруль. Волшебный город». (0+)	09.30 «Елена - принцесса Авалора». (0+)	08.15 «Дракоша Тоша». (0+)
12.10 «Лео и Тиг». (0+)	11.30 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)	Мультсериал полон добрых песен, смешных шуток и ярких красок, а милые герои станут хорошим примером для самых маленьких детей!
14.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)	12.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	09.00 «Еда на ура!» (0+)
18.00 «Консуни. Чудеса каждый день». (0+)	13.50 «Принцесса и Лягушка». (0+)	Весёлые ведущие Тутта и Марфа расскажут маленьким нехочухам, что блюда бывают не только полезные, но еще забавные, аппетитные и очень вкусные!
18.15 «Лунтик и его друзья». (0+)	15.55 «Феи: Невероятные приключения». (0+)	09.20 «Три кота». (0+)
19.00 МУЛЬТПремьера! «Лунтик и его друзья. СуперШнюк», «Деревяшки. Классики», «Ми-Ми-Мишки. Система безопасности», «Бобр добр. Ремонт», «Барбоскины. Девчонки», «Лео и Тиг. Тайнственная гостья», «Сказочный патруль. Волшебный город». (0+)	20.45 «Феи: Тайна зимнего леса». (0+)	10.40 «Пластилинка». (0+)
20.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Приключения поросёнка Фунтика». (0+)	23.00 «МОДНАЯ МАМОЧКА». (12+)	Серия обучающих музыкальных мультфильмов для дошкольников о цифрах, музыке, животных.
21.00 «Барбоскины». (0+)	01.20 «МАМА ОБЪЯВИЛА ЗАБАСТОВКУ». (6+)	10.45 «ТриО!» (0+)
	02.50 «ЗВЕЗДА СЦЕНЫ». (12+)	Изучайте мир вместе с забавным трио!
	04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)	11.00 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)
		11.50 «Бобр добр». (0+)
		Красочный остроумный мультсериал про приключения Бобра и его команды в Куролесье.
		12.30 «Большие праздники». (0+)
		13.00 «Домики». (0+)
		Действие мультсериала происходит в мире домиков, где все строения могут разговаривать, и у них есть глаза. Домики обычно стоят на месте, но есть и такие, которые умеют передвигаться, например, Гриша - домик-на-колесах.
		14.00 «Полли Покет». (0+)
		14.45 «Буба». (6+)
		16.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
		17.30 «ЛЕГО. Мир юрского периода». (0+)
		18.00 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
		19.15 «Мальшарики». (0+)
		20.25 «Пластилинка». (0+)
		20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
		20.45 «Смешарики. Спорт». (0+)
		22.30 «Дикие скричеры». (6+)
		22.50 «Бен 10». (12+)
		23.15 «Шоу Тома и Джерри». (6+)
		01.05 «Виспер». (0+)
		02.05 «Приключения Тайо». (0+)
		03.40 «Смешарики». (0+)

ДЕТСКИЙ

ДЕТСКИЙ	ДЕТСКИЙ
06.02 «Барбарики». (6+)	05.00 «Ангел Бэби». (0+)
06.40 «Смешарики». (0+)	07.00, 13.15, 17.55 «Magic Songs». (0+)
07.56 «Пчелография». (6+)	07.05 «Летающие звери». (0+)
08.03 «Раскачка». (0+)	08.15, 15.40, 19.20 «Играем вместе». (0+)
08.06 «4 машинки». (0+)	08.20, 22.20 «Пег и Кот». (0+)
08.18 «Мяу-Мяу». (0+)	09.35 «Оранжевая королева». (0+)
08.31 «Чудеса среди бела дня». (6+)	09.40 «ТриО!» (0+)
08.49, 09.37, 15.52 Мультфильмы. (0+)	10.00 О! Кино! «Иван Царевич и Серый Волк-3». (6+)
09.27 «Веселая карусель». (6+)	11.10, 14.45, 16.40 «Мой музей». (0+)
10.02 Почемучка. Астрономия. (6+)	11.15 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
11.15 «Смурфики». (0+)	13.20 «ТриО!» (0+)
13.51 «Снежная битва». (6+)	13.35 «Союзмультфильм». (0+)
15.13, 21.02, 21.20, 22.00 Мультфильмы. (6+)	14.50 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)
16.40 «Урфин Джюс и его деревянные солдаты». (6+)	15.45 «Поезд динозавров». (0+)
18.12 «Снежные приключения Солана и Людвиг». (6+)	16.45 «Облачный хлеб». (0+)
19.29 «Колобанга. Привет, Интернет!» (6+)	18.00 О! Кино! «Волки и овцы: б-е-е-е-зумное превращение». (6+)
21.11 «Грибной дождик». (0+)	19.25 «Три кота». (0+)
21.51 «Выше голову». (0+)	23.35 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
22.19 «Ежик в тумане». (0+)	01.40 «ТриО!» (0+)
22.32 «Кондитер Сладкоежка». (6+)	02.00 О! Кино! «Князь Владимир». (0+)
22.47 Готовим с папой. (6+)	03.15 «Йоко». (0+)
23.08 Цирковая семья. (12+)	
23.34 Стоп! Снято! (12+)	

О!

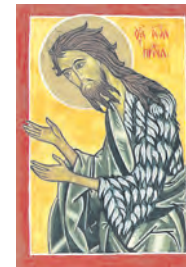
О!	О!
05.00 «Ангел Бэби». (0+)	07.00, 13.15, 17.55 «Magic Songs». (0+)
07.05 «Летающие звери». (0+)	08.15, 15.40, 19.20 «Играем вместе». (0+)
08.20, 22.20 «Пег и Кот». (0+)	09.35 «Оранжевая королева». (0+)
09.40 «ТриО!» (0+)	10.00 О! Кино! «Иван Царевич и Серый Волк-3». (6+)
11.10, 14.45, 16.40 «Мой музей». (0+)	11.15 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
13.20 «ТриО!» (0+)	13.35 «Союзмультфильм». (0+)
14.50 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)	15.45 «Поезд динозавров». (0+)
16.45 «Облачный хлеб». (0+)	18.00 О! Кино! «Волки и овцы: б-е-е-е-зумное превращение». (6+)
19.25 «Три кота». (0+)	23.35 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
01.40 «ТриО!» (0+)	02.00 О! Кино! «Князь Владимир». (0+)
03.15 «Йоко». (0+)	

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00 «МАЛЫШ И КАРПСОН, КОТОРЫЙ ЖИВЕТ НА КРЫШЕ». Телевизионный спектакль. (0+)	14.30 Светлая память. (0+)
06.35 «НЕОБЫКНОВЕННЫЙ КОНЦЕРТ». Телевизионный кукольный спектакль. (0+)	15.30 Две сестры. Кулинарная программа. (0+)
08.05, 04.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)	16.00 Я тебя люблю. (0+)
08.15 Тайны сказок с Анной Ковальчук. (0+)	17.00 Иоанн Креститель. Цикл: Пророки. (0+)
08.30 Две сестры. Кулинарная программа. (0+)	17.30 «ЗОЛУШКА». Фильм 1. (0+)
09.00 Завет. (0+)	19.00 Завет. (0+)
10.00 Я тебя люблю. (0+)	20.00 Встреча. (0+)
11.00, 11.30 Монастырская кухня. (0+)	21.00 Не верю! Разговор с атеистом. (0+)
12.00 И будут двое... (0+)	22.00 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». Фильм 1. (0+)
13.00 Я хочу ребенка. (0+)	23.20 День Патриарха. (0+)
13.30 Я очень хочу жить. Дарья Донцова. (0+)	23.35 Завет. (0+)
	00.30 Человек. (0+)
	01.45 Я хочу ребенка. (0+)
	02.10 Парсуна. С Владимиром Легкойдой. (0+)
	03.05 Res Publica. (0+)
	04.30 Тайны сказок с Анной Ковальчук. (0+)
	04.45 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

9 марта
Седмица сырная (Масленица) – сплошная. Глас 7. Первое и второе обретение главы Иоанна Предтечи.



Всех преподобных отцов, в подвиге просиявших. Прп. Еразма Печерского.

Из трапезы исключается мясо.

«Мерю себе поставьте, что когда вы стоите в полном недовольстве собой, то вы в добром чине; коль же скоро хоть малое чувство самодовольства придет и начнете вы цену себе давать, знайте, что вы не в своем виде, и начинайте терять себя».

Свт. Феофан Затворник

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 4 ПО 10 МАРТА

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

4 МАРТА
В 1818 году в Москве открыт памятник Кузьме Минину и князю Дмитрию Пожарскому.

5 МАРТА
В 1899 году открыты новые здания больницы и убежища для престарелых сестер милосердия в Санкт-Петербурге.

6 МАРТА
В 1899 году химик Ф. Хоффман получил патент на аспирин (День рождения аспирина).

7 МАРТА
В 321 году римский император Константин Великий провозгласил воскресенье днем отдыха.

8 МАРТА
В 1929 году в Ленинграде в Малом оперном театре прошла премьера «театрализованного джаза» Леонида Утёсова.



9 МАРТА
В 1959 году в продажу поступили первые куклы Барби.

10 марта
В 1564 году в Москве вышла первая русская печатная книга «Апостол».

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

4 МАРТА. Евгений, Максим, Никита.
5 МАРТА. Василий, Денис, Иван, Сергей.
6 МАРТА. Александр, Георгий, Григорий, Даниил, Ольга, Тимофей, Юрий.
7 МАРТА. Андрей, Варвара, Виктор, Владимир, Ирина, Михаил, Пётр.
8 МАРТА. Александр, Алексей, Николай, Сергей.
9 МАРТА. Иван.
10 МАРТА. Антон, Евгений, Фёдор.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

5 МАРТА ■ День блина
6 МАРТА ■ День зубного врача
7 МАРТА ■ День математики
8 МАРТА ■ Международный женский день
9 МАРТА ■ Всемирный день диджея
10 МАРТА ■ Международный день планетариев ■ День работников геодезии и картографии в России

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Ласточки прилетели, весну захотели

4 марта по народному календарю считается днем Филимона Вешнего. В этот день было принято наблюдать за животными: встреча в лесу с белым зайцем сулила снегопад, а с серым – потепление. Если видели пролетающую чайку, то ждали скорый ледоход.

5 марта, в День Катыша, последний раз за зиму катались с горок и приговаривали: «Зима на исходе, так успевай на санках покататься». Наблюдали и за поведением птиц: сороки и галки купаются в снегу – к оттепели.

В Маврикиев день, **7 марта**, наблюдали за птицами: если ласточки прилетели раньше положенного дня – это к скорой весне.

8 марта, в Поликарпов день, следили за сороками: если они лезли под крышу, то следовало ждать вьюги, а если улетали в лес – устойчивого тепла. Также говорили: «Сорока стрекочет – или к гостям, или к новостям».



Учёные выяснили, что докторская колбаса не лечит, а любительская не любит.

ТЕЛЕК

Газета «ТЕЛЕК пресса.ру». Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций Свидетельство ПИ № ФС 77 – 57024 от 25.02.2014 г. Издаётся с февраля 2012 года

КАРДОС

Учредитель, редакция и издатель: © ООО «ИД «КАРДОС»
Генеральный директор ВАВИЛОВ А.Л.
Адрес редакции: 115088, г. Москва, ул. Угрешская, д. 2, стр. 15. e-mail: telek@kardos.ru
Адрес издателя: 105187, г. Москва, ул. Щербаковская, д. 53, корпус 4, этаж 3, комн. 3076.

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С. Тел. 8-495-937-41-31
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.
Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.
Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.
Директор департамента дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А. Тел. 8-495-933-95-77, доб. 220
Менеджер по подписке ЕФРЕМОВА С.Н. Тел. (495) 933-95-77, доб. 237, e-mail: distrib@kardos.ru

Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.
Ведущие менеджеры отдела рекламы: ВОЛКОВ В.Е., СЕМЕНОВА Т.Ю., ГУБАНОВА Т.В., КОВАЛЬЧУК Е.В. Тел. 8-495-933-95-77, доб. 142, 206
Ведущие менеджеры по работе с рекламными агентствами: ЖУЙКО О.В., ГРИГОРЬЕВА Л.А. Тел. 8-495-933-95-77, доб. 147, 273
Дизайнер ЛЕХТОНЕН И.П.
Телефон рекламной службы: 8-495-933-95-77, доб. 225, e-mail: reklama@kardos.ru

Газета печатается в городах: Москва, Санкт-Петербург, Воронеж

09 (369). Время подписания в печать по графику: 01.00 час. 26.02.2019 г., фактическое: 01.00 час. 26.02.2019 г. Дата выхода в свет 27.02.2019 г.
Отпечатано в типографии АО «Прайм Принт Москва», 141700, Московская область, город Долгопрудный, Лихачевский проезд, д. 5В. Заказ 570. Выходит во всех областях ЦФО. Тираж 775 300 экз.
Рекомендованная розничная цена 23 рубля. Ежедневная семейная газета для читателей 12+ Объем 12 п.л. Сайт газеты telek.kardos.media
Подписной индекс П2939 в каталоге «ПОЧТА РОССИИ» и на сайте <https://podpiska.pochta.ru>
Редакция не несёт ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	ТВЦ	НТВ	РОССИЯ К	РОССИЯ К Культура	СТС	СТС
06.00	Новости	04.40	«КРЕПКИЙ БРАК». (12+)	05.40	«ТРИ ПЛЮС ДВА». (0+)	06.30	«Чиполлино»	06.00	Ералаш. (0+)
06.10	«СЛУЧАЙ В КВАДРАТЕ 36-80». (12+)	06.30	«ИРОНИЯ СУДЬБЫ, ИЛИ С ЛЁГКИМ ПА-РОМ!»	07.35	«Фактор жизни». (12+)	07.15	«СИТА И РАМА»	06.15	«Приключения Кота в сапогах». (6+)
07.45	«Часовой». (12+)			08.05	«УЛИЦА ПОЛНА НЕ-ОЖИДАННОСТЕЙ». (12+)	09.30	«Обыкновенный кон-церт с Эдуардом Эфи-ровым»	07.05	«Три кота». (0+)
08.15	«Здоровье». (16+)	10.30	Сто к одному	09.30	«Михаил Жванецкий. За словом - в порт-фель». (12+)	10.00	«Мы - граммотеи!»	07.30	«Уральские пельме-ни». (16+)
09.20	«Непутевые заметки с Дмитрием Крыло-вым». (12+)	11.20	«ЛЁД». (12+)	10.40	«Спасите, я не умею готовить!» (12+)	10.40	«ПРОСТАЯ ИСТОРИЯ». (0+)	09.10	«ДЖЕК - ПОКОРИТЕЛЬ ВЕЛИКАНОВ». (12+)
10.00	Новости с субтитрами		Россия, 2019 г. Мело-драма. В ролях: Аглая Тарасова, Александр Петров.	11.30	«События Петровка, 38. (16+)	12.05	Диалоги о животных	11.20	«ЗОЛУШКА». (6+)
10.15	Премьера. «Жизнь друзей». (12+)		Надя с детства верила в чудеса. Она представ-ляла себе, как выходит на лед под овации пу-блики и танцует свой самый красивый танец. И вот, благодаря вере и упорству, Надя стано-вится знаменитой фигу-ристкой.	11.45	«СВАДЬБА В МАЛИ-НОВКЕ». (0+)	12.50	«Маленькие секреты великих картин»		США, 2015 г. Фэнтези. Лили Джеймс, Кейт Бланшетт.
11.10	«Теория заговора». (16+)	13.50	«Бабы, вперёд!» (16+)			13.20	Международный цирковой фестиваль в Масси		Несмотря на злоче-ния, выпавшие на долю Золушки, девушка не отчаивается, ведь даже в самые тяжёлые мо-менты находится то, что помогает думать о хоро-шем: например, случай-ная встреча на лесной тропинке с прекрасным юношей.
12.00	Новости с субтитрами	16.00	«ЖЕНЩИНА С ПРО-ШЛЫМ». (12+)			14.55	«Первые в мире»		«Моана». (6+)
12.20	«ЖЕНЩИНЫ». (6+)		Россия, 2018 г. Мело-драма. В ролях: Евгения Добровольская, Алек-сандра Тулинова. Евгения Нерестова живет в приморском городке и держит соб-ственную небольшую кондитерскую. Но лю-ди приезжают к ней не только ради выпечки. Близкие давно знают, что Женя - особен-ная. Она видит то, чего остальные ни видеть, ни знать не могут!			15.10	«КОРДЕБАЛЕТ». (12+)		«МСТИТЕЛИ». (12+)
			СССР, 1965. Премьера. «Татьяна Буланова. Не плачь!» (12+)				США, 1985 г. Музы-кальная драма. Майкл Дуглас, Элисон Рид, Терренс Манн, Майкл Блевинс.		«ВОСХОЖДЕНИЕ ЮПИТЕР». (16+)
14.20	Чемпионат мира по биатлону. Гонка пре-следования. Женщи-ны. Прямой эфир из Швеции		«О чем поют мужчины». (16+)	13.50	«Смех с доставкой на дом». (12+)	16.00	Своя игра. (0+)		«МСТИТЕЛИ. ЭРА АЛЬТРОНА». (12+)
16.25	Премьера. «О чем поют мужчины». (16+)		«О чем поют мужчины». (16+)	14.30	«Московская неделя Свадьба и развод». (16+)	16.20	Следствие вели...		
18.20	Чемпионат мира по биатлону. Мужчины. Прямой эфир из Швеции	20.00	«Вести недели Москва. Путин	15.00	«Хроники московского быта. Молодой муж». (12+)		1987 год, Ленинградская область. В окрестностях Лодейного Поля кто-то убивает лесника, добро-го человека, любителя природы, да к тому же еще и инвалида.		
19.10	«Лучше всех!» (0+)	22.00	«Воскресный вечер с Владимиром Соло-вьёвым». (12+)	15.55	«Прощание. Михаил Евдокимов». (16+)	18.00	Новые русские сенса-ции. (16+)	17.05	Юбилейный концерт Олега Пугудина в Го-сударственном Крем-лёвском дворце
21.00	Время		«ТАРАС БУЛЬБА». (16+)	16.40	«КАК ИЗВЕСТИ ЛЮ-БОВНИЦУ ЗА СЕМЬ ДНЕЙ». (12+)	19.00	«Итоги недели» с Ира-дой Зейналовой	19.30	Новости культуры с Владиславом Фляр-ковским
21.30	«Что? Где? Когда?»	01.00	Россия, 2009 г. В ролях: Богдан Ступка, Влади-мир Вдовиченков.	17.30	«ЖЕНЩИНА В ЗЕРКА-ЛЕ». (12+)	20.10	«Ты супер!» Суперкон-церт в Кремле. (6+)	20.10	«СВЕРСТНИЦЫ». (12+)
22.40	Чемпионат мира по фигурному катанию среди юниоров. Пока-зательные выступле-ния. (0+)		Конец XVI века. Юго-Западные земли Руси находятся под властью Речи Посполитой. С юга осаждают крымские та-тары.	21.15	«ЖЕНЩИНА В ЗЕРКА-ЛЕ». (12+)	22.30	«ОДНАЖДЫ ДВАД-ЦАТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (0+)		СССР, 1959 г. Мелодра-ма. Людмила Крылова, Лидия Федосеева.
00.00	«ПОКЛОННИК». (18+)		«ТАРАС БУЛЬБА». (16+)				СССР, 1980. В ролях: Наталья Гундарева, Виктор Проскурин, Евге-ний Лазарев.		По-разному сложились судьбы трёх подруг по-сле окончания школы. Таня поступила в меди-цинский институт, Кира выбрала театральный, а Светлана пошла рабо-тать на часовой завод. Каждая из них встреча-ет свою первую любовь.
01.45	«Модный приговор». (6+)		Россия, 2009 г. В ролях: Богдан Ступка, Влади-мир Вдовиченков.	00.10	«ЖЕНЩИНА В ЗЕРКА-ЛЕ». (12+)	00.05	«Брэйн ринг». (12+)	21.30	Мария Каллас. Гала-концерт в Парижской опере
02.40	«Мужское / Женское». (16+)		«ТАРАС БУЛЬБА». (16+)	00.25	«ЖЕНЩИНА В ЗЕРКА-ЛЕ». (12+)	01.00	«ДОБРО ПОЖАЛО-ВАТЬ, ИЛИ ПО-СТОРОННИМ ВХОД ВОСПРЕЩЕН». (0+)	23.05	«КЕНТЕРБЕРИЙСКИЕ РАССКАЗЫ». (18+)
03.35	«Давай поженимся!» (16+)		«ТАРАС БУЛЬБА». (16+)	01.25	«СЕВЕРНОЕ СΙΑ-НИЕ. О ЧЕМ МОЛЧАТ РУСАЛКИ». (12+)		СССР, 1980. В ролях: Наталья Гундарева, Виктор Проскурин, Евге-ний Лазарев.	01.00	«ВОЛЬНЫЙ ВЕТЕР». (0+)
04.25	Контрольная закупка. (6+)		«ТАРАС БУЛЬБА». (16+)	03.20	«КУБАНСКИЕ КАЗА-КИ». (12+)	02.30	«ЛЕСНИК». (16+)	02.15	Диалоги о животных
			«ТАРАС БУЛЬБА». (16+)	05.25	Линия защиты. (16+)				
5	5-й КАНАЛ	ЗВЕЗДА	ЗВЕЗДА	ОТР	ОТР	Москва 24	МОСКВА 24	360°	ПОДМОСКОВЬЕ
05.00	«МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)	05.30	«РОДИНА ИЛИ СМЕРТЬ». (12+)	05.00	11.15 19.45 «Моя история». (12+)	06.00	07.00 08.00 09.00 10.00	06.00	«Самое яркое». (16+)
06.00	«Моя правда». (12+)			05.25	21.45 «Звук». Группа «Браво». (12+)		11.00 12.00 13.00 14.00	08.00	«Зима в Подмосковье». (12+)
06.45	«Светская хроника». (16+)	07.05	«НОЛЬ-СЕДЬМОЙ» МЕНЯ-ЕТ КУРС». (12+)	07.15	11.45 «Прекрасный полк». (12+)		15.00 16.00 17.00 18.00	08.30	План действий
07.40	«Моя правда». (16+)	09.00	«Новости недели» с Юрием Подкопаевым	07.55	«Медосмотр». (12+)		19.00 20.00 21.00 22.00	09.00	Новости 360
10.00	«Светская хроника». (16+)	09.25	«Служу России»	08.05	23.30 «Нормальные ребя-та». (12+)		23.00 00.00 01.00 02.00	09.20	«Вкусно 360». (12+)
11.00	«Вся правда о... соли, сахаре, соде». (16+)	09.55	«Военная приёмка». (6+)	08.30	«БЕРЕГИТЕ ЖЕНЩИН». (12+)	06.15	08.15 11.15 14.15 17.15	11.00	Будни
12.05	«Неспроста». (16+)	10.45	«Код доступа». (12+)	10.45	«Домашние животные с Григорием Манёвым». (12+)		22.15 01.15 03.15 05.15	12.00	Новости 360
	Цикл познавательных фильмов о приметах и предсказаниях на Пятном. Как отличить правду от вымысла, суеверия от реальных прогнозов?	11.30	«Специальный репортаж». (12+)	12.30	«Гамбургский счёт». (12+)	06.30	08.30 09.15 10.15 13.15	12.30	«Агент ЖКХ». (12+)
	«Загадки подсознания». (16+)	12.20	«Специальный репортаж». (12+)	13.00	15.00 Новости		16.15 17.30 18.30 19.15	13.20	«Хороший врач». (12+)
14.05	«МОРОЗКО». (6+)	13.00	Новости дня	13.05	15.05 «ВТОРОЕ ДЫХА-НИЕ». (16+)		20.15 21.15 21.30 00.30	14.10	«Все просто!» (12+)
		13.15	«Легенды госбезопасно-сти». (16+)	16.45	«Фигура речи». (12+)	07.15	02.15 02.30 05.30	14.30	План действий
		14.05	«ОПЕРАЦИЯ «ГОРГОНА». (16+)	17.10	02.20 «ЛЮБИМАЯ ЖЕНЩИНА МЕХАНИКА ГАВРИЛОВА». (12+)	07.30	02.30 03.30 04.30	15.00	Новости 360
		18.00	«Легенды советского сыска». (16+)		02.30 «Вспомнить всё». (12+)		03.30 04.30 05.30	15.20	«Самое яркое». (16+)
		18.45	«Фетисов». (12+)		02.30 «Вспомнить всё». (12+)		04.30 05.30 06.30	15.50	«УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)
		23.00	«ВПЕРВЫЕ ЗАМУЖЕМ». (0+)		02.30 «Вспомнить всё». (12+)		05.30 06.30 07.30	19.30	«Добродел 360». (12+)
		23.45	«ПОСТАРАЙСЯ ОСТАТЬ-СЯ ЖИВЫМ». (12+)		02.30 «Вспомнить всё». (12+)		06.30 07.30 08.30	20.00	Новости 360
		01.45	«ОТПУСК ЗА СВОИ СЧЕТ». (6+)		02.30 «Вспомнить всё». (12+)		08.30 09.30 10.30	20.30	План действий
		02.55	«Маршалы Сталина». (12+)		02.30 «Вспомнить всё». (12+)		09.30 10.30 11.30	21.00	«Самое яркое». (16+)
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		11.30 12.15	23.00	«А.Д.». (16+)
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		12.15 12.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		12.30 13.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		13.30 14.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		14.30 15.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		15.30 16.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		16.30 17.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		17.30 18.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		18.30 19.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		19.30 20.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		20.30 21.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		21.30 22.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		22.30 23.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		23.30 00.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		00.30 01.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		01.30 02.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		02.30 03.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		03.30 04.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		04.30 05.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		05.30 06.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		06.30 07.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		07.30 08.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		08.30 09.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		09.30 10.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		10.30 11.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		11.30 12.15		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		12.15 12.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		12.30 13.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		13.30 14.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		14.30 15.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		15.30 16.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		16.30 17.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		17.30 18.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		18.30 19.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		19.30 20.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		20.30 21.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		21.30 22.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		22.30 23.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		23.30 00.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		00.30 01.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		01.30 02.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		02.30 03.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		03.30 04.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		04.30 05.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		05.30 06.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		06.30 07.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		07.30 08.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		08.30 09.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		09.30 10.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		10.30 11.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		11.30 12.15		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		12.15 12.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		12.30 13.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		13.30 14.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		14.30 15.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		15.30 16.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		16.30 17.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		17.30 18.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		18.30 19.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		19.30 20.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		20.30 21.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		21.30 22.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		22.30 23.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		23.30 00.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		00.30 01.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		01.30 02.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		02.30 03.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		03.30 04.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		04.30 05.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		05.30 06.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		06.30 07.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		07.30 08.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		08.30 09.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		09.30 10.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		10.30 11.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		11.30 12.15		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		12.15 12.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		12.30 13.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		13.30 14.30		
					02.30 «Вспомнить всё». (12+)		14.30 15.30		

РЕН	ТНТ	ТВ-3	ЧЕ	МАТЧ	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<div>05.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)</div> <div>08.30 «КРЕМЕНЬ». (16+)</div> <div></div> <div>Россия, 2012 г. Боевик. Владимир Елифанцев, Павел Климов, Анастасия Веденская. Бывший спецназовец по прозвищу Шаман приезжает в небольшой городок с целью навестить товарища - но сразу же попадает в неприятности. Шаман наживает себе опасного врага в лице негласного хозяина города - майора Гаврилова.</div> <div>12.30 «КРЕМЕНЬ. ОСВОБОЖДЕНИЕ». (16+)</div> <div>Россия, 2013 г. Боевик. Владимир Елифанцев, Анастасия Веденская. Отставной спецназовец по прозвищу Шаман оставил сложное прошлое и наслаждается мирной жизнью вместе с возлюбленной.</div> <div>16.45 «СПЕЦНАЗ». (16+)</div> <div>00.00 «ГРОЗОВЫЕ ВОРОТА». (16+)</div> <div>03.40 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</div>	<div>07.00 ТНТ. Best. (16+)</div> <div>09.00 Дом-2. Lite. (16+)</div> <div>10.00 Дом-2. Остров любви. (16+)</div> <div>11.00 Перегрузка. (16+)</div> <div>12.00 Большой завтрак. (16+)</div> <div>12.40 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)</div> <div>На ежегодной пресс-конференции Президента РФ чиновник Виктор Сычев подпадает под праведный гнев главы государства из-за того, что преподаватель из Верхнеянского филологического института пожаловалась на бездействие чиновника в отношении их ВУЗа.</div> <div>19.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)</div> <div>22.00 «Stand Up». (16+)</div> <div>В эфире самые актуальные выступления от лучших стендап-комиков России и абсолютно новых, но уверенно набирающих силу представителей жанра. Продолжаем смеяться над своими проблемами.</div> <div>23.00 Дом-2. Город любви. (16+)</div> <div>00.00 Дом-2. После заката. (16+)</div> <div>01.05 «Такое кино!». (16+)</div> <div>01.35 «ЛЮБОВЬ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ-3». (12+)</div> <div>02.55 ТНТ Music. (16+)</div> <div>03.20 «Открытый микрофон». (16+)</div> <div>06.00 ТНТ. Best. (16+)</div>	<div>06.00 «Мультфильмы». (0+)</div> <div>09.30 «БОЙФРЕНД ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)</div> <div>12.00 «ЛАВКА ЧУДЕС». (12+)</div> <div>14.00 «КОЛДОВСТВО». (16+)</div> <div></div> <div>США, 1996 г. Фэнтези. Робин Тинни, Файруза Балк, Нив Кэмпбелл. Героини фильма, молодые девушки, которые уверены, что они особенные, они - ведьмы, и чтобы разбудить силы, требуется четвертая девушка.</div> <div>16.00 «СУМЕРКИ. САГА. ЗАТМЕНИЕ». (16+)</div> <div>18.30 «СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ: ЧАСТЬ 1». (16+)</div> <div>США, 2011 г. Фэнтези. Кристен Стюарт, Роберт Паттинсон. Эдвард и Белла играют свадьбу.</div> <div>20.45 «СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ: ЧАСТЬ 2». (16+)</div> <div>23.00 «Последний герой». (16+)</div> <div>00.15 «РОБИН ГУД: ПРИНЦ ВОРОВ». (12+)</div> <div>03.15 «Волшебный меч: Спасение Камелота». (0+)</div> <div>04.30 «Тайные знаки». (12+)</div>	<div>06.00 «Мультфильмы». (0+)</div> <div>06.30 «АЛЛАЙН КУОТЕРМЕЙН И ПОТЕРЯННЫЙ ГОРОД ЗОЛОТА». (12+)</div> <div>08.30 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ». (12+)</div> <div>10.45 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-2». (12+)</div> <div>13.00 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-3». (12+)</div> <div>15.00 «Супершеф». (16+)</div> <div>17.00 «МЫ ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)</div> <div></div> <div>Россия, 2008 г. Фантастика. Данила Козловский, Дмитрий Волкострелов. Главные герои ленты - четверо «чёрных следопытов» - Борман, Череп, Чуха и Спирт. Они ведут раскопки в тех местах, где когда-то шли бои, чтобы потом продать найденные медали, ордена, оружие...</div> <div>19.45 «МЫ ИЗ БУДУЩЕГО-2». (16+)</div> <div>21.50 «Улетное видео». (16+)</div> <div>23.00 «+100500». (18+)</div> <div>23.30 «ВОЛК С УОЛЛ-СТРИТ». (18+)</div> <div>03.00 «ПРОСТОЙ ПЛАН». (16+)</div> <div>05.00 «РОДИНА». (16+)</div>	<div>06.00 Бобслей и скелетон. Пр.тр.</div> <div>06.20 «Команда мечты». (12+)</div> <div>06.35 16.55 Дневник Универсиады. (12+)</div> <div>06.55 Зимняя Универсиада-2019. Биатлон. Пр.тр.</div> <div>07.45 09.55, 13.45, 17.20, 00.25 Все на Матч!</div> <div>08.25 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)</div> <div>08.55 Зимняя Универсиада-2019. Биатлон. Пр.тр.</div> <div>09.45 12.25, 14.45, 17.15 Новости</div> <div>10.45 Биатлон. Чемпионат мира. Спринт. Мужчины. (0+)</div> <div>12.30 «Лев Яшин - номер один». (12+)</div> <div>14.55 Футбол. «Ливерпуль» - «Бернли». Чемпионат Англии. Пр.тр.</div> <div>18.00 «Капитаны». (12+)</div> <div>18.30 Футбол. Российская Премьер-лига. Пр.тр.</div> <div>20.55 «После футбола» с Георгием Черданцевым</div> <div>22.25 Футбол. «Фиорентина» - «Лацио». Чемпионат Италии. Пр.тр.</div> <div>01.00 Шорт-трек. Чемпионат мира. (0+)</div> <div>01.30 Конькобежный спорт. Кубок мира. Финал. (0+)</div> <div>02.25 «Глена». (16+)</div> <div>04.00 Футбол. «Челси» - «Вулверхэмптон». Чемпионат Англии. (0+)</div>	<div>06.30 18.00 23.15 05.40 «6 кадров». (16+)</div> <div>08.05 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+)</div> <div>10.30 «САМАЯ КРАСИВАЯ». (16+)</div> <div>Россия, 2005 г. Мелодрама. Алёна Хмельницкая, Алексей Макаров. Студенческий отряд приезжает в село на картошку. Друзья Виктор и Денис живут в сарае у местной жительницы Киры.</div> <div>14.15 «САМАЯ КРАСИВАЯ-2». (16+)</div> <div>19.00 «СЕМЕЙНАЯ ТАЙНА». (16+)</div> <div></div> <div>Россия, 2018 г. Детективная мелодрама. Геннадий Смирнов, Сергей Паршин. Дочь известного фармацевтического магната Станислава Романовского Маргарита уверена, что её отца хотят убить.</div> <div>00.30 «ЛЮБОВЬ ПРИХОДИТ НЕ ОДНА». (16+)</div> <div>02.25 «МОДЕЛЬ СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (16+)</div> <div>04.05 «Москвички». (16+)</div> <div>06.00 «Домашняя кухня». (16+)</div>	

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.

Насупившиеся подростки сбились стайкой, и кто исподлобья, кто с вызовом смотрели на следователя. Директор техникума – немолодой мужчина в пиджаке с закатанными до локтей рукавами – нетерпеливо постукивал пальцами по крышке стола. Рядом с ним на стульчике сидели психолог техникума и инспектор ПДН. А на диванчике кабинета зареванную рыжеволосую девушку с расцарапанной слева шеей и синяком на правом виске гладила по голове одна из преподавательниц.

– Ну что, будем признаваться, кто напал на старосту группы в подсобке для швабр? – грозно возопил директор, глядя поверх очков на стоявших плечом к плечу мальчишек. Да так обычно и страшно это у него вышло, что даже Илья Сергеевич вздрогнул, а по спине его пробежал холодок. Но подростки оказались более стойкими и

даже не пошевелились. Лишь рыжеволосая девушка всхлипнула и перестала подвывать, лишь тихонечко поскуливала.

– Лидя, расскажи нам, что случилось, – мягко попросила ее инспектор ПДН.

Я мыла доску в аудитории, меня учитель физики попросил, – начала немножко успокоившаяся девушка. – А тут Ванька вбегает – это барабанщик нашей музыкальной группы, и кричит, что, мол, ребята на внеплановую репетицию собрались, меня ждут.

– Ты тоже в группе играешь? – поинтересовался следователь.

– Нет, я пою. Я солистка, – приосанилась девушка, и глаза ее засверкали.

– Ну-ну, и что было дальше? – инспектор ПДН хотела услышать историю до конца.

– Я закрыла аудиторию и побежала искать учителя физики, чтобы отдать ключи. Смотрю, а подсобка под лестницей открыта.

Мне показалось это странным, потому что обычно к этому времени баба Нюра уже уходит домой, вымыв все полы. Ну, я заглянула в подсобку. А меня кто-то грубо втащил внутрь, я ударила виском о косяк, а потом меня схватили за шею и, кажется, пытались то ли поцеловать, то ли укусить. Я начала вырываться, и мне это удалось. Вот только шея оказалась расцарапанной.

Так, ясно. А что тут делают эти молодые люди? – Илья Сергеевич кивнул на группу подростков. – Уже есть какие-то подозрения?

– Это наши музыканты, единственные, кто оставался в техникуме в это время из учеников, – ответил директор.

– Лидочка, скажи, – ласково попросила гладившая девушку по голове преподаватель. – Ты ссорилась с кем-то в последнее время? Тебе угрожали? Обижали?

Девушка скисла.

– Я... – начала она, но запнулась, педагог кивнул ей, побуждая продолжить. – Я встречалась с Колей, бас-гитаристом из нашей группы, – сказала девушка, а один из парней поджал губы.

«Коля», – решил про себя Илья Сергеевич.

– Так вот к кому ты от меня уходишь? – выкрикнул один из парней, белокрысый и голубоглазый.

Коля посмотрел на него удивленно, блондин на гитариста с яростью:

– Гитарист оказался круче пианиста? – снова выкрикнул он.

– И ничего не круче, – покраснела Лидя. – Я с

вами обоими встречалась одновременно, все выбрать не могла. А теперь я другого мальчика встретила. Он в институте учится, политехническом. Вот я и сказала вам каждому по отдельности, что мы расстаемся.

Теперь уже и Коля, и белокрысый пианист, да и все остальные удивленно смотрели на Лидочку, чьи щеки были пунцовее хорошо вызревшего на солнышке помидора.

– Ну, мне кажется, дело раскрыто, – привел всех в чувство Илья Сергеевич. – Коля, надо извиниться перед девушкой. Такими методами ее не вернуть точно.

Любовь АНИНА

Как Илья Сергеевич догадался, что в подсобке на Лиду напал Коля?

Ответ читайте в след. номере «Телека».



Ответ на загадку в № 8: девушке не хотелось лишиться наследства деда, с которым она поссорилась. К тому же она отчаянно настаивала на версии самоубийства, даже приводила доводы. Но человек, который хочет свести счеты с жизнью, вряд ли бы стал заводить на утро будильник, готовить себе ужин и аккуратно ставить чашку с ядом на блюдечко, прикусывая при этом сахаром. К тому же Виктория накануне разговаривала с дедом, а чуть позже стала утверждать, что давно его не видела. Да и откуда она узнала, что яд был именно в чае?



КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000	TV1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
06.10 «ИГРА ЭНДЕРА». (12+)	06.20 «8 ПЕРВЫХ СВИДАНИЙ». (16+)	06.20 «У ТИХОЙ ПРИСТАНИ». (12+)	06.00, 07.00 «ВОЙНА И МИР». (16+)	06.10 Мультфильмы. (0+)
08.30 «КОД ДА VINЧИ». (16+)	08.15 «ДЕНЬ РАДИО». (16+)	07.40 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)	08.25 «Сезон охоты». (12+)	06.15 Миллион вопросов о природе. (6+)
11.30 «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА». (16+)	10.25 «О ЛЮБВИ». (16+)	10.00 «СУДЬБА». (12+)	Мультфильм	06.30 Мультфильмы. (0+)
13.50 «ГОЛАЯ ПРАВДА». (16+)	12.30 «Иван Царевич и Серый Волк-3». (12+)	13.00 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (12+)	09.55 «Сезон охоты-2». (12+)	07.05 Беларусь сегодня. (12+)
15.50 «ЗАТУРА: КОСМИЧЕСКОЕ ПРИКЛЮЧЕНИЕ». (12+)	14.15 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (12+)	15.30 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (6+)	Мультфильм	07.35 Мультфильмы. (0+)
17.50 «ИГРА ЭНДЕРА». (12+)	16.05 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН. НАШЕ ВРЕМЯ». (16+)	17.00 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+)	11.15, 12.15, 13.10, 14.05, 15.05, 16.00, 16.55, 18.10, 19.05 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)	08.05 Культ//Туризм. (16+)
20.10 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (12+)	18.05 «ЗА ГРАНЬЮ РЕАЛЬНОСТИ». (12+)	19.00 Золото «Мосфильма». «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (0+)	20.00 «ФИНАНСОВЫЙ МОНСТР». (16+)	08.35 Мультфильмы. (0+)
Франция, 1997 г. В ролях: Брюс Уиллис, Милла Йовович, Гари Олдман	20.20 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)	СССР, 1966 г. В ролях: Иннокентий Смоктуновский, Олег Ефремов	США, 2016 г. В ролях: Джордж Клуни, Джулия Робертс, Джек О'Коннелл	08.55 Ещё дешевле. (12+)
22.35 «ЗАКОНЫ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ». (16+)	22.25 «СТАТУС: СВОБОДЕН». (16+)	20.45 «СТРЯПУХА». (0+)	21.45 «ОРУЖЕЙНЫЙ БАРОН». (16+)	09.25 Наше кино. История большой любви. (12+)
00.20 «ВАСАБИ». (16+)	00.25 «РУСАЛКА». (16+)	22.05 «СЕМЬ СТАРИКОВ И ОДНА ДЕВУШКА». (0+)	23.55 «КОПЫ В ГЛУБОКОМ ЗАПАСЕ». (16+)	10.00 Новости
02.10 «МОЯ ДЕВУШКА - МОНСТР». (18+)	02.30 «СЧАСТЬЯ! ЗДОРОВЬЯ!» (16+)	23.35 «БЕЗЫМЯННАЯ ЗВЕЗДА». (12+)	01.50, 02.45 «ВЕРСАЛЬ». (16+)	10.15 «ТИХИЙ ДОН». (16+)
04.15 «ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ!» (16+)	04.20 «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)	02.10 «ШЛЯПА». (12+)	03.40, 04.35 Правила моей кухни. (16+)	Социальная драма, СССР, 1957-1958 гг. В ролях: Пётр Глебов, Элина Быстрицкая, Даниил Ильченко, Анастасия Филиппова (Горина), Зинаида Кириенко, Николай Смирнов
		03.40 «СЛУГА». (16+)	05.35 Спроси. (12+)	16.15 «ТИХИЙ ДОН». (16+)

Иллюзион+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	FOX LIFE	FOX LIFE
01.40 «ТЕОРИЯ ЗАГОВОРА». (16+)	01.45 «ЗЕЛЕНАЯ КАРЕТА». (16+)	01.05 «УЧИТЕЛЬ ГОДА». (16+)	06.00, 06.50, 18.00, 21.30 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)	
03.25 «ЛЮБОВЬ И СЛАВА». (16+)	03.15 «ВРАГИ». (16+)	03.00 «СЕКСОГОЛИК». (16+)	07.40, 00.50 «ЭТАЖОМ ВЫШЕ». (16+)	
04.55 «ВЕРОНИКА РЕШАЕТ УМЕРЕТЬ». (16+)	04.35 «МАРС». (16+)	04.30 «НАШИ ЛЮБОВНИКИ». (18+)	09.15, 09.40, 10.10, 10.35 Джейми Оливер. Готовим за 30 минут. (12+)	
06.35 «МОЙ ПАРЕНЬ - ПСИХ». (16+)	06.15 «ЗАЯЦ НАД БЕЗДНОЙ». (16+)	06.15 «МИСТЕР ФЕЛИЧИТА». (16+)	11.05, 11.50, 03.55, 04.35 «СКОРПИОН». (16+)	
08.35 «НЬЮ-ЙОРК, Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ». (16+)	08.05 «МОЯ БОЛЬШАЯ АРМЯНСКАЯ СВАДЬБА». (12+)	08.00 «ПОСЛЕСВАДЕБНЫЙ РАЗГРОМ». (18+)	12.40 «МОИ СЛОВА, МОЯ ЛОЖЬ, МОЯ ЛЮБОВЬ». (16+)	
10.10 «ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ!» (16+)	09.50 «ПЯТЬ НЕВЕСТ». (16+)	09.45 «ЛЮБОВЬ НЕ ПО РАЗМЕРУ». (16+)	14.30, 15.25, 16.15, 17.10 «НОМЕР 309». (16+)	
11.50 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)	11.40 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)	11.40 «МУЖЧИНЫ ПРОТИВ ЖЕНЩИН». (16+)	18.50, 22.20 «РЕЗИДЕНТ». (16+)	
13.25 «СЕРЬЕЗНЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)	13.30 «ВЛЮБИТЬ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (16+)	13.55 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН». (16+)	19.40 «ПОСЛЕДНЕЕ СЛОВО». (16+)	
15.05 «СУПРУЖЕСТВО». (16+)	15.30 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (12+)	15.50 «ЛУЧШИЙ И САМЫЙ ЯРКИЙ». (16+)	23.10 «ЭТО МЫ». (16+)	
16.30 «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА». (16+)	17.50, 18.30 «ВСЕ О ЕГО БЫВШЕЙ». (16+)	17.35 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК». (16+)	00.00 «ЗВЕЗДА». (16+)	
18.30 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)	19.20 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)	19.30 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)	02.25 «КАК ГРОМОМ ПОРАЖЕННЫЙ». (16+)	
20.30 «ДНЕВНИК КАРЬЕРИСТКИ». (16+)	20.50 «КАК ИЗВЕСТИ ЛЮБОВНИЦУ ЗА 7 ДНЕЙ». (16+)	21.00 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)	05.15 Джейми Оливер: Супер еда. (12+)	
22.05 «Я НЕ ЗНАЮ, КАК ОНА ДЕЛАЕТ ЭТО». (16+)	22.45 «ЛЮБОВЬ БЕЗ ПРАВИЛ». (16+)	22.25 «ОТКРОЙТЕ, ПОЛИЦИЯ!» (16+)		

ФЕНИКС+КИНО	TV 21 ВЕК	РОДНОЕ КИНО	КИНОСЕРИЯ
08.00, 16.00, 00.00 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА». (16+)	10.00, 18.00, 02.00 «ЖЕНСКИЙ РАЙ». (16+)	01.05 «СЫЩИК ПЕТЕР-БУРГСКОЙ ПОЛИЦИИ». (6+)	01.25, 02.20, 03.10, 04.00, 05.30, 06.20, 07.20, 08.15, 09.10, 10.00 «ТРИНАДЦАТЫЙ. XIII». (16+)
09.00, 10.00, 17.00, 18.00, 01.00, 02.00 «ДЕТИ ВАНУХИНА». (16+)	11.00, 19.00, 03.00 «РОКОВАЯ СТРАСТЬ». (16+)	02.45 «КАПИТАН НЕМО». (12+)	11.00, 12.00, 12.55, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ШЕЛЕСТЬ». (16+)
11.00, 12.00, 19.00, 20.00, 03.00, 04.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)	13.00, 21.00, 05.00 «ШОССЕ ВСТРЕЧ». (12+)	07.20 «МОЙ НЕЖНО ЛЮБИМЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)	1 сезон. Сериал. Детектив, криминал, боевик, Россия, 2016 г. В ролях: Владимир Зайцев, Сергей Чирков, Олег Тактаров
13.00, 21.00, 05.00 «НАД ТЕМНОЙ ВОДОЙ». (16+)	14.00, 22.40, 06.40 «САД». (12+)	09.00 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». (0+)	20.00 «ШЕРЛОК: СКАНДАЛ В БЕЛГРАВИИ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «МЕТОД ФРЕЙДА-2». (16+)	16.25, 00.25, 08.25 «СМЕРТЬ СВАДЕБНОГО СВИДЕТЕЛЯ». (16+)	11.55 «БЕРЕГИТЕ ЖЕНЩИН». (12+)	21.50 «ШЕРЛОК: СОБАКИ БАСКЕРВИЛЯ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ЛЮБОВНИЦА». (16+)	Драма, мелодрама, США, 2013 г.	14.30 «ПИТЕР FM». (12+)	23.35 «ШЕРЛОК: РЕЙХЕНБАХСКОЕ ПАДЕНИЕ». (16+)
	14.00, 22.40, 06.40 «САД». (12+)	16.15 «ОТПУСК В СЕНТЯБРЕ». (16+)	
	16.25, 00.25, 08.25 «СМЕРТЬ СВАДЕБНОГО СВИДЕТЕЛЯ». (16+)	19.00 «ДЕЖА ВЮ». (12+)	
	Драма, комедия, США, 2013 г.	21.00 «ЗАВИСТЬ БОГОВ». (16+)	
		23.40 «КАДКИНА ВСЯКИЙ ЗНАЕТ». (16+)	

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
00.00, 11.30, 15.30, 19.50 Хозяин. (12+)	00.05, 06.55, 12.15 Дикая кухня. (12+)	00.00, 13.30, 20.30 Фитнес по-взрослому с Еленой Санжаровской. (12+)
00.25, 04.25, 08.15, 12.15, 16.00 Старые дачи. (12+)	00.55 Охотничье оружие. Вопросы эксперту. (16+)	00.30, 03.00, 14.00, 21.00 ЙогаЛатес. (12+)
00.55, 04.50, 20.50 Сельсовет. (12+)	01.05, 05.05, 11.15, 17.40 Трофеи. (16+)	Лучшее, что есть в йоге и пилатесе, на одном занятии!
01.10, 05.05, 08.50, 12.50 Народные умельцы. (12+)	01.35, 05.30 В Индийском океане. (12+)	01.30, 17.00 Целебная кулинария от Пегги К. (6+)
01.40, 05.35, 09.20, 13.20 Миллион на чердаке. (12+)	02.00, 08.00, 19.30 Рыболовы. (12+)	02.00, 10.30, 16.30, 19.30 Фитнес-бук. (12+)
02.05 С пылу с жару. (12+)	02.35, 08.40, 20.00 Нахлыст. (12+)	02.30, 10.00 Велнес-меню. (12+)
02.20, 06.00, 09.50, 22.15 Фермерская жизнь. (12+)	03.00, 09.10, 15.35 Охота в Восточной Пруссии. (16+)	04.00, 05.30, 07.00, 08.30 Проснись со Стасом. (12+)
03.10, 06.50, 10.40, 14.40, 19.05, 23.10 Варенье. (12+)	03.30, 09.40, 21.05 Большой троллинг. (12+)	04.30, 06.00, 07.30, 09.00 PilatesУтро. (12+)
03.25, 07.00, 10.55, 14.55, 19.20, 23.25 Дизайн своими руками. (12+)	03.55 Популярная охота. (16+)	Пробудить свои разум и тело, получить заряд бодрости и быть в тонусе целый день Вам поможет утренний пилатес. Комплекс упражнений для всех частей тела по системе пилатес укрепит Ваши мышцы тела, улучшит баланс и координацию, а также снимет стресс. Встречайте новый день с занятиями пилатес!
03.55, 07.35 Праздник в доме. (12+)	04.10, 10.10, 21.35 На охотничьем тропе с Сергеем Астаховым. (16+)	04.45, 06.15, 07.45, 09.15 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
08.00, 12.00, 17.20 Вот блин! (12+)	04.35, 10.40, 22.05 Охота в Белоруссии. (16+)	05.00, 06.30, 08.00, 09.30 ЙогаУтро. (6+)
13.50, 18.05 Лучшие дома Австралии. (12+)	06.00, 22.35 Две на одного. Оружие. (16+)	11.00, 16.00 Йога для детей. (6+)
16.45 Искатели приключений. (12+)	06.15, 22.50 Привет, Малек! (6+)	11.30, 18.00 Фитнес-коллекция. (12+)
Трофи-рейд. Искатели приключений покоряют бездорожье в Вологодской области.	06.30, 23.10 Поймай и сними. (16+)	13.00, 23.30 Территория фитнеса. Кроссфит. (12+)
17.35, 21.45 Как поживаете? (12+)	07.45 Охотничьи традиции и этика. (16+)	15.00, 22.30 Опустевшее гнездо. (6+)
20.20 10 самых больших ошибок. (16+)	11.45, 19.00 Водный мир. (12+)	15.30, 20.00, 23.00 Территория фитнеса. Кардиоблондинки. (12+)
Сегодня мы рассмотрим 10 ошибок, которые люди часто совершают при консервации и мариновании. А также на примерах интересных блюд азиатской кухни мы расскажем, как их избежать.	13.00 Территория льда. (16+)	17.30, 22.00 ЙогаВечер. (6+)
21.10 Искатели приключений. (12+)	13.30 Такая жизнь - охота с Сергеем Бешенцевым. (16+)	
Искатели приключений отправляются в конный поход, а затем осваивают квадроциклы в Рязанской области.	14.00 Егерский кордон. (16+)	
	14.30 Рыбалка-шоу ТВ. (12+)	
	15.00 Охотник-одиночка. (16+)	
	16.05 На рыбалку с охотой. (12+)	
	16.40 Рыбалка сегодня. (16+)	
	16.50 Универсальный фидер. (12+)	
	17.20 Первый лед - последний лед. (12+)	
	18.10 Бристольский залив. (12+)	
	20.30 Охота в Удмуртии. (16+)	
	23.40 Спиннинг сегодня. (16+)	

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР	ПЯТНИЦА	Ю	РЕТРО
06.10 Мультфильмы. (0+)	05.00 Орел и решка. Шопинг. (16+)	05.15 Помешанные на чистоте. (12+)	00.20 Живая легенда. (12+)
06.15 Миллион вопросов о природе. (6+)	06.30 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)	09.00 В стиле. (16+)	01.10, 12.05 Дело темное. (16+)
06.30 Мультфильмы. (0+)	07.00 Орел и Решка. Перезагрузка. (12+)	Самая красивая девушка планеты раскрывает все секреты и знакомит с миром моды, молодости и здоровья. Мисс мира рассказывает, что диктуют нам модельеры и звездная элита, и стоит ли слепо подчиняться их советам. Как быть модной и красивой - просто о сложном. Глянцевый журнал оживает, недоступный мир красоты становится ближе и понятнее.	02.00, 06.00 «ЕСЕНИЯ». (12+)
07.05 Беларусь сегодня. (12+)	08.00 Орел и Решка. Америка. (16+)	09.25 Популярная правда: звездные преображения. (16+)	04.10, 09.15, 22.05 «Ты моя мелодия». Концерт. (12+)
07.35 Мультфильмы. (0+)	09.00 Орел и Решка. Перезагрузка-3. (16+)	10.30 Популярная правда: скандальные пары. (16+)	05.40 «Янтарный замок». Мультфильм. (6+)
08.05 Культ//Туризм. (16+)	10.00 Орел и Решка. Америка. (16+)	11.35 Обмен женами. (16+)	08.10 «Маугли. Битва». Мультфильм. (6+)
08.35 Мультфильмы. (0+)	11.00 Орел и Решка. Перезагрузка. (16+)	16.20 Дорогая, я забил. (12+)	08.30 «Маугли. Возвращение к людям». Мультфильм. (6+)
08.55 Ещё дешевле. (12+)	12.00 Я твоё счастье. (16+)	17.40 Папа попал. (12+)	08.55 «Можно и не лезть». Мультфильм. (6+)
09.25 Наше кино. История большой любви. (12+)	12.50 «1+1». (16+)	23.00 Ю-кино. «Я НЕ ЗНАЮ, КАК ОНА ДЕЛАЕТ ЭТО». (16+)	11.00 «Маугли. Ракша». Мультфильм. (6+)
10.00 Новости	14.50 Орел и Решка. Перезагрузка. (16+)	США, 2011 г. В ролях: Салли Джессика Паркер, Пирс Броснан, Грег Кинир	11.20 «Маугли. Похищение». Мультфильм. (6+)
10.15 «ТИХИЙ ДОН». (16+)	17.00 Орел и решка. По морям-3. (16+)	01.00 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)	11.40 «Маугли. Последняя охота Акелы». Мультфильм. (6+)
Социальная драма, СССР, 1957-1958 гг. В ролях: Пётр Глебов, Элина Быстрицкая, Даниил Ильченко, Анастасия Филиппова (Горина), Зинаида Кириенко, Николай Смирнов	19.00 Орел и решка. Мегалополисы. (16+)	04.05 Обмен жёнами. (16+)	12.55 «СТРАННАЯ ЛЮБОВЬ МАРТЫ АЙВЕРС». (16+)
21.45 «ОРУЖЕЙНЫЙ БАРОН». (16+)	21.00 Орел и Решка. Перезагрузка. (16+)		15.05 «ЛЮБОВЬ НЕ ПРОЩАЕТ». (16+)
23.55 «КОПЫ В ГЛУБОКОМ ЗАПАСЕ». (16+)	22.00 Орел и Решка. Америка. (16+)		16.20 «ШЕРБУРСКИЕ ЗОНТИКИ». (16+)
01.50, 02.45 «ВЕРСАЛЬ». (16+)	23.00 AgentShow. (16+)		18.00 Вечер музыки Микаэла Таривердиева. (12+)
03.40, 04.35 Правила моей кухни. (16+)	Собственное развлекательное шоу Насти Ивлеевой на «Пятнице!»		19.25, 20.50 «БРИЛЛИАНТЫ ДЛЯ ДИКТАТУРЫ ПРОПЕТАРИАТА». (16+)
05.35 Спроси. (12+)	00.00 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)		23.50 «ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ТЕТЯ!» (12+)
	02.20 Опасные гастроли. (16+)		
	04.30 «РЫЖИЕ». (16+)		

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC
00.00 Час истины. (12+)	06.20, 06.50, 07.20, 08.00 Невероятные изобретения. (12+)	06.00 Чудеса инженерии: Телескоп. (16+)
01.10 Российская летопись. (12+)	08.30 Музейные тайны. (12+)	В этой серии мы познакомимся с прорывными технологиями, которые позволили построить самый большой в мире телескоп - Большой Бинокулярный Телескоп. Этот телескоп находится на горе в Аризоне на высоте почти 3000 метров над уровнем моря. Подобно гигантскому глазу он всматривается в ночное небо.
01.30 На пути к Великой Победе. (12+)	09.15, 10.15, 11.10 Расцвет древних цивилизаций. (12+)	06.55, 07.50 Настоящий суперкар. (16+)
02.00 В поисках тайных святынь. (12+)	12.05, 12.55 Взрывная Земля. (12+)	08.50, 09.45, 10.35 Остров бунтарей. (16+)
02.45 История Отечества в портретах. (12+)	13.45, 14.15, 14.40, 15.05 Родовые проклятия. (12+)	11.25 Инстинкт выживания, Китай: Племя из Гуйчжоу. (16+)
03.05 Восход цивилизации. Как греки изменили мир. (12+)	15.35 Смертоносный интеллект. (12+)	12.20 Инстинкт выживания, Китай: Олени-бродяги. (16+)
04.00 Искусство войны. (12+)	16.25 Безумцы с «Батавии»	13.15 Диана: Утерянные кадры. (16+)
05.00 Наполеон. Освобождение. (12+)	17.15 Женщина в железном гробу	14.10, 15.20, 16.20, 17.20, 18.20 «ГЕНИИ». (16+)
06.00 Рыцари. (12+)	18.15 Возвращение Черной смерти. (12+)	19.20 Джейн. (16+)
07.00 Тайственная Франция. (12+)	19.10 Воительницы. (12+)	21.05 Секретные материалы древности: Тайна Жанны д'Арк. (16+)
08.00 Историда. (12+)	Агуджи из Западной Африки были ужасающим женским отрядом Дагомеи, маленького, но могущественного африканского королевства.	Жанна д'Арк - национальная героиня Франции, но ее жизнь полна мистики. В девятнадцать лет она командует французской армией. А впоследствии ее сжигают на костре, обвинив в колдовстве.
09.00 Берия. Тайны и факты. (12+)	20.00 Вторая мировая в цвете. (12+)	22.00 Осушить океан: глубокое погружение. (16+)
10.00 Америка до Колумба. (12+)	20.55 Падение империи	22.50, 00.05, 01.05, 02.05, 03.00 «ГЕНИИ». (16+)
11.00 Первая мировая. (12+)	22.00 Тайны египетских пирамид. (12+)	03.55, 04.45 В поисках правды: Атлантида. (16+)
12.00 «ПРОМОВЬ». (16+)	Археологи расшифровывают древний строителя пирамид, возрастом 4500 лет и узнают все больше подробностей о том, как строили пирамиды - как они перевозили каменные блоки, используя лишь мускульную силу?	05.35 Зона строительства. (16+)
14.00, 14.30, 15.00 Александр Великий. (12+)	23.00 Падение империи	
15.30 Русские праведники: Архимандрит Антонин (Капустин). (12+)	00.05 Российской империя: династия Романовых. (12+)	
16.00 «ИВАН ГРОЗНЫЙ». (12+)	01.10 Последнее путешествие Романовых. (12+)	
17.45 Секреты истории: Мария Королева-мученица, достойно встретившая смерть. (12+)	02.05 Тридцатилетняя война - Железный век. (12+)	
19.00 Обыкновенная история: Телескоп. (6+)	03.05 Запретная история. (12+)	
19.15 Историограф. (12+)	03.55, 04.40 Музейные тайны. (12+)	
20.00 Библиотеки России: Российская национальная библиотека. (6+)	05.30 Невероятные изобретения. (12+)	
20.30 Библиотеки России: От Святейшего Синода до Президентской библиотеки. (6+)		
21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00 1937. Год страха. (12+)		
23.30 Жил-был Дом: Академия художеств: наше всё. (12+)		

ANIMAL PLANET	DISCOVERY CHANNEL	TLC	TLC
06.00 Заповедная Аляска. (12+)	06.00, 06.30 Как это устроено? (12+)	06.00, 06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30 Жизнь на Карибах. (12+)	
07.00 Адская кошка. (12+)	07.00, 07.30 Как это сделано? (12+)	11.00 Шинкуют все: юные кулинары. (12+)	
08.00 Аквариумный бизнес. (12+)	08.00 Неизвестная экспедиция. (16+)	12.00 Моя большая свадьба. (16+)	
09.00, 10.00 На свободу с питбулем. (16+)	09.00 Золотая лихорадка. (16+)	Лучшие подруги Люси и Паула - владелицы свадебного салона в Западном Йоркшире для женщин размера «плюс». Смогут ли они помочь Сэм, Джемеи и Лорен найти платье мечты?	
11.00 Ремонт в приюте. (12+)	10.00 Разрушители легенд. Дети. (16+)	13.00 Моя полная жизнь. (16+)	
12.00 Центр реабилитации Аманды. (12+)	11.00 Музейные тайны: Кража космического корабля и другие истории. (12+)	15.00, 15.30, 16.00, 16.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)	
13.00 Невероятные бассейны. (12+)	12.00, 12.30 Мужские берлоги. (12+)	17.00 Оденся к свадьбе. (12+)	
14.00 Аквариумный бизнес. (12+)	13.00 Последние жители Аляски. (16+)	18.00 Барахольщики: деньги из хлама. (12+)	
15.00 Адская кошка. (12+)	14.00, 15.00 Игра камней. (16+)	19.00 Я вешу 300 кг. (16+)	
16.00 Дикие нравы Норт Вудса. (16+)	16.00, 16.30 Как это устроено? (12+)	21.00 Доктор «Прыщик». (16+)	

СПОРТ

МАТЧ: ИГРА	МАТЧ: ИГРА	EUROSPORT 1
06.00 Зимняя Универсиада-2019. Керлинг. Мужчины. Финал. Прямая трансляция из Красноярска	01.45 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Осло. Мужчины. (0+)	01.45 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Осло. Мужчины. (0+)
08.00 Регби. «Кубок Шести наций». Шотландия - Уэльс. (0+)	02.15, 09.00 Снукер. (0+)	02.15, 09.00 Снукер. (0+)
09.45, 20.40 Вся правда про... (12+)	03.00 Хоккей. НХЛ. Прямая трансляция. (0+)	03.00 Хоккей. НХЛ. Прямая трансляция. (0+)
10.00 Зимняя Универсиада-2019. Керлинг. Женщины. Финал. Прямая трансляция	05.45, 07.00 Теннис. АТР. «Мастерс». Индиан-Уэллс. Прямая трансляция. (0+)	05.45, 07.00 Теннис. АТР. «Мастерс». Индиан-Уэллс. Прямая трансляция. (0+)
13.00 Баскетбол. Евролига. Мужчины. ЦСКА - «Милан». (0+)	10.30, 10.45, 19.15 Автогонки. Формула Е. Гонконг. (0+)	10.30, 10.45, 19.15 Автогонки. Формула Е. Гонконг. (0+)
14.50 Команда мечты. (12+)	11.00 Автогонки. Формула Е. Гонконг. Гонка. Прямая трансляция. (0+)	11.00 Автогонки. Формула Е. Гонконг. Гонка. Прямая трансляция. (0+)
15.25 Зимняя Универсиада-2019. Хоккей. Женщины. 1/2 финала. Прямая трансляция из Красноярска	12.15, 12.45 Универсиада. Красноярск. Биатлон. (0+)	12.15, 12.45 Универсиада. Красноярск. Биатлон. (0+)
17.55 Регби. «Кубок Шести наций». Ирландия - Франция. Прямая трансляция	13.15 Горные лыжи. Кубок мира. Граньска-Гора. (0+)	13.15 Горные лыжи. Кубок мира. Граньска-Гора. (0+)
19.50 Баскетбол. Евролига. «Симфония в желтых тонах». (12+)	14.15 Горные лыжи. Кубок мира. Граньска-Гора. Прямая трансляция. (0+)	14.15 Горные лыжи. Кубок мира. Граньска-Гора. Прямая трансляция. (0+)
21.00, 04.00 Теннис. WTA. Прямая трансляция из Индиан-Уэллс	15.30, 18.15 Биатлон. Чемпионат мира. Эстерсунд. Прямая трансляция. (0+)	15.30, 18.15 Биатлон. Чемпионат мира. Эстерсунд. Прямая трансляция. (0+)
03.00 Специальный репортаж. (12+)	16.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Осло. Мужчины. HS 134. Прямая трансляция. (0+)	16.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Осло. Мужчины. HS 134. Прямая трансляция. (0+)
03.30 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)	19.45 Велоспорт. Париж - Ницца. 1-й этап. (0+)	19.45 Велоспорт. Париж - Ницца. 1-й этап. (0+)
	21.00, 21.25 Биатлон. Чемпионат мира. Эстерсунд. (0+)	21.00, 21.25 Биатлон. Чемпионат мира. Эстерсунд. (0+)
	21.55 Снукер. Players Championship. Престон. Прямая трансляция. (0+)	21.55 Снукер. Players Championship. Престон. Прямая трансляция. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ-ТВ
05.00 Золотая лихорадка. (16+)	12.00 Отпуск без путевки. Гавана. (16+)
08.00, 20.55 #ЯНАМУЗ-ТВ. (16+)	13.00 Ждите ответа. (16+)
09.00 PRO-обзор. (16+)	14.00 Премия МУЗ-ТВ-2006. (16+)
09.35 Караоке. (16+)	18.30 Звездный допрос. Прямой эфир. (16+)
10.30 Икона стиля с Анной Семенович. (16+)	19.10 Партийная ZONA. Прямой эфир. (16+)
Новый сезон. Лучшие фэшн-эксперты преобразуют героев выпуска и рассказывают о последних трендах в области моды, стиля и красоты.	22.00 Urban: Музыка больших городов-2019. (16+)
10.55 Русский чарт. (16+)	Десятки незаурядных и самых востребованных исполнителей отечественной современной музыки. (16+)
	23.30 10 секы. (16+)
	00.35 Неспиннер. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
06.00 «Машины сказки». «Сказки о маленьком Лисёнке». (0+)	05.00, 07.35 «Пёс Пэт». (6+)	05.00 «Смурфики». (0+)
06.20, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)	05.25 «Жужики». (6+)	06.50 «Волшебный фонарь». (0+)
07.00 «Паровозик Тишка». (0+)	06.15 «Хранитель Лев». (0+)	06.55 «Пляс-класс». (0+)
07.25 «Бобр добр. Ремонт». (0+)	06.40 «Микки и весёлые гонки». (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
08.00 «Роботар Полли и его друзья». (0+)	07.05 «Дружные мопсы». (0+)	07.30 «Пляс-класс». (0+)
08.30 «Сказочный патруль». (0+)	08.00 «Герои в масках». (0+)	07.40 «Бинг». (0+)
08.40, 21.30 «Лео и Тиг. Таинственная гостья». (0+)	08.35 «Мини-Малпеты». (0+)	Бинг - маленький зайчик, который ходит в детский сад вместе с другими зверятами. Там они общаются, играют, слушают воспитателей и учатся всему, чему только могут научиться малыши.
10.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)	09.30 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)	08.10 «Деревяшки». (0+)
14.00 «Смешарики». (0+)	12.00 «Рапунцель: История продолжается». (6+)	В деревянной стране в деревянных домиках живут милые Деревяшки - игрушки на колёсиках: поросёнок Хрю, лошадка Иго-го, собачка Гав-гав, слоник Ду-ду и котёнок Мяу.
15.00 «Йоко». (0+)	13.55 «Анастасия». (12+)	09.00 «Высокая кухня». (0+)
16.05 «Котики, вперед!» (0+)	15.55 «Красавица и Чудовище». (0+)	09.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
17.00 «Фиксики». (0+)	17.35 «Волшебный мир Белль». (0+)	10.40 «Пластилинка». (0+)
17.55 «Катя и Эф. Куда-то надо». (0+)	19.30 «Принцесса и Лягушка». (0+)	10.45 «Мастерская «Умелые ручки»: Бумажные цветы». (0+)
18.00 «Космос». Чудеса каждый день». (0+)	Добро пожаловать в мир принцессы Тианы! Здесь вас ждут говорящие лягушки, поющие аллигаторы и страдающие от неразделённых чувств светлячки.	Оберточная бумага такая яркая! Ну конечно Криворучка хочет из неё сделать подарок! Только как? Мастер Марина расскажет и покажет, как сделать из такой бумаги удивительные цветы. Все подробности - в новом выпуске программы «Мастерская «Умелые ручки».
18.10 «Лунтик и его друзья». (0+)	21.30 «ХАННА МОНТАНА. КИНО». (6+)	11.00 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)
19.00 МУЛЬТпремьер! «Деревяшки. Луна». «Волшебный фонарь. Рейнеке-Лис». «Котики, вперед!» (0+)	23.40 «ЗВЕЗДА СЦЕНЫ». (12+)	11.50 «Катя и Эф. Куда-то надо». (0+)
19.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	01.20 ПРОГРАММА ЗАЩИТЫ ПРИНЦЕСС. (6+)	12.30 «Детская утренняя почта». (6+)
20.00 Сказка на ночь. «Машины сказки». «Приключения поросёнка Фунтика». (0+)	02.50 «Красавица и Чудовище: Чудесное Рождество». (0+)	13.00 «Шиммер и Шайн». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)	03.55 «Аладдин». (0+)	13.50 «Барби: Дримтопия». (0+)
	04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)	В своих фантазиях малышка Челси придумала удивительный мир, который напоминает волшебную сказку.

ДЕТСКИЙ	ДЕТСКИЙ
06.02 «Новые, никому не известные приключения барона Мюнхгаузена». (6+)	05.00, 11.25 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
07.57 «Пчелогрофия». (6+)	07.00, 13.15, 17.55 «Magic Songs». (0+)
08.04, 23.58 «Раскраска». (0+)	07.05 «Союзмультфильм». (0+)
08.06 «4 машинки». (0+)	08.15, 15.40, 19.10 «Играем вместе». (0+)
08.18 «Мяу-Мяу». (0+)	08.20 «Облачный хлеб». (0+)
08.31 «Крокодил Гена». (6+)	09.40 «ТриО!» (0+)
08.51 «Чебурашка». (6+)	10.00 «Волки и овцы: б-е-е-е-зумное превращение». (6+)
09.10 «Шапоклёк». (6+)	11.20, 14.45, 16.40 «Мой музей». (0+)
09.29 «Чебурашка идет в школу». (6+)	12.20 «ТриО!» (0+)
09.38 «Кораблик». (0+)	13.35 «Летающие звери». (0+)
09.49 «Трубка и медведь». (12+)	14.50 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)
10.02 Микроистория. (6+)	15.45 «Поезд динозавров». (0+)
10.53 «Смурфики». (0+)	16.45 «Пег + Кот». (0+)
13.41 «ЗИП И ЗАП. КЛУБ СТЕКЛЯНЫХ ШАРИКОВ». (6+)	18.00 «Три богатыря и Морской царь». (6+)
15.13 «Чудеса среди бела дня». (6+)	19.15 «Йоко». (0+)
15.31, 21.53 Мультфильмы. (0+)	22.15 «Оранжевая королева». (0+)
16.12 «Веселая карусель». (6+)	22.20 «Облачный хлеб». (0+)
16.22 «Баранкин, будь человеком!» (0+)	22.35 «Царевны». (0+)
16.46 «Элька». (0+)	01.40 «ТриО!» (0+)
18.15 «Солан и Людвиг: Сырная гонка». (6+)	02.00 «Иван Царевич и Серый Волк-3». (6+)
19.36 «ПОТАПОВ, К ДОСКЕ!» (6+)	03.10 «Ангел Бэби». (0+)
21.14 Мультфильмы. (6+)	
22.42 Готовим с папой. (6+)	
23.00 Путешествуй с нами! (6+)	

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00 Я тебя люблю. (0+)	18.40, 22.30 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». (0+)
05.55 И будут двое... (0+)	20.00 Женская половина. (0+)
06.50 Я хочу ребенка. (0+)	21.00 Бесогон. Авторская программа Никиты Михалкова. (12+)
07.20 Царевич Димитрий Угличский. Цикл: День Ангела. (0+)	22.00 Щипков. (0+)
07.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)	23.50 День Патриарха. (0+)
08.15 Тайны сказок с Анной Ковальчук. (0+)	00.05 Сила духа. (0+)
08.30, 16.30 Две сестры. Кулинарная программа. (0+)	00.35 Вечность и Время. (0+)
09.00 Завет. (0+)	01.20 Завет. (0+)
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)	02.15 Бесогон. Авторская программа Никиты Михалкова. (12+)
13.00 Человек. (0+)	03.15 Вера в большом городе. (0+)
14.30 Встреча. (0+)	04.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
15.30 Святыни России. (0+)	04.30 Тайны сказок с Анной Ковальчук. (0+)
17.00 Парсуна. С Владимиром Легкой. (0+)	04.45 День Патриарха. (0+)
18.00 Не женское дело. (0+)	

Православный календарь

10 марта	Седмица сырная (Масленица) – сплошная.
	Воспоминание Адамова изгнания. Прощение воскресенье. Глас 8.
	Свт. Тарасия, патриарха Константинопольского. Сщмч. Александра пресвитера, прмч. Мстиславы. Сщмч. Николая пресвитера.
	Заговенье на Великий пост.

« Ты свои собственные планы поставляешь впереди планов Божиих, потому страдаешь. Доверием Богу и смирением решаются все проблемы». Старец Паисий Афонский

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе явно»

Ибо если вы будете прощать людям согрешения их, то простит и вам Отец ваш Небесный, а если не будете прощать людям согрешения их, то и Отец ваш не простит вам согрешений ваших. Также, когда почитаете, не будьте унылы, как лицемеры, ибо они принимают на себя мрачные лица, чтобы показаться людям постящимися. Истинно говорю вам, что они уже получают награду свою. А ты, когда постишься, помажь голову твою и умой лице твое,

чтобы явиться постящимся не пред людьми, но пред Отцом твоим, Который втайне; и Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе явно.

Не собирайте себе сокровищ на земле, где моль и ржа истребляют и где воры подкапывают и крадут, но собирайте себе сокровища на небе, где ни моль, ни ржа не истребляют и где воры не подкапывают и не крадут, ибо где сокровища ваши, там будет и сердце ваше.



Публикуемый отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах в воскресенье, 10 марта.

Комментирует
епископ
Феохист
(Игумнов)



Еще древние святые подвижники отмечали крайне неприятный факт: к любому, даже самому святому и благому человеческому делу неизбежно примешиваются гордость и самолюбие. В том числе и к посту. Господь Иисус Христос, прекрасно зная об этом грустном факте, накануне начала Великого поста дает замечательный инструмент для того, чтобы с его помощью мы постарались свести к минимуму проявление собственной гордыни и получить от поста всю возможную пользу для наших душ. Христос

Спаситель говорит, что во время поста мы не должны давать знать окружающим о том, что мы старательно проходим великопостное поприще, что мы несем великий подвиг, что нам непросто. Кроме того, что это признак гордыни, есть и еще один крайне важный момент. Унылый постный вид, грусть в связи с наступлением поста свидетельствуют против нас. Они облачают нас в преданности плоти. В самом деле, унылое выражение лица возникает у человека не только тогда, когда он в состоянии печали, но и тогда, когда ему скучно.

Церковь – пост, это прекрасная возможность чему-то научиться, чего-то достичь, что-то исправить, от чего-то избавиться и стать лучше. Это прекрасная возможность обновиться... Именно радость от предвосхищения новизны должна

лежать в основе нашего отношения к посту. Если же этого нет, если есть только печаль о мясе, сыре, молоке и кефире, то, очевидно, мы чего-то не услышали или же что-то недопоняли. Апостол Павел утверждал, что «пища не приближает нас к Богу: ибо, едим ли мы, ничего не приобретаем; не едим ли, ничего не теряем». Если же несмотря на все физические и интеллектуальные усилия печаль о сытной и вкусной пище нас не оставляет, то, пожалуй, не стоит и поститься. Ведь процитированные слова свидетельствуют, что пост не должен становиться обременением и целью, напротив, мера поста должна быть такой, чтобы человек мог испытывать радость и чтобы у него оставались силы для главного: для проявления любви, внимания и заботы к тем, кто в этом нуждается.

ДОРОГА К ХРАМУ

ЕСЛИ КОТ ДОРОГУ ПЕРЕЙДЕТ...

Какую молитву надо читать, когда дорогу перебегают чёрная кошка? Или надо плевать через левое плечо? Ведь чёрная кошка – плохой знак? В.К.

Не будьте суеверными, не верьте приметам. Промысел Божий нам никогда не известен. Господь говорил: «Если ты раскаиваешься и веришь, то по вере твоей да будет дано тебе».

МОЖНО ЛИ ФОТОГРАФИРОВАТЬСЯ НА ФОНЕ ИКОН?

Мы семьёй были на целебном роднике и сфотографировались в часовенке. Дома посмотрели внимательно фотографии и увидели, что наши фото получились на фоне икон. Можно ли фотографироваться на фоне икон? Семья Потаповых

Можно. Этими фотографиями вы выражаете сопричастность к Православной церкви, к Богу. Хорошо фотографироваться на фоне храмов и монастырей.

СКОЛЬКО СВЕЧЕЙ СТАВИТЬ В ХРАМЕ?

С сестрой разошлись во мнении. Она говорит, что в храме лучше поставить одну большую свечу «за здоровье» всей семьи. А я думаю, что лучше каждому из родственников поставить, на каждое имя. Как правильно? В.К.

Все зависит от вашего духовного состояния. Свеча – ваша жертва Богу, символ вашей молитвы. Можете чередовать свои решения – ставить одну или несколько свечей.

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+)

Все объявления на правах рекламы

ОКНА, ОСТЕКЛЕНИЕ

С НАМИ ТЕПЛО. УЮТНО. НАДЕЖНО!

ОКНА ПВХ

Окно от 2980 руб.

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

БАЛКОН от 2000 руб.

RENAU Немецкий профиль + фурнитура «Премиум-класса»

СКИДКА до 57%

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

ОКНА

ПВХ, ЕВРОДЕРЕВО

ОСТЕКЛЕНИЕ

Ремонт окон, жалюзи

ПВХ, АИ, дерево

СЕЗОННЫЕ СКИДКИ

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

РЕМОНТ

любой сложности

пластиковых, алюминиевых, деревянных

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

ГАРАНТИЯ 3 ГОДА

8 (495) 940-73-96
8 (905) 569-22-91

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

10 лет на рынке

Бесплатная консультация! Осталось лишь позвонить!

ОКНА и БАЛКОНЫ

под ключ

С бессрочной гарантией

С выгодой 55 %

+7 (495) 109 07 04

Теплосберегающее и жароотражающее стекло при заказе в подарок!

СтройБалконСервис

ОКНА

ПВХ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ ПО ВЫГОДНЫМ ЦЕНАМ

Цена включает: подоконник, отлив, откосы, демонтаж, монтаж

1100 1300 1300 1100

14700 руб. 18600 руб. 19000 руб.

RENAU КАЧЕСТВЕННЫЙ НЕМЕЦКИЙ ПРОФИЛЬ И ФУРНИТУРА

8 495 782 5448
8 495 961 3925

МОСКИТНАЯ СЕТКА В ПОДАРОК с 9.00 до 21.00 без выходных

БЕСПЛАТНЫЙ ЗАМЕР www.balkona.ru

ОКНА

ПВХ

ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ ООО «ЛАЙНОКНА»

от 6 000 р. от 9 000 р. от 10 000 р.

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

МЕБЕЛЬ

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

8-926-795-35-17 Обивка и ремонт мягкой мебели, кресел, кухонных уголков, кушеток, стульев. Изменение дизайна и формы изделия. БЕСПЛАТНО вывезем изделия в мастерские и привезем, также ремонт на дому. Гарантия 12 месяцев. Договор. Оценка по Ватсап, Вайбер. Огромный выбор материала. Тел. 8-926-795-35-17 мастер Оксана А.

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

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

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

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.ru

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

8 (495) 220-22-35, 8-905-541-22-85 Грузоперевозки, Переезды: Квартирные, Офисные, Дачные, мебельные фургоны, Специалисты (профгрузчики), разборка/сборка, Упаковка, под ключ. Разумные цены! 8 (495) 220-22-35, 8-905-541-22-85

8 (495) 744-78-52, 8-925-435-13-99 Грузовые и легковые перевозки недорого. Дачи. Грузчики. Квартирный переезд, упаковка. Сборка, разборка мебели. Индивидуальный подход к каждому клиенту. Утилизация мусора. 8 (495) 744-78-52, 8-925-435-13-99

8 (495) 997-65-40 Грузоперевозки, въезд в центр. Перевозки квартирные, дачные, офисные. Пианино, сейфы. Утилизация. При необходимости разберем, упакуем, соберем мебель. А также поможем расставить (развесить) мебель. Установим бытовую технику. Аккуратно, быстро, профессионально. Конкурентные цены. Сотрудники славяне. 8 (495) 997-65-40

8-903-522-29-71, 8 (495) 772-03-68 АВТОГРУЗОПЕРЕВОЗКИ. Газель 220 руб./час, 4 м – 300 руб./час. Мебельный фургон 18 куб. – 300 руб./час. Бычок – 350 руб./час. Пропуск центр, МО – 12 руб./км. Офисные, дачные, квартирные переезды. Трезвые грузчики – славяне. Очистка квартир от хлама. Гарантия подачи. Круглосуточно. Тел.: 8-903-522-29-71, 8 (495) 772-03-68

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

8-968-058-66-78, 8-916-624-10-58 Доставка, перевозки квартирные, дачные и т.д. Москва, МО, регионы. Работаю сам, БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ, диспетчеров и т.п. Время не ограничено. Грузчики есть. Въезд в центр. Цельнометаллический фургон Пежо-Боксер. Человеческий подход к делу. Без выходных и праздников. 8-968-058-66-78, 8-916-624-10-58

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

Коллекционер Дорого

Купит: ИКОНЫ, картины, фарфор, награды, открытки, фотографии, столовое и ювелирное серебро, золотые изделия (лом). Деньги сразу, выезд бесплатный.

8-495-797-05-24, 8-926-050-12-40, Михаил Петрович

В КОЛЛЕКЦИЮ ДОРОГО Награды, Ведомственные Знаки, Значки, Медали, Монеты, Грамоты, Банкноты, Подстанники, 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

8-916-359-05-00 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, 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(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

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

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

8-903-544-38-10 Коллекцию монет, значков, марок, фарфор, чугуна, статуэтки, Будду, наградные знаки, янтарь, подстанники, портсигар, коронки, ювелирные 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

8-916-929-09-41, 8-917-515-71-93 С БЛАГОДАРНОСТЬЮ куплю КНИГИ до 1945 г. А также до 1970 г. архивы, открытки, фото, значки, живопись, графику, игрушки в т.ч. елочные, предметы из стекла, фарфора, хрусталя, серебра, бронзы, чугуна, кости и др. ВСЕ О ДИРИЖАБЛЯХ. Тел.: 8-916-929-09-41, 8-917-515-71-93

8-916-155-34-82 Елочные игрушки, куклы, настольные игры, значки, картины, книги, монеты, мебель, открытки, посуду, подстанники, радиоаппаратуру, серебро, статуэтки и изделия из меди, бронзы, дерева, камня, чугуна, фарфора, янтаря; фотоаппараты, самовары, иконы. Выезд оценка на дом бесплатно! 8-916-155-34-82

Янтарь куплю дорого. СССР и Царская Россия: Статуэтки, подстанники, портсигары, значки, самовары угольные, серебро столовое, иконы, монеты, игрушки и куклы, игрушки елочные, открытки до 1940 г., шкатулки Палех, статуэтки Будды. Выезд в удобное для Вас время бесплатно. Тел. 8 (495) 643-72-12

8-903-777-32-88 Куплю советские календарики, фантики от конфет и шоколада, жвачку, старые духи, открытки, елочные игрушки, плюшевых медведей, железную дорогу, машинки, книги до 60 года, фарфоровые статуэтки и посуду, фотографии, предметы советского быта, военную форму, самовары. Тел. 8-903-777-32-88

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

НЕДВИЖИМОСТЬ

8 (495) 999-28-82 Квартиру/комнату СНИМУЮ на добросовестных хозяев. Чистота, порядок, современная оплата гарантирована. Срочно! 8 (495) 999-28-82

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

8-903-215-20-49 Женщина снимет квартиру в Москве у порядочных людей. Посредникам не беспокоить. 8-903-215-20-49

8-967-084-72-80 Продам дом деревянный 6х9 построен по каркасной технологии поэтому теплый и нет никакой усадки можно прописаться. На территории участка баня, сарай, беседка удобная планировка. Горячая и холодная вода в доме. На территории поселка зарыбленный пруд. Подробности по телефону. Осмотр в любое время. Есть бонус баня и сарай. Адрес: Калужская обл., Малоярославецкий район, д. Шумякина. СНТ «Трубицина», ул. Земляничная, д. 8, тел. 8-967-084-72-80

8-903-710-13-71, 8-968-954-57-94 Продаю 1 комн. кв. Истринский р-н, п. Онуфриево. 36, 6 кв.м., кухня 7,5 кв.м., коридор, лоджия, подвал, санузел совм. 2 эт./3-х эт. дома. Чистый воздух, озеро, лес, развитая инфраструктура, автобус, электричка. 1 млн. 650 тыс.р. СМС не читаю, звонить до 21.00. 8-903-710-13-71, 8-968-954-57-94

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

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

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

Все объявления на правах рекламы

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

★ Лучшая ремонтно-строительная компания 2017–2018 года*

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

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

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

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

ПРОФРЕМОНТ КВАРТИР:
Ремонт ПОЛОВ
Ремонт СТЕН
Ремонт ПОТОЛКОВ
Ремонт ВАННЫХ
комнат. Электрика.
НОВОСЕЛАМ, ПЕНСИОНЕРАМ **СКИДКА 30%**
8(962) 9-0000-91
ВЫЕЗД СПЕЦИАЛИСТА-БЕСПЛАТНО
ДОСТАВКА МАТЕРИАЛОВ, ПЕРЕДВИЖНАЯ МЕБЕЛЬ,
УСТРАНЕНИЕ НЕУДОБНОСТЕЙ, ВЫВЕЗЕМ МУСОРА.

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

■ 8 (495) 398-90-15, 8-910-431-40-62
Циклевка и лакировка паркета, покрытие
быстросохнущими экологически чистыми
лаками без запаха, работа производится
на профессиональном оборудовании с
пылесборниками, большой опыт работы.
Москвичи. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКИ. Под-
робности по тел.: 8 (495) 398-90-15, 8-910-
431-40-62

■ 8-925-415-08-08 Ремонт космети-
ческий и капитальный: квартир, ком-
нат, кухонь, ванные под ключ, уте-
пление и отделка балконов, лоджий.
Изготовление на заказ шкафов-купе,
кухонных гарнитуров. Натяжные по-
толки. Работаем без посредников,
без предоплаты! Договор! Гарантия
3 года! Тел. 8-925-415-08-08 без вы-
ходных

■ 8 (495) 723-87-03 Укладка ламината,
паркетной доски, линолеума. Установка две-
рей. Обивка балкона (дерево, пластик).
Сборка мебели, навес карнизов, люстр, по-
лок, картин и многое другое. Возможна до-
ставка материалов. 8 (495) 723-87-03

■ 8-905-501-65-49, 8 (495) 368-35-76
Ремонт квартир и комнат, лоджий. Уста-
новка дверей. Ламинат. Гипсокартон.
Электрика. Обои. Сборка мебели. 8-905-
501-65-49, 8 (495) 368-35-76 Роман

■ 8-926-605-10-77 Косметический ре-
монт за 3 дня! Идеальная чистота и ка-
чество. Обои, покраска, подготовка стен
и потолков, электрика, ламинат, пли-
нуса. Семейная пара – Слава и Ольга.
Доставка материалов. Пенсионерам
скидки! Работаем на результат. 8-905-
557-77-37

■ 8-925-102-43-73 Бригада. Ремонт
квартир. Плитка, ламинат. Гипсокартон.
Честный ремонт за честные деньги. Дого-
вор, гарантия. Тел. 8-925-102-43-73

■ 8-903-175-34-17, 8-968-468-69-07
Мастер на час. Ремонт квартир и офисов,
сантехника, электрика. Обивка, ремонт
дверей; замков (вскрытие и установка);
сборка и ремонт мебели и др. Без выход-
ных. Тел.: 8-903-175-34-17, 8-968-468-69-
07, Александр <http://masteralex.msk.ru/>
Только Москва и Мо

■ 8-977-255-40-28 Мелкий ремонт
квартир. Мастер на час. Электрика, сан-
техника, плитка. Сборка и разборка мебе-
ли. Тел. 8-977-255-40-28

■ 8 (495) 902-7712, 8-966-099-99-53
Профессиональная клейка всех видов
обоев, ремонт частично и под ключ. Мы
из Химки, работаем по всей Москве и Об-
ласти. Меня зовут Александр занимаюсь
ремонтам квартир 12 лет, работаю как
один так и с напарниками. Поэтому де-
шевле на все виды работ. Помощь в до-
ставке материалов. 8 (495) 902-7712,
8-966-099-99-53

■ 8 (495) 407-60-41, 8-965-16-17-485
КОСМЕТИЧЕСКИЙ РЕМОНТ КВАРТИР. СЕ-
МЕЙНАЯ ПАРА. Поклейка обоев любых
видов и сложности за 1 день. Возмо-
жно недорогая оклейка стен под сдачу.
Малярка. Покраска. Ламинат. Линоле-
ум. Ванна под ключ. Натяжные потолки.
Пенсионерам скидки. 8 (495) 407-60-41,
8-965-16-17-485

■ 8-985-039-70-07, 8-964-525-91-82
Александр Ремонт от мелкого до космети-
ческого Обои Потолки Ламинат Линолеум
Плинтуса Замена розеток выключателей
люстр Установка дверей Плиточные ра-
боты Установка сантехники Ремонт ванной
комнаты и другие работы. 8-985-039-70-
07, 8-964-525-91-82

СООБЩЕНИЯ

СООБЩЕНИЕ О ПРИЗНАНИИ АО «МАКС»
НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМИ БЛАНКОВ
СТРОГОЙ ОТЧЕТНОСТИ
АО «МАКС» сообщает, что нижеперече-
исленные бланки страховых полисов за пе-
риод с 01 по 15 февраля 2019 г. утрачены:
• Квитанция А7 с серий 0010: №№ 112494,
486000, 740382.
• Квитанция А7 с серий 0013: №№ 466887,
467651, 467741, 467743, 467946, 468028,
468872, 468876, 501210, 687219, 775590.
• Квитанция А7 с серий 0014: № 293796.
• Полис «Макс-Классика» (строение) серия 79-
№ 790236196.
АО «МАКС» не несет ответственность по
договорам, оформленным с использова-
нием вышеуказанных бланков.

КУПЛЮ

■ 8-985-938-08-26 Куплю грампласти-
нки, аудиотехнику, проигрыватель грам-
пластинок, фирменные аудиодиски CD,
различных стилей и направлений му-
зыки, куплю. Тел. 8-985-938-08-26

■ 8-903-125-40-10 Куплю РАДИОДЕТАЛИ
новые и б/у, можно на платах, переключате-
ли, реле, пускатели, разъемы, термопа-
ры, реохорды. Монеты. Значки, часы вре-
мен СССР. Тел. 8-903-125-40-10

■ 8-985-979-56-09 Куплю грампластинки,
радиоприемники, патефон, магнитолы из
«Березки». Акустику, колонки, усилитель.
Проигрыватель винила. Старинные фото-
аппараты. Часы, значки. Картины советских
художников СССР. Тел. 8-985-979-56-09

ЗДОРОВЬЕ

■ 8 (495) 728-79-66 Наркологическая
помощь 24 часа. Запой, алкоголизм, нар-
комания. Психиатрия, психотерапия. Бы-
стро, АНОНИМНО, КВАЛИФИЦИРОВАННО,
КАЧЕСТВЕННО, НЕДОРОГО! Круглосуточ-
но! Предъявителю объявления скидки!
WWW.DOCTOR-KASHIN.RU. 8 (495) 728-
79-66 Лиц. №ЛО-77-01-0012220 ИМЕЮТ-
СЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИ-
РУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

8 (495) 734-99-37
НАРКОЛОГИЯ
ПСИХОТЕРАПИЯ
Неврозы, Депрессии, Бессонница
МОСКВА И МО БЫСТРАЯ
ПОМОЩЬ
24ч АНОНИМНО
ТОЛЬКО ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ВРАЧИ!
Имеются противопоказания.
Проконсультируйтесь со специалистом

ЭКСТРЕННАЯ МЕДСЛУЖБА
Москва и область
ЗАПОИ
Быстрая помощь.
Выезд на дом.
24 ч
8(495) 721-61-05
8(495) 508-35-42
О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

НАРКОЛОГ
24ч НА ДОМ
Психотерапия
ГИПОКРАТ www.hippocrat.info
ЗАПОИ, КОД, АНОНИМНО
8 (495) 223-23-63
ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

ЖИВОТНЫЕ



ПРОШУ ВЕРНУТЬ
ЗА ВОЗНАГРАЖДЕНИЕ 50 000 руб.!!
Пропала 08.09.2018 г.
Порода «брюссельский гриффон».
Девочка. Есть клеймо.

8-917-513-86-30, 8-914-270-65-70

УНИЧТОЖЕНИЕ
НАСЕКОМЫХ

■ 8-800-100-45-22, 8-916-073-75-80
УНИЧТОЖИМ КЛОПОВ, ТАРАКАНОВ,
КРЫС. Обработка препаратами только
4 и 5 поколения. Защита от проникно-
вения (БАРЬЕР) входит в стоимость.
Цена в процессе обработки не меняет-
ся. Препараты безопасны для людей и
животных. Договор. Гарантия. Без вы-
ходных. 8-800-100-45-22. 8-916-073-
75-80, www.санитарыстолицы.рф

■ 8-982-790-94-98 Дезинсекция. Уничто-
жение насекомых и грызунов. По Москве
и МО. Гарантия на выполненные работы.
Тел. 8-982-790-94-98

■ 8 (495) 908-63-16 Профессиональное
уничтожение! Клопов, тараканов, моль,
чешуйница, клещей, крыс, мышей, гри-
бка плесени борщевик и тп. 100% гарантия
результата. Холодный туман! Качествен-
ные европейские препараты! Также ра-
ботаем с юр. лицами. сзс-столицы.рф Мы
вернем Вам покой! 24/7 консультация по
тел. 8 (495) 908-63-16

ЗНАКОМСТВА

■ 8-966-116-84-40 Интеллигентный
Москвич со своим жильем, без про-
блем, с в/о познакомлюсь с женщи-
ной худенькой до 48 размера, име-
ющей свое жилье в Москве или в
ближайшем Подмоскovie. Ведущую
здоровый образ жизни. До 50 лет. Для
серьезных отношений. Стройный, ка-
таюсь зимой на лыжах, умелые руки.
Тел. 8-966-116-84-40

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

■ 8 (495) 764-04-68 Сваха 2N – это ре-
альные знакомства для жизни до 90 лет.
Офис. www.dvanachala.ru, тел.: 8 (495)
764-04-68 и 8-916-362-67-13

■ 8-985-985-60-25 Абсолютно надеж-
но!!! 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
БЕЗБОЛЕЗНЕННОЕ УСЫПЛЕНИЕ
ВЕТРИТУАЛ
Mosvetaibolit24.ru

8 (495) 142-40-67, 8 (977) 927-97-37

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

БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

■ 8-910-420-37-76, 8 (499) 137-36-04
Пошив и ремонт головных уборов (в том
числе эксклюзивных). Из меха, фетра, ко-
жи и тканей. Более 500 готовых моделей.
8-910-420-37-76, 8 (499) 137-36-04 www.kokoshnik.ru

АВТО

■ 8 (495) 664-65-88, 8-926-313-90-00
АВТОВЫКУП МАКСИМАЛЬНО ДОРОГО!!!
АВАРИЙНЫЕ, БИТЫЕ, ПОДЕРЖАННЫЕ
автомобили всех марок купим ДОРО-
ГО в день обращения. Выезд, оценка,
снятие с учета. ЭВАКУАЦИЯ – Москва,
МО. БЕСПЛАТНО. РАСЧЕТ НА МЕСТЕ. ВЫ-
КУПАЕМ ДОРОЖЕ АВТОСАЛОНОВ. ПРО-
ФЕССИОНАЛИЗМ И ПОРЯДОЧНОСТЬ.
8 (495) 664-65-88, 8-926-313-90-00

ВЫКУП АВТОМОБИЛЕЙ БЕЗ ПОСРЕДНИ-
КОВ! Легковые, грузовые всех марок,
любых состояний, любого года выпуска,
а также после аварии, неисправные, без
документов, кредитные. ВЫЕЗД, оцен-
ка, переоформление БЕСПЛАТНО! ДЕНЬ-
ГИ 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 пробле-
мами. С запретом регистрационных
действий, арест, кредитные, без птс.
Старые, новые любере, 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) 995-06-07, 8-963-782-06-07
Автovyкуп. Абсолютно все автомобили по
Вашей цене. ВАЗ, ГАЗель, УАЗ. Иномарки.
Выезд специалиста бесплатно. Оформле-
ние в ГИБДД за наш счет. Тел.: 8 (495) 995-
06-07, 8-963-782-06-07, Владимир

СПЕЦПРЕДЛОЖЕНИЕ:
РЕМОНТ ВАННЫХ КОМНАТ С МАТЕРИАЛОМ ОТ **37 000Р.**
РЕМОНТ КОМНАТЫ С МАТЕРИАЛОМ ОТ **49 000Р.**
РЕМОНТ СПАЛЬНИ С МАТЕРИАЛАМИ И МЕБЕЛЬЮ ОТ **69 000 Р.**

при ремонте квартиры натяжные потолки в подарок.
при ремонте кухни под ключ - кухонный гарнитур в подарок.

Черновые работы от **3500** руб./кв.м.
Работаем по договору без предоплаты, гарантия на все виды работ!
Выезд замерщика в удобное для Вас время **бесплатно!**



(495) 792-97-58
с 9:00 до 20:00

сайт: domprofi24.ru
инстаграм: @domprofi24

ДЕРЕВЯННОЕ ДОМОСТРОЕНИЕ

ООО «ДАЧСТРОЙГРУПП»
<http://построитьдачу.рф>
В цену входят: материал, сборка,
доставка. Отделка: сайдинг,
блокхаус, имитация бруса.
Террасы, веранды.

8 (499) 165-61-33
ДОМА И БАНИ

БРУСОВЫЕ ДОМА с утепленной мансардой	
Размер	Цена*
5х4	248 000
6х4	286 000
6х5	318 000
6х6	368 000
6х8	519 000
6х9	593 000

БАНИ БРУСОВЫЕ	
Размер	Цена*
3х4	206 000
4х4	223 000
5х3	214 000
6х3	231 000
5х4	253 000
6х4	288 000

*Цены на базовую комплектацию

БРИГАДА СТРОИТЕЛЕЙ – ВСЕ виды
строит. работ из своего материала
или материала заказчика. Печи,
фундаменты, отмостки, бесед-
ки, сайдинги, кровля, внутренняя
отделка, крыши, дорожки из плит-
ки. Реставрация старых домов и др.
Пенсионерам СКИДКА 25%. Работаем
БЕЗ предоплаты. **8-906-740-38-
95, 8-905-139-71-37**

РЕКЛАМА
В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»:
8 (495) 792-47-73

Все объявления на правах рекламы

ДВЕРИ

ЗАВОД МЕТАЛЛОКОНСТРУКЦИЙ от 3450 Р
СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ
 ГАРАЖНЫЕ ВОРОТА • РЕШЕТКИ
 СТАВНИ • КОЗЫРЬКИ • ОГРАДЫ

ОТДЕЛКА: порошковое напыление
NEW! КРОКОДИЛ, винилискожа,
 ламинат, МДФ, шпон, филенка
 массив дуба, кованные изделия

ПРОТИВОПОЖАРНЫЕ ДВЕРИ

ЗАМЕР, доставка, установка — БЕСПЛАТНО
 КИТАЙСКИХ ДВЕРЕЙ НЕТ • СПЕЦУСЛОВИЯ ОПТОВИКАМ И ДИЛерам
8-495-792-29-89 • 8-495-960-52-72 • 24 ч

ВЕСЕННИЕ СКИДКИ • пенсионерам до 15%
ДВЕРИ 8-499-341-19-15
 8-925-501-17-41
 Цены действуют до 15/03/2019
 • от производителя • ЗАМЕР • ДОСТАВКА • УСТАНОВКА

СКИДКИ К 8 МАРТА!

от 2490р комплект от 4490р комплект от 4890р комплект от 6490р комплект

• ламинат • ПВХ/эмаль • эконошпон/шпон • стальные

РАБОТА

Крупная торговая компания по распространению печатной продукции приглашает на работу:

ПРОДАВЦОВ печатной продукции (уличная торговля)

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

ПРОДАВЦОВ печатной продукции (гор. лоток)

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

ПРОДАВЦОВ печатной продукции (киоск)

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

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

ФИНАНСЫ

■ **8 (499) 909-00-18** Займы пенсионерам и не только. Ставки снижены в 2 раза. ООО МКК «Евраз». ОГРН 1155958009811. Свид. ЦБ 001503357006693. Тел. 8 (499) 909-00-18

ДЕНЬГИ
 под ЗАЛОГ ЛЮБОЙ
 НЕДВИЖИМОСТИ!
8 (495) 108-75-90

ДЕНЬГИ
 без предоплат и отказов
 пенсионерам спецпредложение
8-915-381-74-02

ДЕНЬГИ без предоплаты от 10 до 14% годовых, от 10 тыс. руб. до 1 млн. руб., до 5 лет, гр. РФ, работающим, безработным, судимым. СПЕЦПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ! Тел.: 8 (495) 205-89-47, 8-917-585-42-85 ООО МКК «ЗОЛОТОФФ» рег. № 651403397005590 ОГРН 1142130010109 СРО «Единство»

■ **8-926-736-79-05** Даём займ наличными до 50 000 руб. от 0,6 % Возраст до 80 лет. Без залога и поручителей. Пенсионерам особые условия! Честно! Быстро! Доступно! м.Пл.Ильича/м.Римская: 8-925-063-49-19 или м. Алтуфьево: 8-926-736-79-05. ООО МКК «Благотель», рег. 1703046008545, ОГРН1175024022172, СРО «Мир» рег. 50000935

ДЕРЕВООБРАБАТЫВАЮЩИЙ КОМБИНАТ
ДВЕРИ АРКИ
 АНТРЕСОЛИ
 ШКАФЫ
 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.

ДВЕРИ
РАСПРОДАЖА
 по низким оптовым ценам
 более 1000 моделей
ВХОДНЫЕ МЕЖКОМНАТНЫЕ ДЛЯ КУХНИ ВАННОЙ И ТУАЛЕТА
ШКАФЫ-КУПЕ ОКНА ПВХ
СКИДКА 15%*
 *до 31/03/2019
БЕСПЛАТНО: ЗАМЕР+ДОСТАВКА
 www.zakaz-dvery.ru
 Телефон: **8(495) 151-10-04**

■ **8-926-979-92-67** Технолог с опытом работы на швейное производство. Пошив верхней женской одежды. Работа 5/2. Район Перово. Тел. 8-926-979-92-67

■ **8-926-979-92-67** Раскройщик на швейное производство. Пошив женской верхней одежды. Работа 5/2. Район Перово. Тел. 8-926-979-92-67

■ **8-968-665-20-06** Продавец гос. лотерейных билетов. 3/п от 20 000 руб. Разные районы Москвы. Бесплатное обучение 2 дня. График: 7/7 (7 работаете – 7 отдыхаете) с 10:00 до 20:00; с 10:00 до 21:00. Возможны подработки. Знание ПК на уровне пользователя. Отличная работа для пенсионеров. 8-968-665-20-06

МБК БОЛЬШЕ ЧЕМ БАНК
(495) 99-888-96
www.mbk-credit.ru
от 350 000 руб.
в день обращения
Без справок и залога
Без поручителей
От 14% годовых от 5 лет
 ООО МКК «МБК плюс» ОГРН 1187746166354, Реестр ЦБ РФ Рег № 1803045008794
1 МИНУТА ПЕШКОМ ОТ СТ. МЕТРО «КИТАЙ-ГОРОД»

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА

■ **8 (495) 991-32-90, 8-925-840-44-54** РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ на дому, ЕЖЕДНЕВНО, недорого, с гарантией. Москва и Подмосковье. **ВЫСОКОЕ КАЧЕСТВО РЕМОНТА!** Выезд на ремонт бесплатно. АКЦИЯ: СКИДКИ ВСЕМ! 8 (495) 991-32-90, 8-925-840-44-54

■ **8 (495) 175-43-71, 8-963-711-51-48** РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ Городская мастерская производит РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ на дому марок СТИНОЛ, ИНДЕЗИТ, АТЛАНТ, МИНСК, ЗИЛ, САРАТОВ, ОКА, БИРЮСА, SAMSUNG, ELECTROLUX, и др. Качество гарантируем. Пенсионерам и льготникам скидка до 30%. Без выходных. **ВЫЗОВ БЕСПЛАТНО.** 8 (495) 175-43-71, 8-963-711-51-48

■ **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 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

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ! Консультация по телефону/очная для жителей Москвы, подмосковья и граждан СНГ. **Телефон круглосуточной горячей линии: 8 (499) 322-05-19** ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!

■ **8 (495) 101-01-41** Социальный юридический центр. Правовая помощь населению Москвы и МО. БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ. Ведущие юристы и адвокаты. Опыт работы более 20 лет! **Льготы пенсионерам, ветеранам, инвалидам! ПОМОЖЕМ! ЗВОНИТЕ!** Тел. 8 (495) 101-01-41

■ **8 (495) 210-25-63, 8 (495) 969-66-51** Адвокаты. Уголов. и гражд. дела (в т.ч. убийства, мошеннич., наркотики, экономич., должност. взятки и др.; возврат кв-ры; споры по недвиж., имущество, жилищ., наследств., земельн., семейные споры). www.faitulin.ru Тел.: 8 (495) 210-25-63, 8 (495) 969-66-51

■ **8-925-367-16-09** Списание долгов. Банкротство физических лиц. Оплата за услуги исключительно по результату. 8-925-367-16-09

■ **8 (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

РЕМОНТ ТЕХНИКИ НА ДОМУ от 400 руб. СКИДКА 20%
-СТИРАЛЬНЫХ МАШИН -ХОЛОДИЛЬНИКОВ -ЭЛЕКТРОПЛИТ
ЗВОНИТЕ! МЫ ВАМ ПОМОЖЕМ!
8-495-369-62-35

■ **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

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

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

■ **8 (495) 675-88-58, 8-929-675-89-58, 8-916-363-21-18** МАГАЗИН ЗАПЧАСТЕЙ для холодильников и бытовой техники. Ул. Автозаводская, д. 17, корпус 3, этаж 2-й, офис 102. РЕМОНТ бытовой техники, стиральных машин, холодильников. Замена резины на все модели. 8 (495) 675-88-58, 8-929-675-89-58, 8-916-363-21-18

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) 233-03-38** ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ЗАЩИТЫ ПРАВ РАСТОРЖЕНИЕ ДОГОВОРОВ РЕНТЫ, ВОЗВРАТ ВКЛАДОВ, жилищные и иные споры, бесплатные консультации, без обеды и выходных. 8 (495) 233-03-38

Социальный юридический центр. Правовая помощь населению Москвы и МО. БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ. Ведущие Юристы и адвокаты. Опыт работы более 20 лет! Льготы пенсионерам, ветеранам, инвалидам! ПОМОЖЕМ! ЗВОНИТЕ! Тел. **8 (495) 205-92-69**

■ **8 (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 распродадим квартиру. Выпишем из квартиры. Наследство. Семейные споры. Автодела. Банкротство физлиц. www.socuristy.ru. 8 (499) 409-91-42

*Будьте бдительны. Объявления, не содержащие официальных названий и лицензий банков, КПК, МФО и ломбардов не являются рекламой банковских, страховых и иных финансовых услуг. Объявления, в которых предлагаются посреднические услуги, означают информационное консультирование при осуществлении сделок между вами и банковскими, страховыми и иными финансовыми организациями.

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

Отдел рекламы газеты «ТЕЛЕК» 8 (495) 792-47-73, м. «Кожуховская»	ООО «Арт Коруна» 8 (495) 944-30-07, 8 (495) 944-22-07, м. «Планерная», дизайн-макет БЕСПЛАТНО	РА «Информ Экспресс» 8 (495) 543-99-11, м. «Ленинский проспект»
РА «Манго АДВ» 8 (495) 646-03-83, м. «Преображенская площадь», выезд менеджера бесплатно	РА «Вариант +» 8-901-517-33-81, м. «Текстильщики», курьер БЕСПЛАТНО	РА ООО «ГРИН КЛАССИК» 8 (495) 926-38-00, многоканальный, м. «Семеновская», курьер бесплатно
РА «Мир рекламы» 8 (495) 228-06-30, м. «ВДНХ», выезд курьера бесплатно	Stroki.info (ООО «Магазин рекламы») 8 (495) 669-31-55, 8 (495) 778-12-38, м. «Шоссе Энтузиастов»	РА «Реклама 21 век» 8 (495) 724-72-01, м. «Солнцево», курьер бесплатно
РА «ИМедиаКом» 8 (495) 933-44-48, м. «Румянцев»	ООО «АРТ ФБР медиа» 8 (495) 787-34-65 / 66 / 69, м. «Дмитровская»	ООО «Адали групп» 8 (495) 979-39-68, м. «Нагорная»
РА «Солидарность-Паблицер» 8 (499) 530-29-07, 8 (499) 530-24-73, м. «Аэропорт, курьер бесплатно	ООО «100МЕДИА.РУ» 8 (495) 961-00-97, м. «Арбатская», круглосуточно	РА «Справка» 8-968-863-29-10, м. «Алексеевская»

Ликвидация! Скидки до 60%!



2500р.
990р.

Кожаная сумка «Пэчворк»

Молочно-бежевая кожа и элегантная золотая фурнитура делают эту сумку ультрамодной! Вместительная сумка через плечо со множеством отделений идеальна для любых ситуаций и оставляет руки свободными! 2 больших отделения, внутренний карман, 2 наружных кармана – на молнии. Длинный ремешок. Материал: кожа, ПВХ. Размер: 21,5 x 28 x 10,2 см. Длина ремня: 130 см. КНР.



2500р.
990р.

Красная сумка «Фрида»

Большая и красивая – эта сумка насыщенного красного цвета не только практична, но и очень неординарна! Подходит для ярких натур, которые не боятся быть заметными! Размер: 40 x 13,5 x 32 см. Материал: мягкая искусственная кожа, подкладка из нейлона, молния.



2500р.
990р.

Классическая сумка «Джейн»

Сумка в богемном стиле квадратной формы с плетеными ручками из мягкой искусственной кожи идеальна на каждый день и для офиса, и для отдыха! Размер: 42 x 11 x 30 см. Материал: мягкая искусственная кожа, подкладка из нейлона, молния. Плетеные ручки, внешний карман на молнии.



950р.
699р.

Духи «Красная Москва»

Созданные еще до революции для императрицы Марии Федоровны, они стали любимыми духами тысяч советских женщин и ассоциируются с изящной теплотой, игривой и кокетливой томностью, мелодичной, пластичной певучестью. Объем 42 мл. Новая Заря, Россия.

Комплект постельного белья «Жостово»

Представлен в виде техники «жостовской росписи» – черного полотна, на котором эффектно смотрятся яркие букеты цветов. Материал: бязь (100% хлопок). Размер: 1,5-спальный, 2-спальный, евро, Россия.



1,5-сп. 2100р.
1999р.

2-сп. 3000р.
2199р.

евро 3400р.
2399р.



Комплект штор «Озеро», 2 шт.

Выполнен из качественного габардина и украшен акварельным пейзажем. Материал: габардин. Размер: 2 шт. по 150 x 270 см. Россия.

4000р.
2999р.



1100р.
599р.

800р.
399р.

1. Драгоценная цепочка

Серебряная цепочка для комплекта с подвесками. Материал: серебро 925. Вес: 1,8 гр. Длина: 55 см. Алмаз-Холдинг, Россия.

2. Подвеска «Матрона Московская»
Матрона Московская – покровительница всех верующих. Позолоченная натальная икона с серебряным изображением святой – опора и поддержка на всем жизненном пути. Материал: серебро 925/позолота/родий. Вес: 0,75 г. Ювелирная компания «Амбер», Россия.



Подушка декоративная
Она создает атмосферу уюта и комфорта. Наволочка на молнии. Материал: атлас (100% п/э). Размер: 35 x 35 см +/- 3 см. Россия.

700р.
499р.

1. Сибирская красавица
2. Сибирская королева

Скатерть «Очарование»

Эта жаккардовая скатерть не даст усадку, не потускнеет и не сомнется от стирки. По ней не будет скользить посуда, и даже посаженное пятно можно будет легко вывести. Материал: 100% полиэстер. Размер: 150 x 100 см. Россия.



800р.
399р.



Пояс турмалиновый с магнитами

Турмалиновый пояс с магнитами может способствовать избавлению от проблем и дискомфорта в пояснице. Пояс незаметен под одеждой. Внимание! Не является лекарственным средством. Материал: нейлон, турмалин, магниты – 17 шт. Размер: 110 см. КНР.

700р.
499р.



Магнитное кольцо для похудения
Это кольцо создает магнитное поле, которое может способствовать снятию стресса, поддержанию давления, снижению аппетита и, как следствие, потере лишнего веса. Материал: недорогой металл с магнитом и гальваническим покрытием. Размер: универсальный. КНР.

700р.
399р.



650р.
399р.

Пластырь на живот для похудения
Средство для поддержания стройной и красивой фигуры – пластырь для похудения! Содержит активные ингредиенты, способствующие расщеплению жировых клеток. Пластырь можно носить в течение рабочего дня, ночью. Размер: 31,5x20 см. В упаковке 5 шт. КНР.



50 x 70 см 600р.
399р.

70 x 70 см 800р.
499р.

140 x 200 см 1450р.
799р.

170 x 200 см 1700р.
999р.

210 x 200 см 1900р.
1299р.

«Бамбук»

1. Подушка с наполнителем
2. Одеяло стеганое с наполнителем
Бамбуковое волокно – экологически чистый, гипоаллергенный, комфортный материал, способствующий уничтожению бактерий. Материал: 100% п/э, наполнитель – бамбуковое волокно. Цвет чехла в ассортименте. Россия.

МОЙ МИР
moymir.ru

Звонок по России и с городского,
и с мобильного **БЕСПЛАТНО:**

8 (800) 250-21-76

код заказа:
PM-19-204-ТЕЛ-МН

Минимальная сумма заказа составляет 400 рублей без учета сервисного сбора. Сервисный сбор, стоимость доставки и пересылка перевода наложенным платежом оплачиваются дополнительно. Сервисный сбор составляет 99 руб. Стоимость почтовой доставки соответствует тарифам ФГУП «Почта России». Стоимость пересылки перевода наложенным платежом соответствует 2% от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: АО «Мой Мир», ОГРН 1107746773331, адрес: 105523, город Москва, Щелковское шоссе, дом 100, корпус 1, офис 2040. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок и срок службы в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок годности в данном предложении – не более 1 года (если не указан иной срок). Предложение действительно до 15.06.2019 г. при условии наличия товара на складе. Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода PM-19-204-ТЕЛ-МН. Реклама.

Ваши лучшие покупки!

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ!

Палочки для очистки водосточных труб

+ ПОДАРОК!

390 руб.

Палочки Sani Sticks – это быстрый и эффективный способ устранить засор или неприятный запах в трубах не прибегая к помощи сантехника. Опустите их в слив раковины или ванны, полностью погрузив ее в водосточную трубу. Концентрат, входящий в состав - это смесь энзимов и ферментов, попадая в воду он начинает действовать мгновенно. Они расщепляют остатки пищи, моющих средств, жир и волосы. Вы можете забыть о забившейся раковине или сливном отверстии душевой кабины. Одной упаковки хватит на ГОД! **КУПИ ОДНУ И ПОЛУЧИ ВТОРУЮ В ПОДАРОК!** Количество ограничено.



НОВИНКА

Электропростыня

1990 руб. 1790 руб.

Электроплед

2990 руб. 2490 руб.

Дома, в квартире, на даче, в коттедже, на природе вы можете спать в тепле и дышать свежим воздухом всю ночь! Вы забудете о сырости в постели! Снимает мышечное напряжение, расслабляет организм! Диван станет источать приятное комфортное тепло, даже когда вы сидите на нем! Вы сможете обогреться почти даром! (1 коп./час). Позволяет спать в помещении с t около нуля градусов! Полная безопасность благодаря новой австрийской технологии! Покрытие из 100% натуральной х/б ткани. Вы сможете быть на даче дольше на 3-4 месяца в году. Сделано в России.



Одеяло-плед с рукавами

1990 руб. 990 руб.

Когда в квартире ещё не включили отопление, а на улице заметно похолодало, такой плед станет настоящим спасением. Плед изготовлен из мягкого флиса, пушистый и приятный на ощупь. Имеет рукава, которые освобождают руки. Укутайтесь в плед и продолжайте делать любимые дела (читайте книгу, делайте уроки или работайте за ноутбуком). Вяжите носочки или играйте в настольные игры. Пейте чай или другой согревающий напиток). На даче, в квартире или в частном доме он просто незаменим. Сделано в России.



Пила универсальная Роторайзер

4990 руб. 2990 руб.

Роторайзер - уникальный инструмент, который позволит работать с любыми материалами: плотными породами деревьев, ламинатом, фанерой и гипсокартоном, керамической плиткой, каменными блоками, мрамором и гранитом, коммутационными досками, ковровыми покрытиями, металлом. С помощью этой пилы вы можете резать металл горизонтально или вертикально, прямыми и выгнутыми линиями, методом вырезания или врезания. Пила заменит: лобзик, дисковую пилу, слесарную ножовку и пилу для резания плитки (черепицы).



Мини удочка «Fish pen» (Фиш пен)

1810 руб. 990 руб.

Главное преимущество мини удочки по сравнению с громоздкими удочками в том, что она всегда будет с вами на случай непредвиденной рыбалки. В сложенном виде ее длина достигает всего 20 см. В наборе все необходимое — крючки, грузило, катушка с леской и само удилище, складывающееся из небольшого футляра телескопически почти на метр. Метровая длина удочки комфортна для ловли с лодки, пирса или мостков, а для водоема с заросшим берегом карманная мини удочка вообще идеальный вариант. Подледный лов тоже будет удобным с такой длиной удилища. Аккуратная и удобная катушка порадует настоящих эстетов рыбной ловли. Удочка выполнена из карбона и сплава алюминия, что позволяет выуживать крупную рыбу.



Отпугиватель грызунов и насекомых

1290 руб. 990 руб.

Устройство предназначено для отпугивания тараканов, 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 домашнихцев. И в него встроены уютный ночник.



«Чудо-шланг» + ПОДАРОК!

30 м - 990 руб.

45 м - 1390 руб.

60 м - 1790 руб.

Уникальный* шланг состоит из внутреннего жесткого резинового шланга и внешнего - износостойкого из нейлона. *Конструкция «два в одном» позволяет шлангу увеличиваться в размерах до 3-х раз от своего изначального размера под напором воды! Благодаря такой конструкции шланга вы забудете про изломы и скручивания в процессе использования. Компактен и занимает мало места при хранении или перевозке.

Купите «Чудо-шланг» и получите разнорезимный садовый пистолет в ПОДАРОК!



Часы - музыкальный проектор звездного неба

1290 руб. 990 руб.

Календарь до 2099 года показывает полную дату и время, год и день недели. С помощью встроенного в проектор комнатного термометра можно измерять температуру и в Цельсиях, и в Фаренгейтах. Будильник проигрывает 10 мелодий: журчание воды, шум морской волны, шум ветра и классическую музыку. Компактный. Проецирует звездное небо. Отличный подарок детям!



Щетка магнитная для мытья окон с двух сторон одновременно

1490 руб. 790 руб.

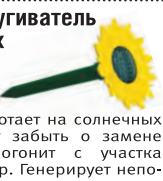
Щетка с магнитами не представляет из себя сложного устройства, но как мы знаем, все гениальное - просто! Ее конструкция - это просто две щетки, но главное их свойство - магниты. Щетки притягиваются друг к другу, и между ними помещается стекло. Больше не будет необходимости балансировать на краю открытого окна и Вам всё равно, на каком этаже Вы находитесь, поскольку человек производящий уборку находится внутри помещения. Вы легко pomoете окна, которые совсем не открываются или на них стоит решетка. С магнитной щеткой Вы убедитесь в отличном качестве уборки. Она одновременно моет водой и сразу же вытирает насухо. Чистые окна, без разводов гарантированы!



Ультразвуковой отпугиватель кротов на солнечных батареях

1750 руб. 990 руб.

Отпугиватель кротов работает на солнечных батареях, что позволяет забыть о замене обычных батареек! Прогонит с участка кротов, крыс, мышей и др. Генерирует неповторяющееся ультразвуковое излучение, к которому невозможно адаптироваться - вредители уходят быстро и не возвращаются. Площадь воздействия до 350 м. кв. Отпугиватель крото безопасен для людей и домашних животных.



Говорящий хомяк Woody O'time (Original)

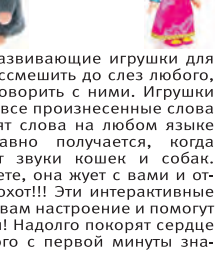
1790 руб. 990 руб.

Эти уникальные, развивающие игрушки для детей способны рассмешить до слез любого, попытавшегося заговорить с ними. Игрушки повторяют за вами все произнесенные слова и звуки, произносят слова на любом языке мира, очень забавно получается, когда игрушка повторяет звуки кошек и собак. Когда вы что-то жуете, она жует с вами и отлично имитирует хохот!!! Эти интерактивные игрушки поднимут вам настроение и помогут развеселить друзей! Надолго покорают сердце ребенка и взрослого с первой минуты знакомства.



Маша-повторяша

1790 руб. 1190 руб.



Прибор для удаления волос + ПОДАРОК!

1520 руб. 1190 руб.

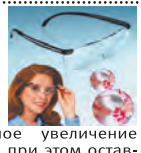
Прибор быстро и безболезненно удалит нежелательные волосы над губой, на щеках, подбородке, в зоне подмышек, на ногах и в зоне бикини. Удаляет волосы на корневом уровне. **Маникюрный набор в подарок!**



Увеличительные очки-лупа Big Vision (Биг Висон)

1590 руб. 790 руб.

Очки-лупа дают визуальное увеличение любого предмета на 160% и при этом оставляют руки свободными, они прекрасно подходят для чтения, шитья и выполнения всевозможных работ, требующих большой точности! Не является медицинским изделием.



Мобильный шкаф для одежды из ткани

3990 руб. 2990 руб.

Дешевая мебель из ДСП быстро теряет внешний вид, а долговечная мебель из массива стоит дорого. Если бюджет ограничен, а Вам срочно требуется новый вместительный шкаф, купите мобильный шкаф для одежды из ткани. Он быстро собирается, выглядит очень современно и необычайно удобен в эксплуатации. Мобильный шкаф для одежды из ткани имеет множество глубоких полок, что позволит вам вместить все необходимое. Красивый и солидный на вид тканевый чехол и устойчивый, 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, сглаживает перепады и обеспечивает поддержку спины. Скручивается в рулон, легко поместится на полку в шкафу.

Проточный кран-водонагреватель

1990 руб.

С душем + ДУШ

2490 руб.

Забудьте о проблемах с горячей водой с проточным краном-водонагревателем! Нагревает воду за несколько секунд, можно регулировать температуру. Идеальный вариант для дома и дачи. Существенно экономит электроэнергию! Устанавливается всего за пару минут.



Электрический консервный нож Момент

990 руб. 690 руб.

Легко открывает консервные банки с помощью одного прикосновения! Просто положите нож на поверхность крышки и нажмите кнопку. «Умный робот» сам подстраивается под любой диаметр крышки! Отставляет края крышки гладкими и ровными. В подарок ключ, который открывает любые винтовые крышки!



Бюстгальтер корректирующий Ах Бра

1710 руб. 990 руб.

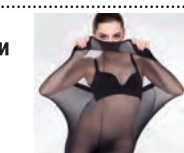
В комплекте 3 бюстгальтера «Ах Бра» Обеспечивает необходимую поддержку груди и максимальный комфорт без петелек, крючков, швов и косточек; не собирается складками и не сдавливает по бокам; делает декольте соблазнительным; эластичный, не ограничивает движений, удобно заниматься спортом. Размеры: S 76-81 см, M 86-91 см, L 96-101 см, XL 106-111 см, XXL 106-121 см.



Нервущиеся японские колготки (Черные или телесные)

1290 руб. 790 руб.

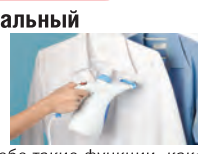
Благодаря новейшим японским технологиям удалось получить единственный в своем роде продукт - нервущиеся колготки! Колготки представляют собой переплетения миллионов мелких ниток в жгуты, отличаются повышенной эластичностью, это позволяет им быть более устойчивыми к внешним воздействиям. Держат свою форму, 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 скрывают движения и не способствуют замедлению кровотока, благодаря компрессионному эффекту защищены вены и сосуды.



Многофункциональный парогенератор

2590 руб. 990 руб.

Прибор сочетает в себе такие функции, как: паровой утюг, парогенератор, пароочиститель и увлажнитель воздуха. Выбрасывает непрерывный поток пара, за счет чего хорошо проникает в ткань и расправляет складки, чистит, дезинфицирует и избавляет от неприятного запаха. Уничтожает пылевых клещей и бактерии. Попробуйте погладить им шторы, освежить кресла и диван, избавиться от аллергенов и пыли на подушках и одеялах. Борется с неприятными запахами с одежды и пятнами пота. Прекрасная модель среди ручных отпаривателей.



Силиконовая форма «Мечта хозяйки» Оригинал!

1 шт. 690 руб. 2 шт. 990 руб.

Приготовьте мучные, овощные, картофельные оладьи, котлеты, яичницу и омлеты идеальной формы, за несколько минут. Положите форму на разогретую сковороду, залейте тесто или уложите фарш в специальные ячейки, подождите минуту, легко переверните форму, и через пару минут радуйте себя и своих близких вкусными и идеально приготовленными блюдами. Остерегайтесь дешевых подделок!



Швейная мини-машинка

2790 руб. 1990 руб.

С этой мини-машинкой вы с легкостью подшьёте брюки или юбку, вставите молнию. Подарите своим любимым вещам вторую жизнь. С мини-машинкой так легко пришить заплатку или красивый декоративный элемент. Вы сошьёте красивую одежду своими руками. Вы сможете шить, используя ножную педаль. Это делает процесс шитья быстрым и удобным.



В ПОДАРОК К МАШИНКЕ - НАБОР ДЛЯ ШИТЬЯ: сантиметр, ножницы, наперсток 2 шт., 30 иголок, нитковдеватель, вспарыватель, нитки в катушках 32 цветов, шпульки с нитками 32 цветов.

Казан-вок «Сила гранита» 4 в 1

1990 руб. 1490 руб.

Это сковорода, вок, скороварка, и кастрюля! Специальное керамическое покрытие Granitex с частицами настоящего камня. Алюминиевое напыление с внутренней стороны сковороды. Благодаря силиконовому ободку крышка создает давление под воздействием вакуума, что позволяет готовить в разы быстрее. Оптимальный диаметр 32см.



Ультразвуковое устройство Золушка для бережной стирки

1990 руб. 1190 руб.

Сверхминиатюрное ультразвуковое устройство Золушка (поместится на ладони) бережно перестраивает 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 постирать крупные вещи, и вам не придется сдавать их в химчистку (одеяла, скатерти, гардины, шторы). Производство Россия.



Новейший автоматический веник

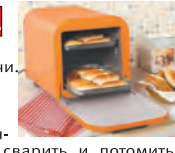
1890 руб. 990 руб.

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



3990 руб. 2990 руб.

Компактная альтернатива классической русской печи. Устройство разработано российскими специалистами, знающими толк в приготовлении традиционных блюд. Вы сможете сварить и потомить каши из различных злаковых культур. Каши получаются ароматными и рассыпчатыми, запеченные горшочки с овощным и мясным наполнением, испеченный хлеб, пироги, ватрушки и другие любимые сдобные лакомства, запечь мясо или рыбу, котлеты и тефтели, сварить суп, приготовить запеканку различного содержания, равномерно разогреть блюда без сомнительных микроволн, посушить ягоды, грибы, фрукты и зелень. Экономное потребление электроэнергии. Блюда как из русской печи — традиционно вкусно, питательно и полезно!



Электрический измельчитель Молния

1490 руб. 1290 руб.

Измельчитель Молния незаменимый помощник на кухне. Он один заменяет несколько бытовых приборов (от кофемолки и мясорубки до мясорезки и блендера). При этом имеет компактный размер. В нем: 2 сменные самозатачивающиеся насадки из стали для пюрирования и нарезки кубиками; вместительная чаша; высокая скорость вращения ножей. Прибор справляется с продуктами разной твердости (кофейные зерна, лед, овощи, фрукты, орехи) и помогает приготовить широкий спектр блюд (пюре любой густоты, детское питание, соусы, заготовки для салатов и прочее).



Светильник «Чемпион»

+ ПОДАРОК! 990 руб.

Уникальная* разработка военной промышленности, которая теперь доступна и вам! Новейшая технология светодиодной панели которая во много раз эффективней. *Создает круговое освещение на 360 градусов и виден, даже с расстояния 3 километра. Имеет плоское основание, встроенные магниты для крепления на металлические поверхности, ручки для переноски, крючок для подвешивания. Чтобы пригласить свет, достаточно сдвинуть части корпуса. Срок службы светодиодных панелей — 100 000 часов, а это означает, что при обычном использовании светильником можно пользоваться всю жизнь. Зимой или летом, в жару или под проливным дождем, на улице или в доме, «Чемпион» будет для вас надежным «светилом».

КУПИ ОДИН И ПОЛУЧИ ВТОРОЙ В ПОДАРОК!



Мультилайсер Китчен Мастер

Мультилайсер (3 барабана в комплекте)

2590 руб. 1290 руб.

Китчен Мастер схож с мясорубкой внешне и по принципу работы. Это своего рода терка современного типа, которая справляется с разными видами шинковкой продуктов. Имеет резать овощи ломтиками, брусками, соломкой, кружками и сохраняет их сочными, делать крошку из шоколада, перетирать орехи, натирать сыр или готовить панировку, шинковать капусту в салат, картофель или яблоки тонкими пластинами для чипсов. Устройство легко устанавливается и надежно закрепляется на столе. Лезвия изготовлены из высококачественной стали и не нуждаются в заточке.



Набор кастрюль Kaiserhoff

(Кайзерхофф) 12 предметов (Пр-во Германия)

4990 руб. 3990 руб.

Посуда изготовлена из высококачественной нержавеющей стали. Имеет 5-слойное дно, клепаемые металлические ручки и стеклянные крышки. Подходит для индукционных плит. Внутри кастрюль есть измерительная шкала.



Самогонный аппарат Маруся 1300

1990 руб. 1290 руб.

Нержавеющая сталь. Производит 1300 мл самогона в час!!! Не требует водопровода. Сделано в России. **Вкуссоароматические концентраты на 300 литров коньяка каждому в ПОДАРОК!**



Электрическая ножеточка

1790 руб. 990 руб.

Правильная и эффективная заточка ножей на долгие годы! Имеет специальные направляющие, которые позволяют заточить нож по всем правилам - с нужным углом заточки. Моментальная и качественная заточка обеспечит долговременную остроту ножа. Заточит нож с зубчатым лезвием. Имеется специальный размер для ножиц и отвёрток. Работает от 220В.



ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ВСЕМ РЕГИОНАМ РОССИИ

8 (499) 213-03-16

многоканальный время работы: с 09.00 до 21.00

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 27.02.2019 г. по 31.03.2019 г.
*По итогам продаж 2018 г. ООО «Топ-Шоп» ОГРН 1177746729115/19.07.2017 Юридический адрес: 115191, г. Москва, 2-я Рошинская ул., д.4, офис 503. Товары сертифицированы. РЕКЛАМА.