

**МОЙ
МИР**

ИЩИТЕ
на стр. 31



СКИДКИ ДО 62%

Реклама

ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

**№37
(358)**

ТВ-программа с 19 по 25 сентября 2022 года

ТЕЛЕК

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

36
КАНАЛОВ
ТВ

**ПОТЕРЯЛИ
КОМПРОМИСС?
НАЙДЕМ!**

стр. 4

**ВЫБИРАЕМ
КОЛГОТКИ НА ОСЕНЬ**

стр. 28

**РОДИОН
ГАЗМАНОВ**

**НОСИТЕ В СВОЁМ СЕРДЦЕ
ТЕПЛО И ДЕЛИТЕСЬ ИМ
С ОКРУЖАЮЩИМИ**

стр. 3

**БОРЕМСЯ
С КОМПЛЕКСАМИ
НА ПУТИ
К СТРОЙНОСТИ**

стр. 7

**ЗНАКОМЫЙ
НЕЗНАКОМЕЦ
БАКЛАЖАН**

стр. 25

**ВКУСНО СРАЗУ –
С НАЧИНКОЙ ЗРАЗЫ**

стр. 27

Фото Дарьи Булавиной

12+

ISSN 2313-4933



9 1772313 493770 22037

Ольга Лерман отправилась в велопутешествие



В Нижнем Новгороде начались съёмки комедийного фильма «Поехавшая». Это вдохновляющая история об обычной девушке Ане, которая принимает необычное решение: вместе со своей таксой Капой отправиться в велопутешествие через всю Россию. И все для того, чтобы найти себя, обрести свободу и большую любовь.

Весь сюжет разворачивается в пути и показывает Россию с непривычного ракурса: с седла велосипеда. Вместе со своей таксой Аня проедет более десяти тысяч километров по самым красивым дорогам нашей страны – от Москвы до Байкала.

Фильм снимается по мотивам книги «А чего дома сидеть?», которая основана на реальной истории Ани Смолиной, отправившейся в путешествие на велосипеде через всю страну.

Роли в картине играют Ольга Лерман, Виктор Хориняк, Дмитрий Чеботарёв, Елена Яковлева, а режиссером выступает Антон Маслов.

Фото «Централ Партнершип»

Анна Снаткина предлагает посмеяться над собой

Стартовали съёмки второго сезона сериала «Два холма». К своим ролям в продолжении нашумевшей комедийной антиутопии вернутся Никита Кологривый, Пелагея Невзорова, Анна Снаткина, Владимир Епифанцев, Светлана Камынина, Жанна Эппле и другие. Режиссером второго сезона стал Аскар Бисембин.

Сюжет снова будет развиваться в будущем, где был построен идеальный женский мир со своими законами и правилами.

– Думаю, причина популярности «Двух холмов» в том, что многим любопытно заглянуть в предполагаемое будущее и порассуждать, к чему могут привести культурные и социальные изменения, – говорит нам Анна Снаткина. – В то же время «Два холма» – не только антиутопия и фантазмагория, но и комедия, показывающая обычные ситуации, с которыми часто сталкиваются и мужчины, и женщины. Это хорошая возможность посмеяться над собой.

Фото START



Лариса Долина определит главную звезду

На телеканале «МУЗ-ТВ» стартует масштабное и самое ожидаемое шоу нового сезона – «Битва поколений». Оно соберет на одной сцене артистов первой величины разных музыкальных эпох. Здесь появятся Диана Арбенина, Даня Милохин, «Иванушки International», Zivert, Николай Басков, «На-На», Хабиб, Ева Польна, Ваня Дмитриенко и многие другие знаменитые исполнители и музыкальные коллективы.



По условиям передачи два артиста разных поколений будут исполнять «живьем» четыре трека: хит, балладу о любви, новинку и кавер (новое исполнение существующей песни) оппонента.

Оценивать участников будет звездное жюри, трое из членов которого – молодые таланты и блогеры, а трое других – настоящие легенды российского шоу-бизнеса. Все вместе они решат, кто достоин звания звезды тысячелетия! Постоянными членами жюри проекта станут одни из самых ярких представителей своего поколения: Лариса Долина, Виктор Дробыш, DAVA и MIA BOYKA.

– Я вам скажу так: более вездливой и дотошной по отношению к участникам шоу, чем я, вам не найти, – коротко сказала нам Лариса Долина.

Фото «МУЗ-ТВ»

Анастасия Савосина защищает любовь



На телеканале «Домашний» готовится к эфиру сериал «Удержи меня». Главные роли в нем исполнили Анастасия Савосина и Андрей Каракко.

В центре сюжета – успешная женщина по имени Ольга. Перед своим отъездом в санаторий она случайно застаёт мужа в объятиях студентки... Она не знает, что это просто нелепое совпадение, и совершает необдуманный поступок: знакомится в отпуске с мужчиной.

– Как бы люди друг друга ни любили, счастье – это хрупкое явление, которое может разрушиться из-за ерунды, – говорит нам исполнительница главной роли Анастасия Савосина. – Любовь нужно оберегать и защищать, идти навстречу друг другу в отношениях, не допускать лжи. Иногда нужно поговорить – и все встанет на свои места. Об этом – наш фильм...

Фото телеканала «Домашний»

Данила Козловский и Михаил Галустян в комедии «Уволить Жору»

В Москве стартовали съёмки комедии Марюса Вайсберга «Уволить Жору». По сюжету главный герой Макс (его играет Данила Козловский) работает в кадровом агентстве, и его специализация – увольнять топ-менеджеров. Очередное задание Макса – избавиться от главного программиста IT-компании Георгия (эта роль досталась Михаилу Галустяну). На первый взгляд, работы – на пару дней, ведь кто такой Жора? Но оказывается, что это уникальный случай и уволить Жору невероятно сложно!

Также в фильме заняты Сергей Колесников, Ольга Тумайкина, Наталья Бордо, Яна Кошкина, Василиса Макарова, Станислав Ярушин, Никита Тарасов и другие артисты. Премьера намечена на 2023 год.



Михаил Шуфутинский доверился молодежи

Михаил Шуфутинский в следующем году отметит юбилей – 75-летие. Он активно гастролирует, пишет новые песни и выпускает дуэты с молодыми артистами. Так, Михаил Захарович подготовил сюрприз для своих поклонников: записал дуэт с Егором Кридом. В основу новой песни лег хит всех времен и народов – «3 сентября». Припев у композиции остался прежним, и его исполняет сам Михаил Шуфутинский, а вот куплеты в молодежном популярном стиле поет Егор.

– Песня играет теперь новыми красками, новым смыслом, – говорит нам Михаил Захарович. – Могу только посоветовать учить слова нового хита!

Фото Вадима Тараканова

Знаменитая картина великого Кустодиева

Тема купчих перешла в творчество Бориса Кустодиева как светлые воспоминания о счастливом детстве и юности. Его мать, оставшись вдовой в 25 лет, на плечи которой легла забота о четверых детях, не отчаялась, а прививала им любовь к живописи, театру, музыке и литературе. Борис стал художником. Одним из любимых персонажей Бориса Михайловича стали купчихи. Картину «Купчиха за чаем», которая нам хорошо знакома, Кустодиев написал в 1918 году, когда ему исполнилось 40 лет. Наша викторина – о Борисе Кустодиеве и его картине.

1. Картину «Купчиха за чаем» академик живописи Борис Кустодиев впервые представил на «Первой государственной свободной выставке произведений искусства» в 1919 году во Дворце искусств (бывший Зимний

дворец). В экспозиции художника она заняла центральное место. Сколько всего картин Кустодиев представил на выставке?

- а) 5.
б) 7.
в) 11.

2. На картине купчиха пьет чай на террасе своего особняка на фоне провинциального городского пейзажа. Как писал русский график Георгий Лукомский, «...на столе порасставлены

а) Арбуз.

- б) Мед.
в) Калачи.

3. По одной из версий, моделью для картины послужила землячка Бориса Кустодиева – астраханка Галина Адеркас, жившая

яства. Здесь и крендельки, и ватрушки, и би-сквитная булка, и варенье, – а на самом видном месте – ... Самовар, чайник на нём расписной, с розанями...». Что поместил художник на самое видное место?

в соседнем подъезде. Хотя в целом это собирательный образ – олицетворение купчих уездного города. А к какому сословию принадлежала Галина, соседка великого художника?

- а) Рабочие.
б) Купеческая среда.
в) Аристократическая среда.

ОТВЕТЫ

1-в. 11.
2-а. Арбуз.
3-в. Галина Адеркас была землячкой из уездного города.
4-в. Купеческая среда.
5-б. Мед.

За два года карантина эстрадный певец, музыкант, телеведущий Родион Газманов так соскучился по работе, что навёрстывает упущенное с удвоенной энергией.

Он не только выпустил новый трек, принял участие в съемках проекта «Две звезды», снял клип «Фары», но и спланировал сольный концерт по южным городам страны, выступит с концертом в Москве. Кроме того, летом он отметил свой 41-й день рождения...

День рождения на сцене

– Родион, если отсчитывать новый год от дня рождения, то у вас он случился в июне. Признаться, любите отмечать этот день?

– Каждый повод для праздника ценен. И мне нравится отмечать свой день рождения, собирать друзей и угощать их чем-то вкусным, приготовленным своими руками. И подарки, не скрою, тоже люблю (смеется). Нынешний день рождения получился замечательным, праздничным. Я провел его лучшим способом – на сцене.

– С летом связано ещё одно хорошее событие – у вас вышел трек «Крымское лето»...

– Он появился на свет во время тура по Крыму, когда переезжал из Севастополя в Керчь. Я очень люблю Крым, это мое место силы, место, с которым у меня связано много хорошего. Именно здесь состоялся впервые очень большой концертный тур. И это невероятно: Крым вдохновляет, увлекает, восхищает...

«Артек» – место особенное

– Наверное, перед отдыхающими и выступать

Родион ГАЗМАНОВ:

// Все мои желания исполняются

интереснее. Публика расслабленная, заводная...

– Она действительно особенная и хорошо контактирует, реагирует, подпевает.

– *Есть любимое место в Крыму?*

– Конечно, есть. И не одно. Но, наверное, особенное – «Артек», куда приезжал сначала ребенком, потом уже взрослым, участвовал в разных мероприятиях, выступал и до сих пор с удовольствием откликаюсь на предложения туда приехать.

– *Ещё один летний сюрприз зрителям – августе вы закончили снимать клип «Фары»...*

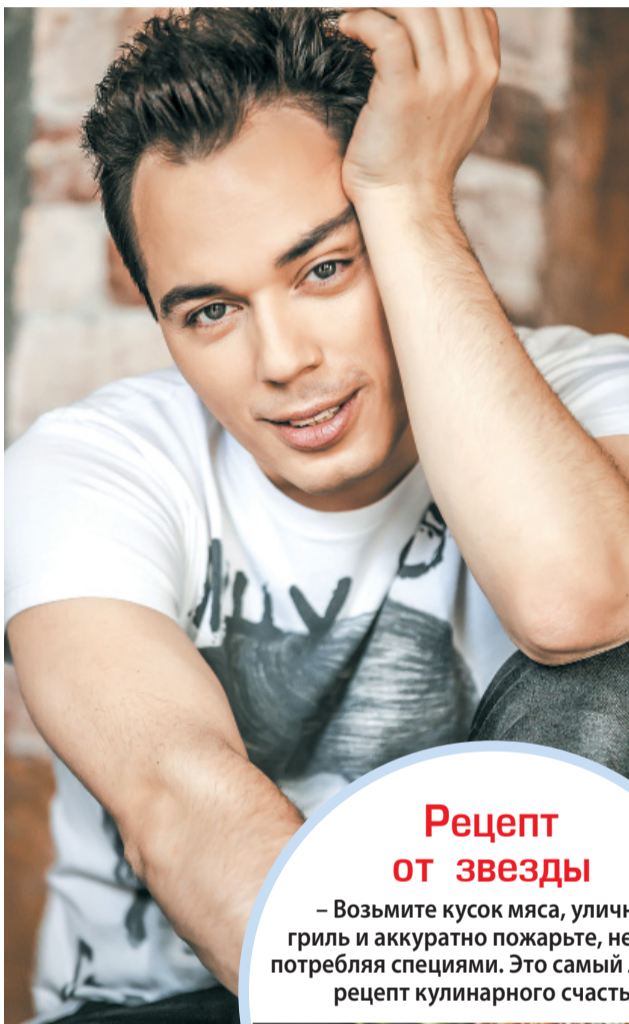
– Верно, но монтаж продолжается, вернул с замечаниями четвертую его версию. Я очень въедливый человек. Ребята, которые снимали клип, признались, что этого не ожидали.

Каждое выступление – ответственность и переживание

– *Пока клип монтируется, вы параллельно готовите гастрольный тур в сентябре...*

– Первые города, где мы выступим, будут Краснодар, Майкоп, Ростов и Новороссийск. Остальные города находятся на согласовании.

– *И это не всё: 18 сентября в Москве у вас пройдёт сольный концерт в клубе Magnus Locus...*



Рецепт от звезды

– Возьмите кусок мяса, уличный гриль и аккуратно пожарьте, не злоупотребляя специями. Это самый лучший рецепт кулинарного счастья.



– Это очень интересное место. У таких небольших площадок есть свои плюсы: на них хорошо экспериментировать, здесь можно петь негромко, кулуарно, почти шепотом (улыбается). Только не подумайте, что эти концерты проходят расслабленно. Для меня

выступать для 20 человек или 20 тысяч – одинаковая ответственность и всегда переживание: как

примут? Но концерты в небольших залах энергетически проходят теплее, по-домашнему.

– *Судя по вашим многочисленным проектам, летом было не до отдыха...*

– Я в принципе об этом и не мечтал. За два года карантина наотдыхался, и теперь хочется работать. Любую возможность выступить воспринимаю с радостью и благодарностью. Я занимаюсь любимым делом, и это главное.

Из пяти песен остаётся две

– *Когда вдруг возникают паузы в работе, на что тратите высвободившееся время?*

– Не помню, когда у меня оно было. Непосвященные люди думают, что 75 процентов работы музыканта – это концерты. Но работа музыканта заключается не только в том, чтобы выйти на сцену и спеть, но и в том, чтобы добраться до этой площадки, подобрать контент для выступления и правильно его выстроить. То, что зритель видит на сцене, это 5 процентов от того, что делает музыкант. Остальное время уходит на пробы пера, запись в студиях, занятия вокалом. Допустим, я записываю пять песен, но на



Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Желаю, чтобы ваша жизнь не зависела от времени года и погоды. Погода всегда внутри человека. И я желаю, чтобы вы носили в своем сердце тепло и делились им с окружающими.

выходе будут две. Остальные отправляются в долгий ящик либо на переработку.

– *При столь плотной занятости остаётся время на то, чтобы строить планы и мечтать?*

– На данный момент все мои мечты исполняются. Я хотел много сцены, и это получилось. Я хотел выступать, и это происходит. Мы вышли на допандемийный график концертов с моими музыкантами, и это главное достижение нынешнего года.

Наталья АНОХИНА

ПОДРОБНОСТИ

«Люблю медленный старт»

– *Родион, как вы считаете: человек может управлять своей судьбой или вступить с ней в единоборство бессмысленно?*

– Знаю людей, которые, образно говоря, бились головой об стенку и ничего не добились, и знаю тех, кто плыл по течению и

получал все. Основываясь на этих наблюдениях, говорить о том, что тот или иной путь неправильный, сложно, поскольку у каждого своя дорога. Также сложно ответить, что легче – лечь и плыть по течению или «бодаться». Мне кажется, что судьба поливари-

антна и есть какие-то события и моменты, на которые она обязательно выведет, но есть и те вещи, которые мы можем приблизить, изменить или избежать, но для этого нужно потрудиться. Много в наших руках.

– *Вы сами азартны в своих желаниях?*

– Я верю в медленные старты. Для меня важно сначала все подготовить, а потом уже делать. Люблю планировать все свои дела. Спокойное, медленное движение к результату – это более приемлемый для меня вариант. А куда-то нестись сломя голову – это не про меня.



СЕКРЕТ УСПЕХА

Как оформить перенос отпуска?

В последнее время всё популярнее становится идея отправиться в отпуск осенью – и путёвки подешевле, и не так жарко. Как правильно оформить перенос ежегодного отпуска, чтобы все были довольны – и вы, и работодатель?



ЧТО ПОТРЕБУЕТСЯ?

- Заявление сотрудника;
- приказ работодателя;
- внесение изменений в график отпусков;
- больничный лист или уведомление об отзыве из планового отпуска (в зависимости от причины переноса).

А ЕСЛИ ВЫЗОВУТ НА РАБОТУ?

Такое бывает. Но существует перечень сотрудников, которых нельзя отзывать из отпуска. Это беременные женщины, несовершеннолетние, работники вредных производств, а также те сотрудники, которые не отдыхали два года подряд.

КОГДА РАБОДАТЕЛЬ МОЖЕТ ОТКАЗАТЬ?

Это может произойти в случае, если работник отказывается уходить в ранее согласованный отпуск без законных на то оснований.

КАКИЕ СУЩЕСТВУЮТ ОГРАНИЧЕНИЯ?

- Отпуск не переносится на следующий год работникам с вредными условиями труда, несовершеннолетним и тем, кто не отдыхал два года подряд;
- перенесенный по производственной необходимости отпуск работник должен отгулять не позднее 12 месяцев по окончании года, за который он предоставлен. *Надеемся, что ваш отпуск будет приятным и начнется в то время, в которое вам будет удобно.*

Пожалуй, многие из нас хотели бы написать такое объявление и приклеить где-нибудь на видном месте, чтобы пропажа поскорее нашлась.

В едь неумение вести конструктивный диалог часто становится причиной ссор, упреков и плохого настроения. Давайте учиться менять ситуацию на более комфортную, теплую и доброжелательную!

Молчание – не всегда золото

Почему? Да потому, что пока вы не скажете о том, что вам нравится, а что нет, окружающие люди (в частности, ваш партнер) никогда не смогут понять, как себя вести и действовать. Они же не телепаты! Это актуально даже тогда, когда вы уверены, что все очевидно. Кстати, этот принцип работает так же безотказно и в отношениях с детьми.

Кстати

Иногда, будучи заранее уверенной в том, что вам откажут в помощи, вы отказываетесь от самой идеи обратиться за ней. При этом в реальности супруг мог бы вам помочь. Но вы заранее не даете ему шанса. А что страшного произойдет, если вы все же спросите?

Потерялся компромисс... Помогите!



Когда женщина хочет узнать мужское мнение, на самом деле она хочет услышать своё мнение, только басом.



Навстречу друг другу

Также важно, чтобы у партнеров была общая заинтересованность в поисках решения проблемы. Тогда процесс пойдет и продуктивнее, и быстрее. В совместной жизни случаются разные ситуации: как приятные и яркие, так и сложные. В зависимости от того, как партнеры смогут преодолеть сложности, трудности и стрессы, можно будет судить о том, насколько они готовы к совместной жизни, насколько они зрелые личности и насколько их чувства сильны.

Один разговор – один вопрос

Если вы решили серьезно друг с другом поговорить, то сразу обозначьте вопрос, который является самым важным в данный момент и требует скорейшего решения. Остальные «подвопросы» могут быть этапами решения главного, а могут быть смежными с главным. Но решение должно быть в конце разговора найдено именно для самой главной задачи, а не для второстепенной.

Разговор в приятной обстановке

В ситуации, если вы устали, торопитесь, злитесь или голодны, разговор вряд ли будет уместен. Лучше сначала направьте энергию на удовлетворение своих базовых потребностей, а затем, на сытый желудок и после небольшого отдыха, решайте возникшие вопросы и проблемы. Иногда располагать к разговору может прогулка. Свежий воздух, неторопливый шаг зачастую дают возможность другому посмотреть на ситуацию, в отличие от привычной домашней атмосферы. Если во время разговора вас захлестнули сильные эмоции, вы начинаете повы-

шать голос или появляются негативные мысли, измените положение тела в пространстве. В большинстве случаев это работает. Достаточно встать со стула и подойти к окну или лечь на диван, если вы прежде стояли. Просто попробуйте, и вам понравится этот способ снизить градус негатива в воздухе.

Желаем вам с легкостью находить правильные решения в самых сложных ситуациях, слышать друг друга и быть на «одной волне» с самым близким человеком. Тогда и жизнь будет легче и счастливее!

**Кстати
Тактика удачного разговора**

ЗАДАЁМ ТОН

Очень важно задать спокойный, нейтральный тон разговору. Если начать его с претензий и перейти на ультразвук, то диалог вряд ли закончится позитивно. Пусть каждый выскажет свое мнение по поводу конкретной ситуации, а затем нужно будет найти лучшее решение для обеих сторон. Если вы чувствуете, что тон разговора меняется, попросите партнера говорить спокойнее или тише. Это очень важно для исхода диалога.

СМОТРИМ СО СТОРОНЫ

Для принятия конструктивного решения полезно побыть в роли сторонних наблюдателей, а не занимать «свою» сторону и «чужую», как противовес собственной. Предположите, что вы хотите помочь друзьям или знакомым решить их проблемы с позиции извне. Как вы поступите?

ВЕДЁМ СЕБЯ УВАЖИТЕЛЬНО

Если мужчина начнет показывать силу, а женщина кинется в слезы, то вопрос не решится. Рациональное решение требует уважительного и взвешенного подхода.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

БЫВАЕТ И ТАКОЕ

Слоны не потеют

Удивительно, но эти огромные животные, живущие исключительно в жарких странах, совсем не потеют. На их огромном теле нет ни одной сальной железы. Чтобы охладиться в жару, слоны принимают грязевые ванны. Но в целом от перегрева этих гигантов спасают уши. На них расположено множество кровеносных сосудов, которые расширяются на солнце, осуществляя, таким образом, теплообмен и помогая слонам не «закипать» даже в самую сильную жару.



История шоколадного трюфеля

Этот кулинарный шедевр – гениальная ошибка. По легенде, ученик известного кулинара Огюста Эскофье вылил горячие сливки не в миску с сахаром и яйцами, а в посуду с кусочками шоколада. Когда смесь затвердела, юноша обнаружил, что может сформировать из нее симпатичный шарик. Обваляв получившуюся конфету в порошке какао, молодой повар увидел, что изделие невероятно похоже на один из знаменитых грибов. Так и появились конфеты, названные в честь трюфелей.



Шахматные короли

Один из видов шахмат – игра вслепую, когда шахматист играет сразу с несколькими противниками и при этом у него завязаны глаза. Ему приходится держать все ходы – и свои, и чужие – в голове. Начало игре вслепую положил в 1783 году грандмастер Филлдор. Он сражался против трех профессионалов одновременно и смог выиграть. Следившие за сеансом даже подписали показания под присягой, чтобы подтвердить правдивость этой невероятной истории.



Сыщикам в помощь

Согласно одной из легенд, шотландский и английский писатель Артур Конан Дойль в рассказе о знаменитом лондонском детективе Шерлоке Холмсе описал разнообразные методы криминалистики, неизвестные полиции в то время. В частности, сбор окурков и пепла, разглядывание в лупу следов на месте преступления, идентификация пишущих машинок по напечатанному на них тексту. Считается, что впоследствии полицейские стали активно использовать эти и другие методы Холмса.

Светлана СИДОРЧУК

Выживали только те, кто хорошо видел

КОГДА ГЛАЗ НЕ АЛМАЗ. СЕКРЕТ ОРЛИНОГО ЗРЕНИЯ

Орёл видит добычу с расстояния трёх километров. Если бы у Вас было такое зрение, Вы смогли бы рассмотреть муравья с девятого этажа. Представляете?

Мало кто знает, но древние люди имели отличное, практически орлиное зрение. Они должны были видеть опасность как можно дальше. Поэтому, по законам эволюции, выживали только те, кто хорошо видел.



Но это в древности. По статистике Минздрава России, сейчас у 20,7 млн россиян есть болезни глаз. А всего каких-то 15 лет назад таких людей было в полтора раза меньше. Хотя мы всегда считались самой читающей страной, в очках ходили мало.

Люди бьют в набат! Ведь если так пойдёт и дальше, то уже через несколько лет проблемы со зрением будут у 70% людей! 70! Вы только подумайте в эту страшную цифру.

Простые вещи, такие как, например, вдеть нитку в иголку или застегнуть пуговицу, станут невозможными. А это значит, что совсем скоро большинство из нас может стать совершенно беспомощными. Мы перестанем различать цвета и видеть лица наших близких. Мир погрузится во тьму.

Почему же так происходит? И как остановить эту «эпидемию» слепоты? Ответ на эти вопросы нашли наши учёные. Совсем недавно они разгадали секрет орлиного зрения. И сегодня мы хотим поделиться им с Вами.

КТО ВИНОВАТ? И ЧТО ДЕЛАТЬ?

Так почему же мы стали хуже видеть? Наши предки имели феноменальное зрение, потому что всё время смотрели вдаль. А как известно, при взгляде вдаль глаз отдыхает. Напрягается он при взгляде вблизи.

Современный человек практически на даль не работает. Всему виной — развитие цивилизации. 90% зрения мы используем вблизи: это чтение, просмотр телевизора, мелкая работа.

Но у каждой монеты есть две стороны. Наука и медицинская техника развиваются бешеными темпами. Сегодня катаракта и близорукость — уже не приговор. Да и многие другие заболевания глаз можно предотвратить. Главное — вовремя начать лечение.

Настоящая революция в офтальмологии сегодня — аппарат для домашнего применения «Вижн». Это уникальная медицинская техника для лечения и профилактики глазных заболеваний в домашних условиях.

«Вижн» можно смело назвать жемчужиной отечественной медицины. Ведь без этого изобретения людям с плохим зрением жить было бы намного сложнее. Аппарат является медицинским изделием. «Вижн» уже смог изменить жизнь тысяч людей к лучшему.

Те, кто прошёл курс процедур,

смогли оценить его потрясающее действие. А те, кто ещё ничего о нём не знает, — читайте!

ОФТАЛЬМОЛОГ НА ДОМУ

«Вижн» — один из лучших аппаратов экспертного класса для коррекции зрения. Это Ваш личный помощник на дому. Которому Вы можете полностью доверять. Потому что точно знаете — он не подведёт!

В основе работы аппарата — цветоимпульсная терапия. Он воздействует на орган зрения цветом и ритмом. Это современный безоперационный метод лечения болезни глаз. Как же работает «Вижн»?

Представьте светофор. Красный, жёлтый и зелёный. Почему выбрали именно эти цвета, Вы знаете? Да потому, что их видно издали.

Дело в том, что каждый цвет излучает электромагнитные волны разной длины. Учёные выяснили: чем длиннее волна, тем быстрее человеческий глаз может увидеть её издали. Все три цвета светофора обладают длинными волнами. Поэтому хорошо видны людям невооружённым глазом.

На этом принципе и построена работа аппарата «Вижн». В нём на Ваши глаза воздействует особое, грамотно подобранное сочетание цветов разной длины.

А их частота схожа с частотой наших собственных клеток. Поэтому при воздействии на них «родным» цветом можно исправить многие нарушения в работе глаз. Что же происходит во время процедуры?

Мышцы глаза сокращаются, улучшается питание и микроциркуляция в тканях. Активизируются процессы метаболизма.

При регулярном использовании укрепляются мышцы глазного яблока. Это почти как тренировки для спортсменов. Только тренируете Вы глазные мышцы.

Уже через несколько процедур очертания предметов становятся более чёткими, а цвета сочными и яркими. Пропадает краснота и ощущение песка в глазах. С «Вижн» Вы в буквальном смысле можете остановить старение глаз. И видеть снова как в молодости, когда про очки даже и не слышали.

В каких ситуациях «Вижн» может помочь?

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ:

- катаракта: профилактика и лечение начальных стадий ката-

ракты;

- глаукома: нормализация внутриглазного давления;
- дистрофия сетчатки: снижение риска развития дистрофии сетчатки;
- атрофия зрительного нерва: профилактика дегенерации зрительного нерва;
- астигматизм: стабилизация работы аккомодационного аппарата глаза;
- близорукость (миопия): профилактика и лечение близорукости;
- спазм аккомодации: расслабление мышечного аппарата глаза при длительной интенсивной нагрузке;
- астигматизм (зрительная усталость): устранение боли и дискомфорта в глазах;
- профилактика нарушения зрения при зрительных нагрузках.

БЕЗ ОЧКОВ И ОПЕРАЦИЙ. НОВАЯ ЭПОХА В ЛЕЧЕНИИ ЗРЕНИЯ

С изобретением аппарата «Вижн» в офтальмологии началась новая эпоха. Ведь это не просто аппарат, это медицинская техника нового поколения прямо у Вас дома!

И если человек может совершить ошибку, то «Вижн» — нет. С этим аппаратом для коррекции зрения человеческий фактор практически сведён к минимуму.

«Вижн» с ювелирной точностью управляет динамикой подачи цветных импульсов. И сам безукоризненно делает всю работу. Всё, что от Вас нужно, — это нажать кнопку.

В это трудно поверить, но технические возможности аппарата практически безграничны.

Его световые сигналы разной амплитуды, частоты и яркости вызывают отклик нейронов сетчатки глаза. И мозг получает сигнал — повысить остроту зрения. Это как в бинокле настроить резкость.

И вот постепенно Вы начинаете видеть без операций, очков и других «костылей для глаз».

Наконец-то у Вас перед глазами больше ничего не расплывается. Теперь Вы с удовольствием можете читать, смотреть телевизор или заниматься мелкой работой. «Фишка» аппарата — то, что эффект от процедур сохраняется на длительное время.

Ещё совсем недавно Вы даже мечтали о таком не могли?! А сегодня это можно сделать прямо не вставая с дивана! Чудо? Нет, современные технологии!

ЛЕЧЕНИЕ С КОМФОРТОМ

Лечиться «Вижн» просто и приятно. Чтобы пройти курс процедур, даже ходить куда-то не надо. Достаточно удобно устроиться на любимом диване и надеть аппарат.

Его анатомическая форма подойдёт любому типу лица. А надёжное крепление обеспечит плотное прилегание во время процедуры. Поэтому лечебные сеансы пройдут для Вас с максимальным комфортом. Вам даже не придётся засекать время. Аппарат сам отключится, когда закончится процедура. Согласитесь, это очень удобно!

Среди более чем десятка лечебных программ Вы обязательно найдёте именно ту, которая идеально подойдёт именно Вам. Такой индивидуальный подход существенно сокращает сроки лечения. И в разы повышает его качество. А значит, делает Вашу жизнь комфортнее и радостнее!

С ИЗОБРЕТЕНИЕМ «ВИЖН» ВОЗМОЖНОСТЬ ХОРОШО ВИДЕТЬ СТАЛА ДОСТУПНА ПРАКТИЧЕСКИ ВСЕМ. ПРЯМО НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА ВЫ МОЖЕТЕ ПОЛУЧИТЬ ЛЕЧЕНИЕ САМОГО ВЫСОКОГО, ЭКСПЕРТНОГО УРОВНЯ!

ОТ БЕССОННИЦЫ И СТРЕССА

Представьте, что мир стал чёрно-белым. Что произойдёт? Очень быстро Вы погрузитесь в уныние, а потом в депрессию. Навалится необъяснимая тоска, чувство тревожности, пропадёт сон... А всё потому, что от того, как Ваши глаза воспринимают цвета, напрямую зависит состояние нервной системы.

Аппарат «Вижн» способен корректировать не только зрение, но и работу нервной системы. Он:

- способствует нормализации и улучшению качества сна;
- уменьшает головные боли. Особенно связанные с длительными умственными и эмоциональными нагрузками;
- снимает эмоциональное напряжение;
- улучшает работу внутренних органов (сердца, сосудов и т. д.) при патологиях, связанных с эмоциональными нагрузками;
- расслабляет при стрессах и усталости.

Определённый набор цветовых импульсов через глаз посылает сигнал в мозг. Ответной реакцией на цвет является изменение вашего психоэмоционального состо-

яния. Что Вы чувствуете?

Дыхание становится ровным. Сердечный ритм приходит в норму. А за ним и давление. Очень скоро Вы заметите, что стали легче засыпать. А утром полны энергии и сил. Головные боли становятся всё реже. И не такими сильными. Постепенно, шаг за шагом Ваша нервная система приходит в баланс.

Больше не раздражают ни ремонт у соседей, ни плач ребенка, ни лай собак. Теперь Вы легко можете заснуть под любой шум. А успокоительные и снотворное убраны в дальний ящик. И всё это по доступной цене. Правительство поставило перед Министерством здравоохранения важную задачу: полностью перейти на программу импортозамещения. И «Вижн» является примером её успешного выполнения.

Аппарат производится в России. А значит, Вам не придётся переплачивать за таможенные сборы. Что существенно снижает его стоимость. И гораздо дешевле, чем делать операцию, уколы или покупать капли пожизненно.

Подарите себе хорошее зрение. Остановите старение Ваших глаз! И сделать это Вы можете прямо сейчас. Просто позвоните, и консультанты бесплатной федеральной линии помогут Вам оформить заказ.

Внимание! Не более одного аппарата в одни руки. Заявки от пенсионеров принимаются вне очереди.

ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК!

Специальная защитная голограмма на упаковке — это 100% гарантия, что Вы приобрели настоящий медицинский аппарат!



Заказывайте «VIZION»
по телефону горячей линии:
8 (800) 505-57-42

ЯВЛЯЕТСЯ
МЕДИЗДЕЛИЕМ

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

Официальный интернет магазин:

WWW.PRODEX.RU

Также Вы можете сделать заказ на сайте артека.ru

Светлана Колпакова снялась более чем в 50 кинопроектах.

Светлана КОЛПАКОВА:

// В «Алла, такси!» у меня – большая роль...

Зрители ее, конечно, помнят по ролям в фильмах и сериалах «Ключ от всех дверей», «На обрыве», «Клуб обманутых жен», «Война семей», «Шифр» и многим другим. Со Светланой мы встретились на съемочной площадке нового сериала «Алла, такси!» для телеканала «Россия», где актриса играет главную роль. Ее героине придется пережить предательство мужа, вернуть сына и выйти на работу в таксопарк. Пока у нас есть небольшой перерыв, мы поговорили с актрисой не только о новой работе, но и о других проектах и немного о личной жизни.

Новая роль

– Светлана, на долю вашей героини выпало множество испытаний. Чтобы не раскрывать всех тайн, не будем спрашивать, сможет ли она простить предательство. Но что бы не смогла простить лично вы?

– В разных ситуациях и жизненные обстоятельства разные, и люди. Мне сложно сказать сейчас на будущее, что бы я не смогла простить...

– Для вас важно – не быть заложницей одной роли?

– Я за то, чтобы мне всегда предлагали разное. И я сейчас уже порой начинаю отказываться от однотипных предложений. Я практически на год брала паузу в работе по личным обстоятельствам, плюс потому, что шли предложения таких ролей, какие я уже играла. Кстати, в «Алла, такси!» у меня – большая роль, огромная, многогранная, где можно сыграть различные эмоции... И если будут еще подобные предложения, конечно, соглашусь.

Поющая актриса

– В каких проектах вы сейчас заняты или будете ещё сниматься в ближайшее время?

– Знаете, как говорят: «Если хочешь рассмешить Бога, то расскажи ему о своих планах». Недавно позвонил режиссер сериала «Ключ от всех дверей» и сказал, что надо готовиться ко второму сезону. Есть и другие предложения, и сценарии написаны, но пока не знаю, можно ли об этом говорить...

– Вы служите в одном из самых известных театров – МХТ им. Чехова. В каких спектаклях можно вас увидеть?

– Например, в «Карамзовых». В этот спектакль меня ввели буквально за десять дней до премьеры. Режиссер Константин Богомолов спросил: «Ты же умеешь петь?» – «Да». Спела... Сейчас я – в ожидании новых спектаклей, давно уже ничего не выпускала. Но сначала пусть доснимутся сериалы. Лето практически все было в съемках, а потом у меня наступает плотный театральный сезон... Ну, у нас все же немного отдохнуть получилось. Я брала свою семью на съемки «Алла, такси!» в город Павловск (Воронежская область. – Прим. авт.). И немного мы отдохнули. И я теперь знаю, что



есть река Осередь, и она намного чище, чем Дон... На время съемок нас поселили в чудный дачный дом. И вот – выходной день, жарко, захотелось искупаться. Вызвали такси, пока ехали – нам рассказали, что есть река Осередь, что там бьют ключи...

Вместе с танцем

– Вы бы согласились принять участие в телевизионном шоу, когда надо показать свои вокальные или танцевальные навыки?

– Я бы – с удовольствием, но не приглашают... Я

бы поучаствовала, но не в экстремальном шоу – вот в «Танцы со звездами» пошла бы. Я танцевала десять лет, у меня есть специальное образование: я артистка народного танца. Я окончила школу-студию Пятницкого, могу танцевать современную хореографию, и я знаю, что такое модерн, и джазом увлекалась... Так что в этом я все могу!

– Приходилось для съёмок использовать эти навыки?

– Да, приходилось. Отсняли недавно сериал «Ча-ча-ча» для телеканала «Россия», но пока он еще не вышел. Режиссер Сергей Краснов. Я жду выхода сериала, потому что там моя героиня из такой простушки, никудышной и неумелой, превращается в ту, которая все может. И в этом сериале я с удовольствием показала все, на что я способна!

Мама и актриса

– У вас маленький сын, ему три года. Удаётся совмещать работу и личную жизнь?

– Я только за то, чтобы совмещать. Потому что мама – я, а не бабушки и няни. Я максимально делаю на этом акцент, для меня это очень важно. У меня, например, был большой проект год назад, где я играла психолога – это был как раз сериал «Ключ от всех дверей». Полгода были съемки в Питере, и



я ездила туда-сюда. После этого я год выдержала паузу для того, чтобы восполнить общение с ребенком.

– Сын понимает, что мама – актриса?

– Да. Ему рассказывают, что я пошла на работу, а потом он будет смотреть маму по телевизору.

– На съемочную площадку просится с вами?

– Я сама не очень хочу его брать. Потому что это все-таки работа. И он будет волноваться, и я. Я и так все время нервничаю и переживаю, как он там, звоню ему, чтобы он видел и слышал меня.

– Если захочет стать актёром – возражать не будете?

– Если будет большое желание и он сам будет хотеть этого – то, конечно, я не буду возражать. Я считаю, что в родительстве основное – разгадать и углядеть какие-то способности в ребенке. Увидеть, к чему есть талант, способности. Мои родители, как мне кажется, смогли попасть в точку, разглядели это.

Валерия ХВАЦЕВСКАЯ



Найди 9 отличий

Офисные будни

На работе всё так привычно и знакомо. Попробуйте найти отличия.

Ответы: ветка дерева слева, открытка на стене слева вверху, рисунок на картине рядом, ряд ламп, круги на доске справа, цвет монитора, бумага в корзине, размер розет-ки рядом, ножки кресла.

Пожалуй, не найдётся человека, который бы не хотел избавиться от лишнего веса.

Но многие для этого ничего не делают. И дело здесь не в лени. Иногда внутренние комплексы не дают прийти к заветной стройности.

Комплекс завышенных ожиданий

Когда мы смотрим на фото со стройными моделями, то невольно начинаем себя с ними сравнивать. Беря за эталон их красоту и стройность, мы можем ощутить, какая пропасть лежит между нами. Цель выглядит недостижимой, и мотивация на нуле. На самом деле не нужно себя сравнивать с моделями из журналов. Вы это вы. И вы не должны быть точно такими же, с теми же условными «стандартами красоты» 90-60-90. Похудеть – да, это прекрасно! Вы будете себя легче чувствовать, добавится энергия.

– Смотрю, ты пешком на работу ходишь – на бензине экономишь? – Да нет, на спортзале.



КОМПЛЕКСЫ на пути к стройности



Комплекс тела

Вам может казаться, что с лишним весом пойти на фитнес стыдно. Что на вас все будут смотреть и тыкать пальцем, когда вы будете переодеваться... На самом деле окружающим просто не до вас. В спортивный зал приходят тренироваться и получить свой результат, а не тратить время на рассматривания. Ну а чтобы быстрее освоиться, можно взять несколько уроков у тренера. И не стесняйтесь переспрашивать, если что-то не поняли.

Комплекс возраста и веса

Нам может казаться, что стройность – это про молодых, что с возрастом лишний вес неизбежен. И что нам остается только принять эту данность. На самом же деле всегда четко работает формула: чтобы худеть, нужно расходовать калорий больше, чем съесть. По молодости не набирать вес или похудеть проще, так как мы более активны. Поэтому вам достаточно будет решить для себя, чего вам больше хочется: снизить калорийность или увеличить физическую нагрузку. И уже благодаря этому можно начать худеть без оглядки на возраст.



Татьяна МИХАЛЁВА

Мнение специалиста



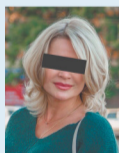
Психолог Светлана Домикене.
– Как помочь себе похудеть? С чего важно начать?

– Пока не разобрались со своей головой, со своими «тараканами», похудеть будет сложно. Важно проработать возможные обиды на себя или окружение, чувство вины и т.п. И еще очень важно полюбить себя такую какая есть, научиться находить в себе красоту и другие достоинства. И только потом можно начинать двигаться вперед. Опять же, неверие в свои силы, недостаточная мотивация или ее отсутствие не дадут возможности распрощаться с килограммами. Например, я хочу похудеть, быть стройной, а зачем? Поэтому так важно определить для себя конкретные цели, описать их в дневнике и идти к ним.

Фото из личного архива Светланы Домикене и www.shutterstock.com



Япония на страже здоровья Вашего мозга!



Здравствуйте!

У моего папы настоящая беда с памятью. Ему 72 года. Он подвижный, активный, но забывает элементарные вещи. Постоянно ищет свои очки, ключи, мобильный телефон, а теперь еще стал забывать дорогу домой. Я недавно прочитала о японском средстве для поддержания работы головного мозга – МозгТерапи. Расскажите, пожалуйста, поможет ли оно моему папе?
Ирина М., Красноярск, для папы (72 года)



Здравствуйте!

Мне 54 года. Я работаю бухгалтером. Где-то около года назад стала замечать ухудшение памяти и сообразительности, не сразу реагирую на указания начальства. Очень боюсь увольнения. Узнала про японское средство МозгТерапи. Неужели оно способно вернуть мне былые возможности?
Нина Петровна П., Санкт-Петербург, 54 года

Мнение эксперта:

Да, недавно в Россию пришло уникальное японское средство **МозгТерапи** для питания и поддержания здоровья клеток головного мозга.

Согласно международной статистике, Япония – страна самых пожилых людей в мире. При этом они много путешествуют, активны и жизнерадостны.

Ученые знаменитого университета города Киото изучили этот феномен. Оказалось, что одно из любимых блюд японцев – уникальный моллюск Азума Пектинида, который водится у берегов Японии. Из него выделили целебные для головного мозга **ФОСФОЛИПИДЫ**. Они являются ремонтными кирпичиками, которые в буквальном смысле «чинят» клетки головного мозга.

Курсовой прием **МозгТерапи** позволит поддерживать нормальную работу головного мозга – главного компьютера нашего организма – в любом возрасте.

МозгТерапи поможет вернуть:

- память, сообразительность
- скорость реакций
- способность сосредоточиться
- координацию движений
- крепкий сон без пробуждений
- хорошее настроение без перепадов
- уменьшится чувство тревоги и раздражительность
- обострятся зрение и слух
- перестанет беспокоить голова
- Вы забудете про проблемы с сосудами



+ПОДАРОК ПРИ ПОКУПКЕ*

*При покупке 3 упаковок. **Сделано в Японии.

Замечательный продукт МозгТерапи, появившийся лишь недавно в России, уже опробовали более 100 тысяч человек и кардинально изменили свою жизнь в преклонном возрасте, сделав ее намного ярче!

РЕКЛАМА

Звоните и уточняйте, где купить, прямо сейчас!



8 (800) 100-55-60

ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ

БАД, СРР № RU.77.99.11.003.R.002309.08.20 от 03.08.2020 г. Акция действует с 01.09.2022 по 31.12.2022 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по т. 8 (800) 100-55-60

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Мария Осадник, автор и соведущая нового тревел-шоу «Поехали!» на Первом канале (компанию ей составил телеведущий Евгений Покровский), поделилась первыми впечатлениями от нового проекта, дала ценные советы, как искать вкусные места в путешествиях, и рассказала о своих правилах питания.

Видимо-невидимо калиток

– Мария, хочу поздравить вас с премьерой передачи «Поехали!». Поделитесь, пожалуйста, своими первыми впечатлениями от съёмок.

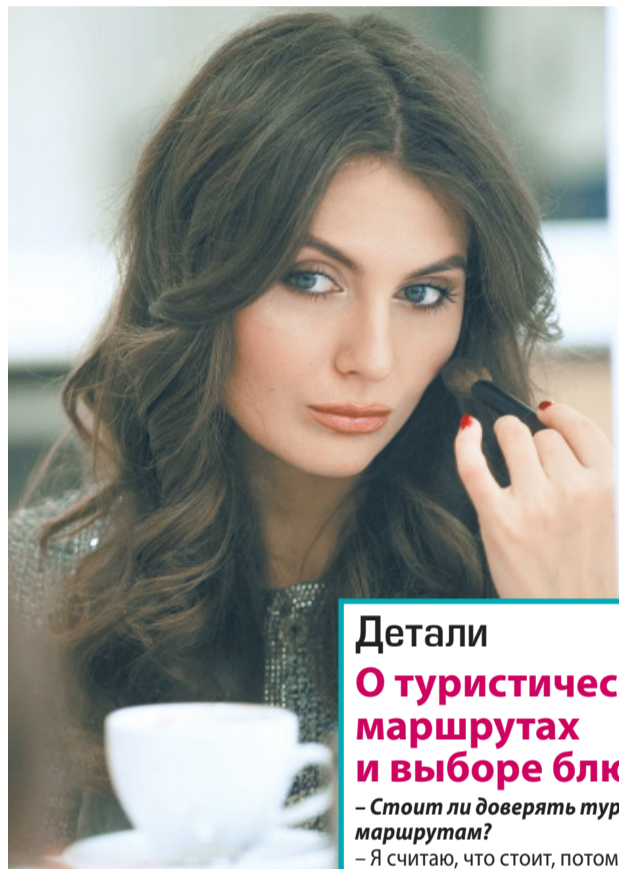
– По функционалу она почти ничем не отличается от обычной журналистской работы, но из-за большего хронометража появляется больше задач, больше ответственности, и ожидания тоже выше. Мало сна, никакого режима – зато очень интересно!

– Кроме всего прочего, вы рассказываете зрителям и о том, где вкусно поесть, путешествуя по стране. Какие блюда вызвали у вас интерес?

– Недавно мы вернулись из Карелии, где на каждом шагу можно встретить традиционное блюдо карельской кухни – калитки. Они похожи на наши пирожки, только открытые. Что интересно, готовят их везде по-разному. Вот сколько в Карелии регионов – столько и разновидностей калиток. И по форме и вкусу калиток можно понять, в каком регионе их готовили. В качестве начинки используют запеченную пшеничную кашу, картошку, ягоды... А нужно сказать, что ягод там очень много: черника, голубика, земляника... Морошка растет прямо на улицах! Удивила

Мария ОСАДНИК:

Мало сна, зато очень интересно!



Детали

О туристических маршрутах и выборе блюд

– Стоит ли доверять туристическим маршрутам?

– Я считаю, что стоит, потому что заядлые туристы – люди избалованные: они хотят, чтобы было и интересно, и вкусно, и бюджетно. И вряд ли туристы пойдут туда, где невкусно и дорого. Это как история с придорожными кафе и столовыми: вкуснее всего там, где останавливается много фур. Значит, это место любят дальнбойщики, и еда там проверенная и вкусная.

– Не боитесь пробовать новое и неизведанное?

– Скорее боюсь! (Улыбается.) Все-таки в выборе блюд я большой консерватор: ем все обработанное, несоленое и неперченое. Поэтому вряд ли буду пробовать черепаший суп, лягушек и тараканов. Да и, честно говоря, экстравагантные сочетания типа ананаса с хлебом – тоже не мой вариант.

– Наверное, не буду оригинальной, сказав, что мне близка европейская. Если говорить об итальянской кухне, то самым вкусным и гениальным итальянским блюдом я считаю мороженое. И хотя в сладком стараюсь себя ограничивать, от итальянского джелато отказаться довольно сложно. А вот пасту и пиццу я не ем. Модной японской кухне тоже скажу «нет», потому что я не люблю рис и с недавних пор перестала употреблять не обработанную рыбу. Азиатские блюда – совсем не мое, поскольку они в основном очень острые, а я люблю пресную еду.

– Как находите в поездках места, где можно вкусно поесть?

– Так как я занимаюсь разработкой наших маршрутов и локаций, то, как правило, какие-то места стараюсь искать еще на этапе подготовки сценария. Смотрю отзывы, читаю известные платформы, мониторию соцсети. Тут важен не только вкус, но еще и подача: картинка в телевизоре обязана быть красивой. Во время

наших поездок нас, как правило, встречают гиды и сопровождающие. На локациях интересуемся у местных жителей, где можно пообедать или поужинать. И зачастую именно они дают самые хорошие рекомендации.

«Придерживаюсь дробного питания»

– Скажите, каких правил питания вы придерживаетесь?

– Мои близкие прекрасно знают, что еда – это вообще не мой конек. Я далеко не гурман и еда для меня – это не удовольствие, а поддержание элементарной жизнедеятельности. Что касается диет и всевозможных стилей питания, то я пробовала практически все, кроме интервального голодания. Я контролирую свое питание примерно с 15 лет. Методом проб и ошибок пришла к тому, что все-таки нездоровые ограничения – это плохо: лучше, здоровее и красивее ты от этого не станешь. Считаю, что важно слушать себя и понимать, что ты хочешь и когда, контролировать количество своих порций, осторожничать со сладким. Я придерживаюсь дробного питания: ем часто и по чуть-чуть. Для меня это идеальная формула, чтобы не быть голодной, но в то же время не переедать.

Елена СОКОЛОВА

Кстати

«Утром должен быть вкусный завтрак»

– Ваш любимый приём пищи – завтрак, обед или ужин?

– Конечно же, завтрак! Для меня утро – это самое любимое время суток. С утра ты, как правило, свеж, бодр, строишь планы на день, соблюдаешь все свои ритуалы в плане ухода за собой. Ну и, конечно же, утром должен быть вкусный завтрак. Все-таки магия утра существует: чашечка кофе и кусочек сыра с вареньем с утра – это волшебство!

– Как часто вы готовите?

– С некоторых пор, когда у меня появилась семья, я



стала готовить значительно чаще. Не скажу, что каждый день у меня – первое, второе и третье, но по возможности стараюсь радовать близких чем-то вкусным. Когда готовишь для любимых людей, это приносит невероятное удовольствие! Тут главное, чтобы было время.

– Какие кулинарные традиции вы помните из своего детства?

– Я выросла на юге, где одна из главных традиций – готовить кубанский наваристый борщ. Новый год не обошелся без холодца и оливье. Но самое вкусное блюдо из детства – мамин клубничный торт. Мама всегда его пекала в июне, в клубничный сезон. Это что-то вроде медовика, украшенного свежей клубникой. Еще осталось воспоминание, как мама впервые приготовила мясо по-французски. Меня впечатлило не столько блюдо, сколько его название: уже тогда меня тянуло расширять горизонты и путешествовать!

Фото из личного архива Марии Осадник

ДОМАШНИЙ ПОВАР СВ

№3 / 2022

100 ВКУСНЫХ рецептов

СЫРНИКИ, ЗАПЕКАНКИ, ОЛАДЫ



ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ С БОГАТЫМИ ИЛЛЮСТРАЦИЯМИ И ПОШАГОВЫМ ОПИСАНИЕМ

- ✓ В каждом выпуске **100 вкусных рецептов** проверенных и популярных блюд
- ✓ Все блюда можно приготовить из **доступных продуктов**, купленных в обычном магазине

- ✓ Каждый рецепт **имеет информацию** о калорийности, количестве персон и времени приготовления блюда
- ✓ Каждый выпуск содержит **секреты и советы** по приготовлению

**ЖУРНАЛ УЖЕ В ПРОДАЖЕ!
СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ
И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ**

Реклама. 12+

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

OZON ozon.ru¹

WILDBERRIES wildberries.ru²

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование: журнал Домашний повар 100 вкусных рецептов

¹ ООО «Интернет решения». 123112, г. Москва, Пресненская наб., д. 10, эт. 41, пом. I, комн. 6. ОГРН 1027739244741.

² ООО «Вайлдберриз». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр. 1. ОГРН 1067746062449

Вцепившись в карандаши мёртвой хваткой, я стояла в очереди на кассу и сражалась с мелкой дрожью в руках.

Уже лет десять я хожу мимо художественных магазинов, салонов и галерей. Мимо! И никогда не захожу внутрь. Холсты и краски давно пылятся на даче, а вдохновение, отчаявшись добиться от меня хоть чего-то путного, скрылось в тумане, весело помавав ручкой.

Я заметила их в парке

– Это все?

Очнувшись от мыслей, я вздрогнула и уставилась на кассиршу непонимающим взглядом. – Это все? – повторила она. – Бумага, краски, кисти – что-то еще нужно?

– А, нет, – улыбнулась я. – Только карандаши.

...Я заметила его в парке месяц назад. Вернее, их. Мужчину и маленькую девочку, устроивших пикник под раскидистым кленом у пруда с утками. Они ели голубику из высоких прозрачных пластиковых стаканов, кусочками печенья кормили трудолюбивых муравьев и читали нахальным уткам-попрошайкам лекцию о вреде хлеба для их желудков. Они, мужчина и девочка, выглядели забавно, мило, нежно и... немножко неухоженно. На ту самую малость, которая бросается в глаза только матери-наседке, самозабвенно опекающей своих троих птенцов.

Я сидела на лавочке поодаль и любовалась на эту парочку. Он – высокий, темноволосый, худой, в чуть вытертых джинсах и белой футболке поло. Она – принцесса лет пяти, с ободком – кошачьи уши на слегка растрепанной ветром шевелюре каштановых во-

«Как вовремя ты ворвалась в нашу реальность»



“
Без любви жить легче.
Но без неё нет смысла.”
Лев Толстой

лос и в гороховом платье, конечно, розовом. Платье бальное и совсем не для пикника в парке, но ни его, ни ее это не смущает. А на мнение окружающих им плевать, они слишком увлечены общением друг с другом, чтобы отвлекаться на всякие мелочи.

Снова я увидела их в парке спустя неделю, в воскресенье. Они катались на велосипедах, кормили голубей семечками, он купил ей мороженое в вафельном рожке, она собрала для него букет полевых цветов.

С тех пор я каждое воскресенье приходила в парк и видела их там. Я смотрела издали, никак себя не обнаруживая. Я

любовалась ими. Сегодня снова воскресенье, и вот я в парке с блокнотом и пачкой пастельных карандашей. Я буду их рисовать. Я не рисовала десять лет, но сегодня буду.

Мы все идём обедать

– Извините, – я не собиралась этого делать, но не смогла удержаться.

Мужчина обернулся, оторвавшись от чтения детской книги со сказками.

– Да? – вопросительно посмотрел он на меня.

– Я прошу прощения, – покраснела я и зачастила: – Меня зовут Ольга. Вы меня не знаете. Я художник. Ну, то есть когда-то рисовала. Преподавала в художе-

ственном училище, но это неважно. Словом, вот... – и я протянула мужчине рисунок. – Вы, ради бога, простите меня за то, что вот так, без приглашения, ворвалась в вашу реальность. Я просто... Ну, словом... Возьмите рисунок, мне будет приятно. И я больше вас не потревожу.

– Ой, папа, смотри, это же я, – девочка забралась к мужчине на колени и с любопытством стала рассматривать рисунок. – И ты, – обрадовалась она.

– Значит, похоже, – выдохнула я и улыбнулась. – Я переживала.

– Очень похоже, спасибо, – искренне ответил мужчина. – Разрешите, я заплачу вам за наш с Машенькой портрет.

– Ни в коем случае, – замахала я руками. – Это подарок. Да он и не стоит ничего. Я очень давно не рисовала.

– Так, – мужчина подтолкнул дочку, та прыгнула с его колени и с любопытством посмотрела на отца; тот поднялся и подошел ко мне вплотную. Я струхнула – мужчина оказался выше, чем мне представлялось издали. – Тогда мы все идём обедать в кафе. И не спорьте, – веско сказал он, заметив мое желание возразить, – мы с Машенькой собирались перекусить и приглашаем вас присоединиться к нам.

Я улыбнулась и выдохнула: – Ну хорошо, я согласна.

Приглашение на свидание

Обед в компании моих новых знакомцев оказался веселым и дружным. Мы ели куриную лапшу. Это было непременно условие, иначе мы с Машей рисковали остаться без десерта. Затем угощались пастой с вялеными помидорами и ветчиной. А там и десерт подоспел – яблочный штрудель с шариком ванильного мороженого. Из кафе мы выкатились сытые, довольные и значительно потяжелевшие. Было лениво даже ногами двигать.

– Мы вас с Машенькой подвезем на машине, – пообещал мужчина, правильно трактовав мое совиное уханье.

– Я живу здесь совсем недалеко, – заверила я, – дойду. Как раз немного разомнусь и растрясусь жирок.

– Мы вас проводим, – взяла меня за руку Маша. – Да, пап?

– Да, – согласился мужчина.

И мы дружной компанией двинулись в сторону моего дома.

А вечером Юра, так звали мужчину, позвонил мне и пригласил на свидание, заверив, что Машенька

вполне счастливо проводит время у его сестры в компании троих шептунных братьев.

Прекрасный вечер

– Машина мама ушла от нас, когда дочке было полтора года. Уехала за границу с новым мужем, написав отказ от дочери. Но это ничего, мы уже привыкли вдвоем. Жизнь потихоньку наладилась. А поначалу, да, было очень тяжело, – делился со мной сокровенным Юра.

– И от меня муж ушел, – грустно улыбнулась я. – Тоже, говорят, женился. Но я не интересовалась его судьбой. Алименты платит исправно, этого мне достаточно. Детей у нас с ним... ну, вернее, получается, у меня теперь только, трое. Два сыночка и доченька. Они на море сейчас, у моей мамы в гостях. Вот, скоро поеду за ними.

Мы проговорили с Юрой до поздней ночи, сначала в ресторане, затем бродя по укутанным темным ночным одеялом улицам города.

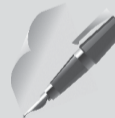
– Я сто лет вот так ни с кем не разговаривал, – признался он, когда мы прощались у моего подъезда. – Ольга, спасибо вам за прекрасный вечер. Вот правда, от всей души.

Я улыбнулась, кивнула и хотела уже было войти в подъезд, как Юра ухватил меня за руку, развернул лицом к себе и поцеловал. Жадно, страстно. Я прильнула к нему, ответила на поцелуй.

– Как вовремя ты ворвалась в нашу реальность, – прошептал мужчина. – Как вовремя.

ОЛЬГА

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



Судоку

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

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

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

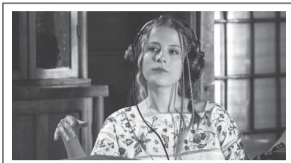
| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | | 9 | | 8 | | | | 4 |
| | | 3 | 9 | | 4 | | | |
| 6 | | 2 | | 5 | 1 | | | |
| | 3 | | 8 | | | 1 | | |
| 2 | 7 | | 1 | | 8 | | 6 | |
| | | 6 | | | 9 | | 5 | |
| | | | 6 | 2 | | 4 | 3 | |
| | | | 1 | | 7 | 6 | | |
| 7 | | | | 3 | | 2 | | 1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

3 ★★★★★

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

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

ПЕРВЫЙ



21.45 «МОСГАЗ: ДЕЛО №8: ЗАПАДНЯ». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «АнтиФейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!». (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «МОСГАЗ: ДЕЛО №8: ЗАПАДНЯ». (16+)
- 22.45 «Большая игра». (16+)
- 23.45 Информационный канал. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Информационный канал. (16+)

РОССИЯ 1



01.00 «МОРОЗОВА». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 17.00 Вести
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ЧАЙКИ». (12+)
- Калининград. Женская волейбольная команда «Чайка» проигрывает решающий матч за выход в Суперлигу. Неудачное решение капитана Екатерины Малышевой оставляет команду без победы. Тем временем Максиму Тополю поступает неожиданное предложение...
- 22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.00 «МОРОЗОВА». (16+)
- 02.50 «СРОЧНО В НОМЕР-2». (16+)

НТВ



13.25 «Чрезвычайное происшествие»

- 04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
- Работники автомойки Гена и Паша промышляют автомобильными кражами. Они угоняют иномарку нового главы администрации Скуратова - тот требует от Тулова срочно найти машину.
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «ЛИХАЧ». (16+)
- 21.35 «Сегодня»
- 00.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 01.45 «МЕНТ В ЗАКОНЕ». (16+)

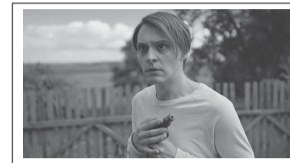
СТС



08.10 «МЭРИ ПОППИНС ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (6+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Три кота». (0+)
- 06.15 «Драконы. Гонки по краю». (6+)
- 07.00 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
- 08.10 «МЭРИ ПОППИНС ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (6+)
- 10.45 «БЛИЗНЕЦЫ». (0+)
- В результате генетического эксперимента по зачатию идеального ребёнка от шести отцов на свет появляются совершенно не похожие близнецы...
- 12.55 «Смывайся!» (6+)
- 14.35 «КЛАССНАЯ КАТЯ». (16+)
- 20.00 «ТЕРМИНАТОР: ТЁМНЫЕ СУДЬБЫ». (16+)
- 22.35 «ТЕРМИНАТОР-3: ВОССТАНИЕ МАШИН». (16+)
- 00.40 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
- 01.45 «ПЕКАРЬ И КРАСАВИЦА». (12+)

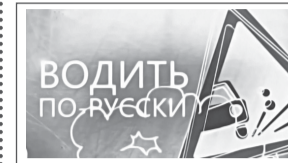
ТНТ



17.00 «ЖУКИ». (16+)

- 07.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
- 08.00 «Простоквашино». (0+)
- 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
- 15.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 17.00 «ЖУКИ». (16+)
- 19.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)
- 21.00 «КАПЕЛЬНИК». (16+)
- 21.55 «ЖЕНЩИНА-КОШКА». (12+)
- 23.55 «БЭТМЕН». (16+)
- На криминальных улицах Готэм-сити, где никогда не светит солнце, объявляется новый король - безжалостный Джокер. Урезонить весельчака по силам лишь Бэтмену - единственному супергерою...
- 02.05 «Такое кино!» (16+)
- 02.30 «Импровизация». (16+)
- 03.20 «Comedy Баттл». (16+)
- 04.05 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)
- 05.40 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



22.15 «Водить по-русски». (16+)

- 06.00 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 17.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «КОНЕЦ СВЕТА». (16+)
- 22.15 «Водить по-русски». (16+)
- 23.30 «Неизвестная история». (16+)
- 00.30 «РИТМ-СЕКЦИЯ». (18+)
- 02.25 «ДЬВЯВОЛЬСКИЙ ОСОБНЯК». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.30 Кондитер. (16+)
- Профессионалы и любители из разных городов покажут Ренату, Ольге Вашуринной и приглашённым экспертам свои сладкие шедевры.
- 08.00 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
- 10.00 На ножах. (16+)
- 12.00 Четыре дачи. (16+)
- 13.40 На ножах. (16+)
- 19.00 Битва шефов. (16+)
- 23.30 Гастротур. (16+)
- 00.40 «НА ПЯТЬДЕСЯТ ОТТЕНКОВ ТЕМНЕЕ». (18+)
- 02.30 Пятница News. (16+)
- 03.00 Инсайдеры. (16+)
- 04.30 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.00 «Папа попал». (16+)
- 07.20 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
- Драматичное произведение о любви во всех её проявлениях: любовь взрослой женщины и молодого мужчины...
- 09.10 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 11.00 «Дом-2. Lite». (16+)
- 13.00 «Супербабушка». (16+)
- 17.50 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
- 20.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+)
- 23.55 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 01.30 «Измены». (18+)
- 03.10 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.10 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ-4». (12+)
- 29-летний Алексей Николаев некогда был актёром, а теперь он агент Федеральной службы безопасности.
- 09.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
- 13.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (12+)
- 18.00 20.00 Решала. (16+)
- 19.00 Заступницы. (16+)
- 22.00 Охотники. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.50 Улётное видео. (16+)

МИР

- 05.00, 10.20 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.40 Новости
- 10.10 Белорусский стандарт. (12+)
- 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 17.05 Мировое соглашение. (16+)
- 18.50 Слабое звено. (12+)
- 19.40 Игра в кино. (12+)
- 21.00 Назад в будущее (16+)
- 22.40 Всемирные игры разума. (12+)
- 23.10 «ГУСАРСКАЯ БАЛЛАДА». (12+)
- 00.50 Наше кино. (12+)
- 01.15 «ЧАСТНАЯ ЖИЗНЬ ПЕТРА ВИНОГРАДОВА». (0+)
- 02.55 Культличности. (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.10 18.00 «АНГЕЛ В СЕРДЦЕ». (16+)
- 11.35 «АЛЫЕ ПАРУСА». (12+)
- 15.10 23.05 «ПЁТР ЛЕЩЕНКО: ВСЁ, ЧТО БЫЛО...» (12+)
- 16.00 «Вспомнить всё». (12+)
- 16.30 «Учёные люди». (12+)
- 17.00 «Формула здоровья» (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 18.30 «Понятная политика». (12+)
- 21.00 «ОБЛАКО-РАЙ». (12+)
- 22.25 «Очень личное». (12+)
- 00.30 Музыкальная шкатулка. (12+)

ПОБЕДА

- 04.30 «Путь к Победе» (16+)
- 05.30 «72 МЕТРА». (16+)
- 07.50 «ДЖУЛЬБАРС». (16+)
- 14.50 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
- Владивосток, 1920 год. Чтобы уцелеть в вихре гражданской войны, мальчишки из разных миров, - простой парень Илья, воспитанный офицером японского гарнизона, и кадет Аркадий, сын белогвардейского полковника, - выдают себя за братьев. Но отнюдь не братское чувство будет помогать им искать свой путь в полные надежд, обретений и разочарований 1920-е и 1930-е...
- 23.59 «Путь к Победе» (16+)
- 01.00 «РУБЕЖ». (16+)
- 02.30 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
- 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
- 07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
- 07.30 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 07.55 «Город героев: Новая история». (6+)
- 08.20 «Утиньи истории». (6+)
- 08.55 «Пёс Пэт». (6+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
- 11.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 14.40 «Финес и Ферб». (6+)
- 15.40 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
- 16.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 19.10 «Отряд «Призрак». (6+)
- 19.30 «Планета сокровищ». (6+)
- В детстве мальчишка Джим Хоккин узнал о легенде, в которой говорилось о существовании планеты с самыми удивительными сокровищами во всем мире.
- 21.25 «Гравити Фолз». (12+)
- 23.00 «Великий Человек-Паук». (12+)
- 23.55 «Закон Мерфи». (12+)
- 02.05 «Город героев: Новая история». (6+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 03.05, 07.45 Пешком по Москве. (6+)
- 03.20, 06.15 Историада. (12+)
- 04.10, 07.10 Личность в истории. (12+)
- 04.40 Историкограф. (12+)
- 05.20 Библиотеки России. (6+)
- 05.50 Великие изобретатели. (12+)
- 08.00 «КОТОВСКИЙ». (12+)
- 09.10 Список Киселева. Никогда больше. (12+)
- 10.10, 17.40 Семь дней истории. (12+)
- 10.15 «БАЛЬЗАК». (16+)
- 11.55 «ГЕРОИ ШПИКИ». (12+)
- 14.05 Мемориалы России. (12+)
- 14.35 108 минут, которые перевернули мир. (12+)
- 15.15 Архивы истории. (12+)
- 15.30 Россия. Связь времен. (12+)
- 16.00 Н. М. Карамзин. Историк государства Российского. (12+)
- 16.10 Битва оружейников. (12+)
- 16.50 Всемирное наследие. (12+)
- 17.50 Первая мировая. (12+)
- 18.45 Живая сталь. Тепловозы и электровозы СССР. (12+)
- 19.15 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
- 19.30 Загадки засечной черты. (12+)
- 20.00 Неизвестный Тургенев. Свет и тень. (12+)
- 20.50 Не квартира - музей. (12+)
- 21.00, 22.00, 23.00 Великие живописцы. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC NG

- 06.00 Научные глупости. (16+)
- 06.15, 07.05 Невероятный доктор Пол. (16+)
- 08.00, 08.55 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
- 09.45, 10.40 Авто-SOS. (16+)
- 11.30 Дикая тунец: Север против Юга. (16+)
- 12.20 Дикая тунец. (16+)
- 13.10, 14.05 Расследования авиакатастроф. (16+)
- 14.55 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
- 16.40 Затерянные сокровища Египта. (16+)
- 17.30 Европа с высоты птичьего полёта. (16+)
- 18.25, 18.50 Фабрика еды. (16+)
- 19.15 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
- 20.10 Расследования авиакатастроф. (16+)
- 21.00, 21.50 Европа с высоты птичьего полёта. (16+)
- 22.45, 23.35 Международные аэропорты Дубай. (16+)
- 00.30 01.20 Служба безопасности аэропорта (16+)
- 02.05, 02.50 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
- 03.30 Европа с высоты птичьего полёта. (16+)
- 04.20 Труднейший в мире ремонт. (16+)
- 05.05 Игры разума. (16+)
- 05.35 Научные глупости. (16+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



09.10
«БАЯЗЕТ»

06.30 07.00 07.45 08.30 10.00
15.00 19.30 23.40 Но-
вости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Невский ковчег»
07.50 Черные дыры. Белые
пятна
08.40 Легенды мирового
кино
09.10 16.35 «БАЯЗЕТ»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 00.00 XX век
12.00 17.20 «Роман в камне»
12.30 «СВОЙ»
13.55 16.25 Цвет времени
14.05 Линия жизни
15.05 Новости. АРТ
15.20 «Агора»
17.50 02.00 Марафон «Звёз-
ды XXI века»
18.40 00.50 «Люди и ракеты»
19.45 Главная роль
20.05 «Семинар»
20.45 «Спокойной ночи,
малыши!»
21.00 «Михаил Кольцов»
21.40 «Сати. Нескучная
классика...»
22.25 «СПРУТ»

ТВЦ



11.50 «ПРАКТИКА-2».
(12+)

06.00 «Настроение»
08.15 «Большое кино». (12+)
08.45 «ТРИ В ОДНОМ». (12+)
10.45 «Петровка, 38». (16+)
10.55 «Городское собрание».
(12+)
11.30 События
11.50 «ПРАКТИКА-2». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «КТО ПОЙМАЛ БУКЕТ
НЕВЕСТЫ». (12+)
16.55 Прощание. (16+)
17.50 События
18.05 «Петровка, 38». (16+)
18.25 «ЧЕЛОВЕК ИЗ ДОМА
НАПРОТИВ». (12+)
22.00 События
22.35 Спецрепортаж. (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «90-е. Лебединая пес-
ня». (16+)
01.25 «Ольга Аросева. Коро-
лева интриг». (16+)
02.05 «Бомба для Гитлера».
(12+)

ТВ-3



06.00 «ЖЕНСКАЯ ДОЛЯ».
(16+)

06.00 «ЖЕНСКАЯ ДОЛЯ».
(16+)
06.30 «Мультфильмы».
(0+)
09.00 Дом исполнения
желаний с Еленой
Блиновской. Путь к
сердцу. (16+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.15 Знаки судьбы.
(16+)
11.50 Вернувшиеся.
(16+)
12.50 Всё в твоих руках.
(16+)
13.25 Гадалка. (16+)
17.20 «Слепая». (16+)
19.30 «ХОРОШИЙ
ДОКТОР». (16+)
21.15 «ОБМАНИ МЕНЯ».
(16+)
23.15 «ПАРФЮМЕР:
ИСТОРИЯ ОДНОГО
УБИЙЦЫ». (16+)
01.45 «ДЕВЯТЫЕ ВРАТА».
(16+)
04.00 Дневник экстрасенса
с Татьяной Лариной.
(16+)

ДОМАШНИЙ



14.50 «ЖЕРТВА ЛЮБВИ».
(16+)

06.30 «6 кадров». (16+)
06.40 По делам несовер-
шеннолетних. (16+)
09.05 Давай разведёмся!
(16+)
10.05 Тест на отцовство.
(16+)
12.15 «Понять. Простить».
(16+)
13.15 «Порча». (16+)
13.45 «Знахарка». (16+)
14.20 «Верну любимого».
(16+)
14.50 «ЖЕРТВА ЛЮБВИ».
(16+)
19.00 «ОБОРВАННАЯ
МЕЛОДИЯ». (16+)
22.35 «Порча». (16+)
23.40 «Знахарка». (16+)
00.15 «Верну любимого».
(16+)
00.45 «Понять. Простить».
(16+)
01.40 Тест на отцовство.
(16+)
03.20 Давай разведёмся!
(16+)
04.10 «ЖЕНСКАЯ КОН-
СУЛЬТАЦИЯ». (16+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «Изнестия». (16+)
05.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ
ФОНАРЕЙ-3». (16+)
08.40 09.30 «ПОСЛЕДНИЙ
БОЙ МАЙОРА
ПУГАЧЕВА». (16+)
09.00 13.00 «Изнестия».
(16+)
13.30 18.00 «УЧИТЕЛЬ
В ЗАКОНЕ: ВОЗВРА-
ЩЕНИЕ». (16+)
17.30 «Изнестия». (16+)
19.40 00.30 «СЛЕД». (16+)
23.10 «СВОИ-5». (16+)
00.00 «Изнестия. Итоговый
выпуск». (16+)
03.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

ЗВЕЗДА

04.45 «НА БЕЗЫМЯННОЙ
ВЫСОТЕ». (16+)
06.30 «19 сентября - День
оружейника». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.20 23.25 «РОЖДЕННАЯ
РЕВОЛЮЦИЕЙ». (12+)
11.20 21.15 «Открытый
эфир». (16+)
13.20 15.05 «ПОСЛЕДНЯЯ
ВСТРЕЧА». (16+)
18.50 «Битва оружейников».
(16+)
19.40 «Загадки века». (12+)
22.55 «Между тем». (12+)
01.05 «ДЕРЗОСТЬ». (12+)
02.40 «Легендарные само-
леты». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ

05.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 «Марафон». (12+)
12.00 «Неделя». (12+)
12.30 «Здоровый интерес».
(12+)
12.45 «Диалог с прошлым».
(12+)
13.15 «#open vrn». (12+)
13.30 03.30 «Просто жизнь».
(12+)
14.00 16.00 21.30 02.30
«Губернские новости».
(12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ГОСПОДА-ТОВАРИ-
ЩИ». (12+)
16.30 «ЛЮБОПЫТНАЯ ВАР-
ВАРА 3». (12+)
17.30 03.15 «Собрание со-
чинений». (12+)
17.45 «Актуальное интер-
вью». (12+)
18.00 «Территория успеха».
(12+)
18.30 «Депутатский журнал».
(12+)
18.45 00.30 «Полицейский
вестник». (12+)
19.00 Чемпионат Высшей
хоккейной лиги.
«Бурани» - «Ермак».
Прямой эфир. (12+)
22.00 01.00 04.00 «Такие
разные». (12+)
23.00 «ВИЛЬГЕЛЬМ ЗАВО-
ЕВАТЕЛЬ». (12+)
00.45 03.00 «В тени чемпио-
нов». (12+)

СПОРТ

06.00 09.10 12.35 14.45 21.55
Новости
06.05 19.15 22.00 Все на
Матч!
09.15 12.40 04.50 Специаль-
ный репортаж. (12+)
09.35 «НА ВСЕХ ШИРОТАХ».
(12+)
11.30 «Есть тема!»
13.00 14.50 «ШАОЛИНЬ».
(12+)
15.50 «Громко»
16.55 Хоккей. «Трактор»
(Челябинск) - «Аван-
гард» (Омск). Фонбет Чем-
пионат КХЛ. Прямая трансля-
ция
19.55 Футбол. «Кубань» (Крас-
нодар) - «Арсенал» (Тула).
МЕЛБЕТ-Первая лига. Пря-
мая трансляция
22.45 Тотальный футбол.
(12+)
23.15 «КРОВЬЮ И ПОТОМ:
АНАБОЛИКИ». (16+)
01.55 «Четыре мушкетёра».
(12+)
02.55 Новости. (0+)
03.00 «АГЕНТ». (16+)
05.05 «Громко». (12+)

06.00 04.15 Регби. Чемпионат
России. (0+)
07.50 10.00 13.00 15.55 Но-
вости
07.55 02.45 «Утомлённые сла-
вой». (16+)
08.20 03.10 «12+1». (12+)
09.05 03.50 «Ген победы» (12+)
09.30 02.15 Спортивная неде-
ля. Итоги. (12+)
10.05 Хоккей с мячом. Кубок
России. Финал. (0+)
11.55 «Ярушин. Хоккей шоу».
(12+)
12.25 12.40 15.15 15.35 20.45
21.00 Спецрепортаж. (12+)
13.05 Летний биатлон. Кубок
Содружества. Спринт. Жен-
щины. (0+)
14.10 Летний биатлон. Кубок
Содружества. Спринт. Муж-
чины. (0+)
16.00 Неделя КХЛ. (12+)
16.50 22.20 Авиаспорт. Чем-
пионат. (0+)
17.40 Бадминтон. (0+)
21.20 «Есть тема!» (16+)
23.10 «Громко». (12+)
00.10 Конный спорт. Бе-
га. (0+)

МУЗЫКА

05.00 Каждое утро. (16+)
Начинай день с МУЗ-ТВ.
07.30 Топ чарт. (16+)
08.00 10 самых! (16+)
08.30 PRO-новости. (16+)
09.00 TikTok чарт. (16+)
10.00 Нулевые. В клубном
угаре. (16+)
11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
12.00 У-Дачный чарт. (16+)
13.00 Золотая дюжина. (16+)
14.00 Русский чарт. (16+)

15.00 PRO-новости. (16+)
15.30 Лига клипов. (16+)
16.00 Top15 Like FM. (16+)
17.00 Ждите ответа. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Плейлист. Осень. (16+)
19.00 Яндекс.Музыка. (16+)
20.00 Хит-сториз. (16+)
20.30 Топ-30. (16+)
22.40 PRO-новости. (16+)
23.00 Плейлист. Осень. (16+)
00.00 Муз'итив. (18+)
02.00 Муз'итив. (16+)
03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

05.00, 05.40, 17.20, 18.10
«ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
06.40 «ЛАРА КРОФТ: КОЛЫ-
БЕЛЬ ЖИЗНИ». (12+)
08.45 «МИССИЯ «СЕРЕНИТИ»».
(16+)
10.50 «ЗВЁЗДНЫЙ ПУТЬ».
(16+)
13.00 «СТАРТРЕК: ВОЗМЕЗ-
ДИЕ». (12+)
15.15 «СТАРТРЕК: БЕСКОНЕЧ-
НОСТЬ». (16+)
19.00 «ЭДВАРД РУКИ-НОЖНИ-
ЦЫ». (12+)
20.50 «СОННАЯ ЛОЩИНА».
(12+)
22.40 «КРУПНАЯ РЫБА». (12+)
00.50 «ОДНАЖДЫ В РИМЕ».
(16+)
02.10 «ЕШЬ, МОЛИСЬ, ЛЮБИ».
(16+)
04.20 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ
ЗА 3 ДНЯ». (16+)

05.30 Мультсериалы. (6+)
07.35 «Пин-код». Мультсери-
ал. (6+)
08.45 «РОДНЫЕ». (12+)
10.35 «МНОГОЭТАЖКА». (16+)
12.10 «ПАПЫ». (6+)
14.05 «ГОРОСКОП НА УДАЧУ».
(12+)
15.50 «КОМАНДА МЕТЧЫ».
(6+)
17.10, 17.40, 18.05, 18.30
«ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИ-
КЯН». (12+)
19.00 «КАНИКУЛЫ ПРЕЗИДЕН-
ТА». (16+)
20.50 «ГОРЬКО!» (16+)
22.35 «ГОРЬКО-2». (16+)
00.10 «ГОРОСКОП НА УДАЧУ».
(12+)
01.45 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ».
(16+)
03.45 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ-2».
(12+)

00.30 «БЕЗЖАЛОСТНЫЕ ЛЮ-
ДИ». (16+)
03.00 «ГДЕ МОЯ ТАЧКА, ЧУ-
ВАК?» (12+)
04.25 «БАНДИТКИ». (16+)
06.05 «ШЕСТОЙ ИГРОК». (12+)
08.05 «ДЖУМАНДЖИ». (6+)
10.00 «МЛАДЕНЕЦ НА ПРО-
ГУЛКЕ, ИЛИ ПОЛЗКОМ ОТ
ГАНГСТЕРОВ». (6+)
11.50 «ВСЕ БЕЗ УМА ОТ МЭ-
РИИ». (16+)
14.10 «ДЕНЬ ГОРОДА». (16+)
15.45 «ДЕДУШКА НЕЛЕГКОГО
ПОВЕДЕНИЯ». (6+)
17.30 «ТУПОЙ И ЕЩЕ ТУ-
ПЕЕ-2». (16+)
19.30 «КРОКОДИЛ ДАНДИ».
(12+)
21.20 «ТВОИ, МОИ И НАШИ».
(6+)
22.55 «АФЕРА ПО-
ГОЛЛИВУДСКИ». (16+)

06.00 Мультфильмы. (0+)
07.30 «САМОГОНЩИКИ». (12+)
07.50 «ПЕС БАРБОС И НЕ-
ОБЫЧНЫЙ КРОСС». (12+)
08.00 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ».
(12+)
10.00 «ДЕНЬ ПОЛНОЛУНИЯ».
(12+)
11.40 «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИ-
МАНИЯ». (12+)
13.25 «ПОСЛЕДНИЕ КАНИКУ-
ЛЫ». (12+)
15.00 «АЛМАЗЫ ДЛЯ МАРИИ».
(12+)
16.25 «ПЕНА». (12+)
17.50, 03.35 «ТАЙНЫ СЛЕД-
СТВИЯ-9». (16+)
19.30 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕ-
РЕД!» (12+)
00.50 «СЛУЖИЛИ ДВА ТОВА-
РИЩА». (12+)
02.25 «МЁРТВЫЕ ДУШИ». (12+)
05.00 «СУЕТА СУЕТ». (12+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Молитвослов. (0+)
05.35 Лица Церкви. (6+)
05.50 Главное. С Анной Шаф-
ран. Новости на СПАСЕ.
(16+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ.
(0+)
10.30 Знак равенства. (16+)
10.45 Завет. (6+)
11.50 Расскажи мне о Боге.
(6+)
12.25 Двенадцать. (12+)
13.00 Прямая линия. Ответ
священника (субтитры).
(12+)
14.00, 14.30 Монастырская
кухня. (0+)
15.00 Земля героев. Добры-
ня Никитич. (0+)

Православный календарь

19 сентября
Седмица 15-я по Пятидесятнице. Глас 5.
Воспоминание чуда Архистратига
Михаила, бывшего в Хонех (Колоссах).



Мчч. Евдоксия, Зинова
и Макария. Мчч. Роми-
ла и с ним многих. Прп.
Архиппа. Мчч. Кириа-
ка, Фавста пресвитера,
Авива диакона и с ним
11 мучеников. Сщмч.
Кирилла, еп. Гортин-
ского. Прп. Давида.
Сщмч. Димитрия пре-
витера. Сщмчч. Ио-
анна и Всеволода пре-
витеров. Киево-Брат-
ской и Арапетской икон Божией Матери.

Поста нет.

« Мужественная душа воскреша-
ет и умерший ум; уныние же и ле-
ность расточают все богатство».
Прп. Иоанн Лествичник

ПЕРВЫЙ



05.00 Телеканал «Доброе утро»

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «АнтиФейк». (16+)
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Информационный канал. (16+)
21.00 «Время»
21.45 «МОСГАЗ: ДЕЛО №8: ЗАПАДНЯ». (16+)
22.45 «Большая игра». (16+)
23.45 Информационный канал. (16+)
03.00 Новости
03.05 Информационный канал. (16+)

РОССИЯ 1



01.00 «МОРОЗОВА». (16+)

05.00 Утро России.
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Кто против?» (12+)
17.00 Вести
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ЧАЙКИ». (12+)
Владелец клуба ставит перед Тополем непростую задачу - найти новых, талантливых, но при этом не дорогих игроков, чтобы уместиться в рамки скудного бюджета. Тополь знакомится с командой и первым делом снимает с должности капитана Екатерину Малышеву...
22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.00 «МОРОЗОВА». (16+)
02.50 «СРОЧНО В НОМЕР-2». (16+)

НТВ



14.00 «Место встречи»

04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
Из тюремного поезда сбегает двое заключенных - рецидивист Штырь и отморозок Рябой. Бандиты скрываются в лесу. Штырь собирается навестить своих родственников в Ивановске.
10.00 «Сегодня»
10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ЛИХАЧ». (16+)
21.45 «СТАЯ». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
01.45 «МЕНТ В ЗАКОНЕ». (16+)

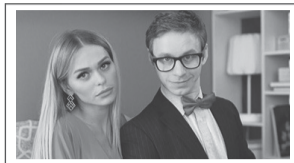
СТС



09.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Три кота». (0+)
06.15 «Драконы. Гонки по краю». (6+)
07.00 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
09.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
11.05 «ТЕРМИНАТОР-3: ВОССТАНИЕ МАШИН». (16+)
13.15 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
18.30 «КЛАССНАЯ КАТЯ». (16+)
20.00 «ВАН ХЕЛЬСИНГ». (12+)
Глубоко в Карпатах лежит таинственная страна Трансильвания - мир, в котором зло встречается на каждом шагу, где монстры, живущие в глубине человеческих кошмаров, обретают форму.
22.40 «БЕЛОСНЕЖКА И ОХАТНИК-2». (16+)
00.50 «ВОССТАНОВИТЕЛИ». (16+)
02.35 «ПЕКАРЬ И КРАСАВИЦА». (12+)
03.40 «6 кадров». (16+)

СТС



09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)

07.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
08.00 «Простоквашино». (0+)
09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
15.00 «САШАТАНЯ». (16+)
17.00 «ЖУКИ». (16+)
19.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)
21.00 «КАПЕЛЬНИК». (16+)
Ваня вместе с одноклассником Сергеем пытаются восстановить справедливость и вернуть заработанные деньги. Алко после ухода из коллектива пытается построить самостоятельную карьеру, но узнает, что её миллионный аккаунт больше ей не принадлежит.
22.00 «ВЕДЬМЫ». (12+)
00.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ БЭТМЕНА». (16+)
02.10 «Импровизация». (16+)
03.45 «Comedy Баттл». (16+)
04.30 «Открытый микрофон». (16+)
06.10 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



20.00 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ». (12+)

06.00 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна». (16+)
10.00 «СОВБЕЗ». (16+)
11.00 Как устроен мир. (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ». (12+)
22.20 «Водить по-русски». (16+)
23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
00.30 «ЗАЛОЖНИК-ИЗГОЙ». (18+)
02.10 «СОЛДАТЫ ФОРТУНЫ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА
05.30 Кондитер. (16+)
08.00 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
10.00 На ножах. (16+)
Константин Ивлев приехал в Волгоград разрешить спор двух владельцев кальян-бара «Shabash».
11.40 Мистер X. (16+)
15.40 Четыре свадьбы. (16+)
19.00 Мистер X. (16+)
21.10 Четыре свадьбы. (16+)
00.30 «ШОУГЕЛЗ». (18+)
02.30 Пятница News. (16+)
03.00 Инсайдеры. (16+)
04.40 Пятница News. (16+)
ЧЕ!
06.00 Улетное видео. (16+)
Видеосюжеты, которые вошли в программу, зафиксированы уличными камерами наблюдения или сняты на мобильные телефоны.
06.10 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ-4». (12+)
09.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
13.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (12+)
18.00 Решала. (16+)
19.00 Заступницы. (16+)
20.00 Решала. (16+)
22.00 Охотники. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
ОТР
06.00 «Утро вместе». (12+)
10.10 18.00 «АНГЕЛ В СЕРДЦЕ». (16+)
11.35 «ОБЛАКО-РАЙ». (12+)
15.10 «ПЁТР ЛЕЩЕНКО: ВСЁ, ЧТО БЫЛО...» (12+)
16.30 00.05 «Юрий Кучиев». (12+)
17.00 «Такие разные». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
18.45 «Депутатский журнал». (12+)
21.00 «МЕДВЕЖИЙ ПОЦЕЛУЙ». (12+)
23.10 «ПЁТР ЛЕЩЕНКО: ВСЁ, ЧТО БЫЛО...» (12+)
00.30 Музыкальная шкатулка. (12+)
ПОБЕДА
04.30 «Путь к Победе» (16+)
05.30 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
07.30 «ГЕТЕРЫ МАЙОРА СОКОЛОВА». (16+)
14.20 «АПОСТОЛ». (16+)
Два брата-близнеца - Петр и Павел. Петр - воррецидивист, бесчестный негодяй, работавший против СССР на немецкую разведку и погибший во время исполнения задания. Павел - добрый сельский учитель, которому придется занять место брата, чтобы по заданию НКВД рассекретить немецкую шпионскую сеть.
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
02.40 «НЕ ХЛЕБОМ ЕДИНЫМ». (12+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY
05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)
06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
07.30 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.55 «Город героев: Новая история». (6+)
08.20 «Утиньи истории». (6+)
08.55 «Пёс Пэт». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
11.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
14.40 «Финес и Ферб». (6+)
15.40 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
16.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
19.10 «Отряд «Призрак». (6+)
19.30 «Геркулес». (6+)
Давным-давно любимый сын небожителей Зевса и Геры по имени Геркулес был похищен слугами коварного Аида, повелителя загробного мира.
21.25 «Гравити Фолз». (12+)
23.00 «Великий Человек-Паук». (12+)
23.55 «Город героев: Новая история». (6+)
02.05 «Отель Трансильвания». (12+)
04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
КАРУСЕЛЬ
05.00 Ранние пташки. «Жила-была царевна». (0+)
06.55 «Жужжалка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+)
07.30 «Жужжалка». (0+)
07.35 «Эрнест и Селестина». (0+)
08.25 «Три кота». (0+)
Увлекательные истории из жизни трех маленьких любознательных котят: Коржика, Компота и их младшей сестренки Карамельки.
10.45 «ТриО!» (0+)
11.05 «Монски». (0+)
11.35 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
13.05 «Дикие скричеры!» (6+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Смешарики. Пинкод». (6+)
16.20 «Маша и Медведь». (0+)
18.25 «Команда Флоры». (0+)
20.15 «Зebra в клеточку». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малышки!» (0+)
20.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
22.30 «Инфинити Надо». (6+)
22.55 «Союзмультфильм» представляет: «Ничуть не страшно». (0+)
23.05 «Змей на чердаке». (0+)
23.15 «В порту». (0+)
23.30 «Синеглазка». (0+)
23.45 «Как ослик счастье искал». (0+)
23.55 «Элвин и бурундуки». (6+)
02.10 «Еда на ура!» (0+)
02.30 «Барбоскины». (0+)
04.30 «Студия Каляки-Малыки». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ
06.15 Историада. (12+)
07.10 Личность в истории. (12+)
07.45 Пешком по Москве. (6+)
08.00, 08.45 «БАУХАУС - НОВАЯ ЭРА». (16+)
09.30 «ГЕРОИ ШИПКИ» (12+)
11.30 Жил-был Дом. (12+)
12.00 Мемориалы России. (12+)
12.25 108 минут, которые перевернули мир. (12+)
13.10 Россия. Связь времен. (12+)
13.35 Архивы истории (12+)
13.50 Первая мировая (12+)
14.45 Живая сталь. Тепло-возы и электровозы СССР. (12+)
15.15 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
15.25 Загадки засечной черты. (12+)
16.00 Н. М. Карамзин. Историк государства Российской империи. (12+)
16.10 Перед вечностью. (12+)
16.55 Всемирное наследие. (12+)
17.40 Семь дней истории. (12+)
17.50 Неизвестный Тургенев. Свет и тень. (12+)
18.40 Не квартира - музей. (12+)
18.50 Великие живописцы. (12+)
19.45 Обыкновенная история. (6+)
20.00, 20.20 Трудные вопросы истории России. (12+)
20.45 Жизнь в эпоху мушкетёров. (12+)
22.15 Культурная полиция. (12+)
23.05 Исторические города Британии. (12+)
VIASAT HISTORY
06.00 Невероятные изобретения. (12+)
06.30 Золотое кораблекрушение. (12+)
07.25 Сокровища Инда: Пакистан без прикрас. (12+)
08.10 Империя с Майклом Портилло: Индия. (12+)
08.55 Древний апокалипсис: Цивилизация майя. (16+)
09.50 Загадки Египта. (12+)
10.40 Запретная история. (16+)
11.30 Сокровища Инда: Пакистан без прикрас. (12+)
12.20 Загадки Египта. (12+)
13.10 Тайный Берсаль Мари-Антуанетты. (12+)
14.05 Шесть королей Генриха VIII. (12+)
14.55 Мифы и тайны королевской истории. (16+)
15.55 Запретная история. (16+)
16.45 Секреты утерянного ковчега: Захвачен римскими легионами. (12+)
17.35 Тайны египетских пирамид. (12+)
18.30, 23.40 Империя с Майклом Портилло: Ямайка. (12+)
19.20, 00.30 Сокровища Инда: Другая сторона Тадж-Махала. (12+)
20.10, 01.15 Запретная история. (16+)
21.00, 02.05 Древний апокалипсис: Затерянный город Гелика. (16+)
21.55, 02.55 Лондон: 2000 лет истории. (12+)
22.40, 03.45 Древние небеса: Боги и чудовища. (6+)
04.40 Загадки Египта. (12+)
05.25 Невероятные изобретения. (12+)
NATIONAL GEOGRAPHIC
06.00 Научные глупости. (16+)
06.25, 07.10 Невероятный доктор Пол. (16+)
08.05, 08.55 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
09.45, 10.40 Авто-SOS. (16+)
11.30 Дикий туец: Север против Юга. (16+)
12.20 Дикий туец. (16+)
13.10, 14.05 Расследования авиакатастроф. (16+)
14.55 Служба безопасности аэропорта: Рим. (16+)
15.45 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
16.40, 17.30 Европа с высоты птичьего полёта. (16+)
18.25, 18.50 Фабрика еды. (16+)
19.15 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
20.10 Расследования авиакатастроф. (16+)
21.00 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
21.50 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
22.45, 23.35 Международный аэропорт Дубай. (16+)
00.30 01.20 Служба безопасности аэропорта (16+)
02.05, 02.50 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
03.35 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
04.15 Труднейший в мире ремонт. (16+)
05.05 Игры разума. (16+)
05.35 Научные глупости. (16+)

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

| 7 ПЕРВЫЙ | РОССИЯ 1 | РОССИЯ | НТВ | СТС | СТС | ТНТ | ТНТ | REN |
|---|--|--|---|---|---|-----|-----|-----|
|  21.45 «МОСГАЗ. ДЕЛО №8: ЗАПАДНЯ». (16+) |  01.00 «МОРОЗОВА». (16+) |  16.45 «За гранью». (16+) |  13.25 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+) |  19.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+) |  17.00 «Тайны Чапман». (16+) | | | |
| 05.00 Телеканал «Доброе утро» 09.00 Новости (с субтитрами) 09.20 «АнтиФейк». (16+) 09.55 «Жить здорово!». (16+) 10.45 Информационный канал. (16+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Информационный канал. (16+) 15.00 Новости (с субтитрами) 15.15 Информационный канал. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.20 Информационный канал. (16+) 21.00 «Время» 21.45 «МОСГАЗ: ДЕЛО №8: ЗАПАДНЯ». (16+) 22.45 «Большая игра». (16+) 23.45 Информационный канал. (16+) 03.00 Новости 03.05 Информационный канал. (16+) | 05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России 09.55 О самом главном. (12+) 11.00 Вести 11.30 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.30 Вести. Местное время 14.55 «Кто против?» (12+) 17.00 Вести 17.30 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 21.05 Вести. Местное время 21.20 «ЧАЙКИ». (12+) Тополоу всё-таки удаётся уговорить войти в состав команды известную волейболистку Валерию Булгарину, с которой у него в прошлом был роман. «Чайке» предстоит первая игра, но внутри коллектива атмосфера напряженная... 22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+) 01.00 «МОРОЗОВА». (16+) 02.50 «СРОЧНО В НОМЕР-2». (16+) | 04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+) 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+) 08.00 «Сегодня» 08.25 «ЛЕСНИК». (16+) В типографии, где производятся фальшивые деньги, происходит облава. Одному из мошенников удается уйти... 10.00 «Сегодня» 10.35 «ЛЕСНИК». (16+) 13.00 «Сегодня» 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «Место встречи» 16.00 «Сегодня» 16.45 «За гранью». (16+) 17.50 «ДНК». (16+) 19.00 «Сегодня» 20.00 «ЛИХАЧ». (16+) 21.45 «СТАЯ». (16+) 23.35 «Сегодня» 00.00 «Храм Святого Саввы в Белграде». (16+) 00.55 «АГЕНСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+) 01.55 «МЕНТ В ЗАКОНЕ». (16+) | 06.00 Ералаш. (0+) 06.05 «Три кота». (0+) 06.15 «Драконы. Гонки по краю». (6+) 07.00 «Приключения Вуди и его друзей». (0+) 08.45 «ВОРОНИНЫ». (16+) 10.55 «ВАН ХЕЛЬСИНГ». (12+) 13.25 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+) 18.30 «КЛАССНАЯ КАТЯ». (16+) 20.00 «2012». (16+) В 2009 году индийский геолог Сатнам проводит исследования в медном руднике и обнаруживает, что от небывалой вспышки на Солнце разогревается ядро Земли, причём температура растёт очень быстро. Этот разогрев вызовет цепочку событий, которая неминуемо приведёт к глобальному катаклизму... 23.10 «ГЛУБОКОВОДНЫЙ ГОРИЗОНТ». (16+) 01.15 «ПЕКАРЬ И КРАСАВИЦА». (12+) | 07.00 «Приключения Пети и Волка». (12+) 08.00 «Простоквашино». (0+) 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+) 15.00 «САШАТАНЯ». (16+) 17.00 «ЖУКИ». (16+) 19.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+) 21.00 «КАПЕЛЬНИК». (16+) Ване больше не дают заказы, Серега ищет клиентов через интернет и чуть не лишается друга. Тем временем под Ваню копают покровители Стаса, чтобы сделать из него козла отпущения. Алко пытается раскрыть акаунт с нуля, но для творчества ей не хватает «допинга»... 21.50 «КОЛДОВОСТВО: НОВЫЙ РИТУАЛ». (16+) 23.35 «БЭТМЕН НАВСЕГДА». (16+) 01.45 «Импровизация». (16+) 03.20 «Comedy Баттл». (16+) 04.05 «Открытый микрофон». (16+) 05.45 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) | 06.00 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 07.00 «С бодрим утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «САНКТУМ». (16+) 22.00 22.35 «Смотреть всем!» (16+) 00.30 «ЕГО СОБАЧЬЕ ДЕЛО». (18+) 04.35 «Документальный проект». (16+) | | | |

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

| ПЯТНИЦА | ЧЕ! | ОТР |
|---|--|--|
| 05.30 Кондитер. (16+) 07.50 «КОМИССАР РЕКС». (16+) 09.50 На ножах. (16+) 12.10 Адский шеф. (16+) 14.40 Зовите шефа. (16+) 15.50 На ножах. (16+) 19.00 Адский шеф. (16+) 21.00 Битва шефов. (16+) 23.10 Молодые ножи. (16+) 00.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ СЕМЕРКА». (16+) 02.30 Пятница News. (16+) 03.00 «ГРОМКАЯ СВЯЗЬ». (16+) 04.30 Пятница News. (16+) | 06.00 Улётное видео. (16+) 06.10 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ-4». (12+) 09.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 13.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (12+) 18.00 Решала. (16+) Каждый день тысячи россиян становятся жертвами аферистов. О подобных преступлениях редко заявляют в полицию. 19.00 Заступницы. (16+) 20.00 Решала. (16+) 22.00 Охотники. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.50 Улётное видео. (16+) | 06.00 «Утро вместе». (12+) 10.10 18.00 «АНГЕЛ В СЕРДЦЕ». (16+) 11.25 «МЕДВЕДИЖЬИ ПОЦЕЛУЙ». (12+) 15.10 «ПЁТР ЛЕЩЕНКО: ВСЁ, ЧТО БЫЛО...» (12+) 16.05 «Свет и тени». (12+) 16.30 00.00 «Ростислав Алексеев». (12+) 17.00 «Открытая наука». (12+) 18.00 «Губернские новости». (12+) 17.45 «Отчий дом». (12+) 21.00 «КРЫЛЬЯ». (12+) 22.25 Триумф джаза. (12+) 23.05 «ПЁТР ЛЕЩЕНКО: ВСЁ, ЧТО БЫЛО...» (12+) |
| Ю | МИР | Победа |
| 05.00 «Папа попал». (16+) 07.15 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+) 09.10 «ЧЁРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+) 11.00 «Дом-2. Lite». (16+) 13.00 «Супербабушка». (16+) 17.50 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+) 20.00 «ЧЁРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+) 22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+) 23.55 «Я стесняюсь своего тела». (16+) Супергерои, стоящие на страже нашего здоровья, возвращаются в 6 сезоне культового реалити «Я стесняюсь своего тела»! 01.35 «Измены». (18+) 03.20 «Моя свекровь - монстр». (16+) | 05.35, 10.10 «БАЛАБОЛ». (16+) 10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.25 Новости 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! 16.40 Решала. (16+) 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+) 17.05 Мировое соглашение. (16+) 18.50 Слабое звено. (12+) 19.40 Игра в кино. (12+) 21.00 Назад в будущее. (16+) 22.40 Всемирные игры разума. (12+) 23.10 «ТРИДЦАТЬ ТРИ». (12+) 00.30 Наше кино. История большой любви. (12+) 00.55 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (0+) 02.40 Культурности. (12+) | 04.30 «Путь к Победе» (16+) 05.20 «ГЕРОЙ 115». (16+) 06.30 «СТАРое РУЖЬЕ». (18+) 09.40 «ПОД ЛИВНЕМ ПУЛЬ». (16+) 13.30 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (18+) Юные подпольщики для борьбы с карателями организуют свой отряд - «Молодую гвардию». Под самым носом у фашистских оккупантов ребята совершают многочисленные диверсии. Фашисты и не подозревают, что имеют дело не с партизанами... 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ». (16+) 02.50 «РОДИНА ИЛИ СМЕРТЬ». (16+) |

ДЕТСКИЕ

| КАНАЛ DISNEY | КАРУСЕЛЬ |
|---|---|
| 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+) 05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+) 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+) 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+) 06.25 «Аладдин» (субтитры). (6+) 06.50 «Чудеса на виражах». (6+) 07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+) 07.30 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+) 07.55 «Город героев: Новая история». (6+) 08.20 «Утиньи истории». (6+) 08.55 «Пёс Пэт». (6+) 09.00 Доброе утро с Микки. (0+) 11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+) 11.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 14.40 «Финес и Ферб». (6+) 15.40 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+) 16.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 19.10 «Отряд «Призрак». (6+) 19.30 «Принцесса и лягушка». (0+) Здесь вас ждут говорящие лягушки, поющие аллигаторы и страдающие от неразделенных чувств светлячки. 21.25 «Гравити Фолз». (12+) 23.00 «Великий Человек-Паук». (12+) 23.55 «Отель Трансильвания». (12+) 02.05 «Семейка Крудс. Начало». (12+) 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+) | 05.00 Ранние пташки. «Енотки». (0+) 06.55 «Жужжалка». (0+) На зарядку сил не жалко - начинается «Жужжалка»! 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Жужжалка». (0+) 07.35 «Эрнест и Селестина». (0+) 08.25 «Ник-изобретатель». (0+) 10.45 «Игра с умом». (0+) Антонимы и синонимы, двоящие согласные и безударные гласные, словосочетания и целевые тексты... Скажете, что это скучно? Все нет, потому что это повод посоревноваться в игре о невероятно интересном русском языке! 11.05 «Монски». (0+) 11.35 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+) 13.05 «Дикие скричеры!» (6+) 14.00 «Навигатор. Новости». (0+) 14.10 «Супер МЯУ». (0+) 16.20 «Смешарики». (0+) 18.25 «Оранжевая корова». (0+) 20.15 «Зебра в клеточку». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 22.30 «Инфинити Надо». (6+) 22.55 «Аленький цветочек». (0+) 23.35 «Василиса Прекрасная». (0+) 23.55 «Элвин и бурундуки». (6+) 02.10 «Еда на ура!» (0+) 02.30 «Барбоскины». (0+) 04.30 «Студия Каляки-Малыки». (0+) |

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

| 365 ДНЕЙ ТВ | VIASAT HISTORY | NATIONAL GEOGRAPHIC NG |
|---|---|---|
| 07.10, 19.30 Личность в истории. (12+) 07.45 Пешком по Москве. (6+) 08.00 Мемориалы России. (12+) 08.25 108 минут, которые перевернули мир. (12+) 09.10 Россия. Связь времен. (12+) 09.35 Архивы истории. (12+) 09.50 Первая мировая. (12+) 10.45 Живая сталь. Теплопроводы и электропроводы СССР. (12+) 11.15 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+) 11.25 Загадки засечной черты. (12+) 12.00 Неизвестный Тургенев. Свет и тень. (12+) 12.50 Не квартира - музей. (12+) 13.00, 14.00, 15.00 Великие живописцы. (12+) 16.00 Н. М. Карамзин. (12+) 16.10 Петербург космический. (12+) 16.55 Всемирное наследие. (12+) 17.40 Семь дней истории. (12+) 17.50, 18.15 Трудные вопросы истории России. (12+) 18.40 Культурная полиция. Охотники за искусством. (12+) 20.00 Люди, сделавшие Землю круглой. (12+) 20.50 Секреты истории. (12+) 22.50 Тайное становится явным. (12+) 23.00 Большое путешествие по Италии. (12+) | 06.15 Невероятные изобретения. (12+) 06.45, 07.30 Сокровища Инда. (12+) 08.15 Империя с Майклом Портилло: Ямайка. (12+) 09.00 Секреты утерянного ковчега. (12+) 09.45 Тайны египетских пирамид. (12+) 10.40 Запретная история. (16+) 11.30 Сокровища Инда. (12+) 12.20 Загадки Египта. (12+) 13.10 Древний апокалипсис: Затерянный город Гелика. (16+) 14.05 Лондон: 2000 лет истории. (12+) 14.55 Древние небеса: Боги и чудовища. (6+) 15.55 Запретная история: Секреты Библии Дьявола. (16+) 16.45 Секреты утерянного ковчега: Закопан под Иерусалимом. (12+) 17.35 Тайны египетских пирамид. (12+) 18.30, 23.35 Империя с Майклом Портилло (12+) 19.20, 00.20 Сокровища Инда: Земля и люди. (12+) 20.10, 01.10 Запретная история. (16+) 21.00, 01.55 Байи - Атлантида Древнего Рима. (12+) 21.55, 02.55 Армагеддон Цезаря: Нашествие. (16+) 22.45, 03.40 Армагеддон Цезаря. (16+) 04.25 Тайны египетских пирамид. (12+) 05.15 Невероятные изобретения. (12+) | 06.00, 06.05 Научные глупости. (16+) 06.30, 07.15 Невероятный доктор Пол. (16+) 08.10, 09.00 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+) 09.50, 10.45 Авто-SOS. (16+) 11.35 Дикий туец: Север против Юга. (16+) 12.30 Дикий туец: Лучшее. (16+) 13.20, 14.10 Расследования авиакатастроф. (16+) 15.00 Служба безопасности аэропорта: Рим. (16+) 15.50 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+) 16.45 В дикой природе с Беаром Гриллсом: Вызов. (16+) 17.35 Европа с высоты птичьего полета. (16+) 18.25, 18.50 Фабрика еды. (16+) 19.15 20.10 Расследования авиакатастроф. (16+) 21.00 Дикий туец. (16+) 21.50 Дикий туец: Лучшее. (16+) 22.40, 23.30 Международный аэропорт Дубай. (16+) 00.25 Служба безопасности аэропорта: Рим. (16+) 01.15 Служба безопасности аэропорта. (16+) 02.00, 02.40 Расследование авиакатастроф. (16+) 03.25 Дикий туец. (16+) 04.10 Труднейший в мире ремонт. (16+) 04.55 Игры разума. (16+) 05.35 Научные глупости. (16+) |

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Сериилы (0+) рекомендуется детям любого возраста. (6+) не рекомендуется детям до 6 лет. (12+) не рекомендуется детям до 12 лет. (16+) не рекомендуется лицам старше 16 лет. (18+) не рекомендуется лицам старше 18 лет. Телепрограмма представлена компанией ЗАО «Сервис ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет.

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



12.25
«СПРУТ»

06.30 07.00 07.30 08.30 10.00
15.00 19.30 23.40
Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Русский стиль»
07.35 «Сохранить образы святости»
08.15 «Первые в мире»
08.40 Легенды мирового кино
09.10 16.45 «БАЯЗЕТ»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 00.00 ХХ век
12.10 «Забытое ремесло»
12.25 «СПРУТ»
13.45 Искусственный отбор
15.05 Новости. Кино
15.20 «Рождество Пресвятой Богородицы»
16.00 «Белая студия»
17.35 «Звёзды XXI века»
18.40 Юбилей Виктории Марковой
19.45 Главная роль
20.05 «Семинар»
20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
21.00 Абсолютный слух
21.40 Дневники конкурса «Учитель года»
22.25 «СПРУТ-2»
23.20 Цвет времени

ТВЦ



11.50 «ПРАКТИКА-2». (12+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.45 «ТРИ В ОДНОМ». (12+)
10.35 «Ольга Остроумова. Не все слёзы фальшивые». (12+)
11.30 События
11.50 «ПРАКТИКА-2». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «ПОКОПАЙТЕСЬ В МОЕЙ ПАМЯТИ». (12+)
16.55 Прощание. (16+)
17.50 События
18.15 «КОТЕЙКА». (12+)
22.00 События
22.40 «Хватит слухов!» (16+)
23.10 Прощание. (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Битва за наследство». (12+)
01.25 «Знак качества». (16+)
02.05 «Ошибка президента Клинтона». (12+)
02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)
03.15 «ПОКОПАЙТЕСЬ В МОЕЙ ПАМЯТИ». (12+)

ТВ-3



21.15 «ОБМАНИ МЕНЯ». (16+)

06.00 «ЖЕНСКАЯ ДОЛЯ». (16+)
06.30 «Мультфильмы». (0+)
09.30 17.20 «Слепая». (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
11.50 Мистические истории. (16+)
12.50 Всё в твоих руках. (16+)
13.25 Гадалка. (16+)
19.30 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
21.15 «ОБМАНИ МЕНЯ». (16+)
23.15 «ЛИНИЯ ГОРИЗОНТА». (16+)
Тропический остров. Свадьба друзей. Частный самолет... Все складывалось как нельзя лучше для Сары и Джексона, пока у пилота не случился сердечный приступ прямо в небе. Одни на огромной высоте, без всякой связи, а главное - без понятия, как посадить самолет. Вокруг только небо и штормовой океан
01.00 «БАШНЯ». (16+)
03.45 «Городские легенды». (16+)

ДОМАШНИЙ



04.30 «ЖЕНСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ». (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
09.30 Давай разведёмся! (16+)
10.30 Тест на отцовство. (16+)
12.40 «Понять. Простить». (16+)
13.40 «Порча». (16+)
14.10 «Знахарка». (16+)
14.45 «Верну любимого». (16+)
15.15 «ОБОРВАННАЯ МЕЛОДИЯ». (16+)
19.00 «ПАВЛИН, ИЛИ ТРЕУГОЛЬНИК В КВАДРАТЕ». (16+)
22.55 «Порча». (16+)
00.00 «Знахарка». (16+)
00.35 «Верну любимого». (16+)
01.05 «Понять. Простить». (16+)
02.00 Тест на отцовство. (16+)
03.40 Давай разведёмся! (16+)
04.30 «ЖЕНСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ». (16+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «Изнестия». (16+)
05.25 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
08.40 09.30 «ИГРА С ОГНЕМ». (16+)
09.00 13.00 «Изнестия». (16+)
13.30 18.00 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
17.30 «Изнестия». (16+)
19.40 00.30 «СЛЕД». (16+)
23.10 «СВОИ-5». (16+)
00.00 «Изнестия. Итоговый выпуск». (16+)
03.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

ЗВЕЗДА

05.05 13.20 15.05 03.25 «ПОСЛЕДНЯЯ ВСТРЕЧА». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.20 23.25 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (12+)
11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
18.15 «Специальный репортаж». (16+)
18.50 «Битва оружейников». (16+)
19.40 «Секретные материалы». (16+)
22.55 «Между тем». (12+)
01.10 «В НЕБЕ «НОЧНЫЕ ВЕДЬМЫ». (12+)
02.30 Звездный отряд. (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 15.00 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (12+)
12.00 00.30 «Футбол губернии». (12+)
12.30 «От 7 до 17». (12+)
13.00 «ЛЮБОПЫТНАЯ ВАРВАРА 3». (12+)
14.00 16.00 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 18.00 «#open vrn». (12+)
14.45 «Эксперт». (12+)
16.30 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (12+)
17.30 03.30 «Открытая наука». (12+)
18.15 03.00 «Заметные люди». (12+)
18.45 «Территория атома». (12+)
19.00 Чемпионат Высшей хоккейной лиги. «Буран» - «Сокол». Прямой эфир. (12+)
22.00 01.00 04.00 «Здоровая среда». (12+)
23.00 «КРУТОЙ». (16+)
Каверин, некогда служивший в ОМОНе, начинает работать на себя - он перевозит грузы и никогда не спрашивает заказчика о том, что внутри.
02.00 «Новости дайджест». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
06.00 09.10 12.35 14.45 16.50
Новости
06.05 16.25 19.00 21.45 00.00
Все на Матч!
09.15 12.40 04.50 Специальный репортаж. (12+)
09.35 «НА ВСЕХ ШИРОТАХ». (12+)
11.30 «Есть тема!»
13.00 02.25 «Вид сверху» (12+)
13.30 14.50 «В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (16+)
15.30 Karate Combat-2022. (16+)
16.55 Футбол. Белоруссия - Россия. Молодежные сборные. Товарищеский матч. Прямая трансляция из Белоруссии
19.25 Хоккей. «Ак Барс» (Казань) - «Спартак» (Москва). Фонбет Чемпионат КХЛ
22.00 Профессиональный бокс. (16+)
00.50 Гандбол. Чемпионат России. Женщины. (0+)
02.55 Новости. (0+)
03.00 «АГЕНТ». (16+)
05.05 «Наши иностранцы». (12+)
06.00 Хоккей с мячом. Кубок России. Финал. (0+)
07.50 10.00 13.00 15.55
Новости
07.55 02.15 «Мой первый тренер». (12+)
08.15 16.45 02.30 «На Оскар не выдвигался, но французам забивал. Александр Панов». (12+)
09.00 18.20 03.40 «Комета «Урал-Грейт». (6+)
09.40 15.35 16.30 21.00 03.10 03.25 Спецрепортаж. (12+)
10.05 Профессиональный бокс. (16+)
12.10 Авиаспорт. (0+)
13.05 14.20 Летний биатлон. Кубок Содружества. (0+)
16.00 22.20 «Мы знаем, что они делали этим летом»
17.25 Автоспорт. G-Drive. (0+)
19.00 «Вид сверху». (12+)
19.25 Гандбол. Чемпионат России. Женщины
21.20 «Есть тема!» (16+)
22.50 Автоспорт. (0+)
23.45 «Ярушин. Хоккей шоу». (12+)
00.10 Конный спорт. Скачки. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 Каждое утро. (16+)
06.40 PRO-новости. (16+)
Мы знаем о звездах всё!
07.00 Каждое утро. (16+)
08.10 Топ чарт. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Топ чарт. (16+)
10.00 Плейлист. Осень. (16+)
11.00 #НАМУЗТВ. (16+)
12.00 Золотая дюжина. (16+)
13.00 Ждите ответа. (16+)
14.00 Top15 Like FM. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Битва фанклубов. (16+)
17.00 Приехали! (16+)
17.30 Liga клипов. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Плейлист. Осень. (16+)
19.00 TikTok чарт. (16+)
20.00 Хит-сториз. (16+)
20.30 Топ-30. (16+)
22.40 PRO-новости. (16+)
23.00 Плейлист. Осень. (16+)
00.00 02.00 Муз'итив. (16+)
03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000
05.15, 05.55, 17.20, 18.10 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
06.35 «ЭЛИЗИУМ: РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
08.25 «МИССИЯ «СЕРЕНИТИ». (16+)
10.30 «ВРЕМЯ». (16+)
12.20 «КОД ДА ВИНЧИ». (16+)
15.00 «АНГЕЛЫ И ДЕМОНЫ». (16+)
19.00 «ЗВЕЗДНЫЙ ПУТЬ». (16+)
21.10 «СТАРТРЕК: ВОЗМЕЗДИЕ». (12+)
23.25 «СТАРТРЕК: БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+)
01.25 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
02.50 «БИБЛИОТЕКАРЬ-2: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)
04.20 «БИБЛИОТЕКАРЬ-3: ПРОКЛЯТИЕ ИУДОВОЙ ЧАШИ». (16+)
КИНОКОМЕДИЯ
00.00 «ТУПОЙ И ЕЩЕ ТУПЕЕ-2». (16+)
01.55 «ВСЕ БЕЗ УМА ОТ МЭРИ». (16+)
04.35 «ДЕНЬ ГОРОДА». (16+)
06.10 «МЛАДЕНЕЦ НА ПРОГУЛКЕ, ИЛИ ПОЛЗКОМ ОТ ГАНГСТЕРОВ». (6+)
08.00 «ЛЮБОВЬ ЗЛА». (12+)
10.10 «ТРИ МУШКЕТЕРА». (12+)
12.05 «БРИЛЛИАНТОВЫЙ ПОЛЩЕЙСКИЙ». (12+)
13.50 «КОНВОИРЫ». (16+)
15.45 «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (6+)
17.50 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ФИЛЬМ-2». (16+)
19.30 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ФИЛЬМ 3-ДЭ». (18+)
21.20 «ЧТО МОГЛО БЫТЬ ХУЖЕ?» (12+)
23.10 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО
05.30 Мультсериалы. (6+)
07.20 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
09.15 «НАПАРНИК». (12+)
10.50 «РОДНЫЕ». (12+)
12.40 «СРОЧНО ВЫЙДУ ЗАМУЖ». (16+)
14.35 «ОДНОКЛАСНИЦЫ». (16+)
15.55 «ОДНОКЛАСНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
17.10, 17.40, 18.05, 18.30 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
19.00 «ДУБЛЕР». (16+)
20.30 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
22.00 «ПРАБАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО». (16+)
23.30 «МНОГОЭТАЖКА». (16+)
01.05 «СРОЧНО ВЫЙДУ ЗАМУЖ». (16+)
ДОМ КИНО
07.00 «Крепость. Щитом и мечом». (6+)
08.25 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». (6+)
09.55 «Алёша Попович и Тугарин Змей». (6+)
11.20 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)
12.35 «Три богатыря и Морская Царь». (6+)
13.55 «Три богатыря и конь на троне». (6+)
15.35 «Конь Юлий и большие скачки». (6+)
17.00 «СВАТЫ». (16+)
23.30 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД». (16+)
Россия, 2000 г.
00.55 «КЛАССИК». (16+)
02.40 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ». (16+)
04.35 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (16+)
СУББОТА!
05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки». Мультсериалы.
16.00, 16.50, 17.40, 18.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
19.20, 20.00, 20.50, 21.40, 22.30 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
23.15 Суббота news 2022. (16+)
23.20, 00.20 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
01.10, 01.50 Пацанки. (16+)
02.30 Спасите нашу семью. (16+)
03.55, 04.20, 04.35 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
04.10, 04.25, 04.50 «Малышарики. Умные песенки». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Молитвослов. (0+)
05.35 «АКТРИСА». (0+)
СССР, 1943 г. В ролях: Галина Сергеева, Борис Бабочкин, Михаил Жаров, Зинаида Морская, Владимир Грибков
07.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
12.30 Рождество Богородицы. Цикл: Праздники. (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Дмитрий Донской. Спасти мир. (0+)
Ни одна дата допетровской Руси не описана в таких подробностях, так красочно и буквально по часам, как 8-й день сентября 1380 года. Мифы, легенды, парадные поверья фактов, питают воображение творцов позднего времени.
15.55 «КАКАЯ У ВАС УЛЫБКА». (0+)
17.45, 19.10 «СЫН ПОЛКА». 1-2 серии. (0+)
20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.45 Следы империи. (16+)
00.20 День Патриарха. (0+)
00.35 Двенадцать. (12+)
01.05 Дорога. (0+)
02.00 Во что мы верим. (0+)
02.55 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

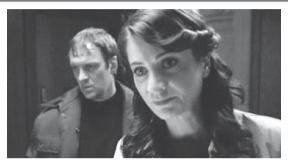
21 сентября
Седмица 15-я по Пятидесятнице. Глас 5.
Рождество Пресвятой Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии.



Прпп. Иоанна и Георгия, исповедников (Груз.). Иконы Софии, Премудрости Божией (Киевской). Чтимых икон Рождества Богородицы: Сямской, Глинской, Лукиановской, Исааковской. Икон Божией Матери: Курской-Коренной «Знамение», Почаевской, Домницкой, Холмской и Леснинской.

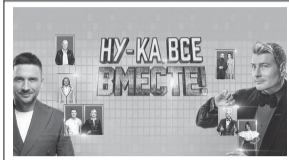
Постный день. Разрешается рыба.
«Сколько бы грехов ни было у кого и как бы велики ни были, у Бога милосердия еще более, потому что, как Он Сам бесконечен, так и милость Его бесконечна». (Св. Тихон Задонский)

ПЕРВЫЙ РОССИЯ 1 РОССИЯ НТВ СТС СТС ТНТ ТНТ РЕН



01.10 «СУДЬБА НА ВЫБОР». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «АнтиФейк». (16+)
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 «Человек и закон». (16+)
19.45 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время»
21.45 Фантастик а. (12+)
00.10 «Герой нашего времени». (16+)
01.10 «СУДЬБА НА ВЫБОР». (16+)
02.00 Информационный канал. (16+)



21.30 «Ну-ка, все вместе!» (12+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Кто против?» (12+)
17.00 Вести
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.15 Вести. Местное время
21.30 «Ну-ка, все вместе!» (12+)
23.45 «Улыбка на ночь». (16+)
00.50 «ВАСИЛЬКИ». (16+)
В ролях: Елена Шилова, Иван Жидков, Пётр Баранчев.
Оля, простая деревенская девушка, безответно влюблена в местного красавца Васю. Ради своей любви Оля отказывается от музыкального колледжа, о котором мечтала, и поступает вслед за Васей в сельхозучилище.



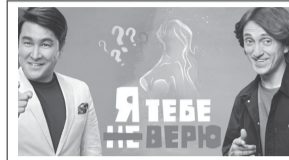
01.30 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)

- 04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «Мои университеты». (6+)
09.25 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)
10.00 «Сегодня»
11.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СЕВЕРНЫЕ РУБЕЖИ». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «ДНК». (16+)
17.55 «Жди меня». (12+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ЛИХАЧ». (16+)
21.45 «СТАЯ». (16+)
23.50 «Своя правда». (16+)
01.30 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
01.55 «Квартирный вопрос». (0+)
02.50 «Таинственная Россия». (16+)



19.30 Шоу «Уральских пельменей». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Три ката». (0+)
06.15 «Драконы. Гонки по краю». (6+)
07.00 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
09.00 Суперлига. (16+)
10.25 «ШТУРМ БЕЛОГО ДОМА». (16+)
13.10 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
19.30 Премьера! Шоу «Уральских пельменей». (16+)
21.00 «СКОРЫЙ «МОСКВА-РОССИЯ». (12+)
Парень готов на всё, лишь бы набрать миллион просмотров для своего видео на YouTube. На пути к своей цели он оказывается в скором поезде.
22.45 «ТЕРМИНАТОР: ТЁМНЫЕ СУДЬБЫ». (16+)
01.10 «ГЛУБОКОВОДНЫЙ ГОРИЗОНТ». (16+)
03.00 «ПЕКАРЬ И КРАСАВИЦА». (12+)
04.10 «6 кадров». (16+)



19.00 «Я тебе не верю». (16+)

- 07.00 «Снежная королева-3. Огонь и лед». (6+)
08.30 «Звездная кухня». (16+)
09.00 «САШАТАНЯ». (16+)
19.00 «Я тебе не верю». (16+)
В шоу Азамата Мусагалиева и Дениса Дорохова придут звёздные гости. Их задача - постараться обмануть друг друга и при этом распознать ложь. Кто в этих делах окажется более искусным, тот и победит...
20.00 «Однажды в России». (16+)
21.00 «Комеди Клуб». (16+)
22.00 «Открытый микрофон». (16+)
23.00 «Новые танцы». (16+)
01.00 «ОХОТНИКИ НА ВЕДЬМ». (18+)
02.15 «Импровизация». (16+)
03.50 «Comedy Баттл». (16+)
04.35 «Открытый микрофон». (16+)
06.15 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)



08.30 «Новости». (16+)

- 05.00 «Документальный проект». (16+)
06.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (12+)
23.25 «БЕГУЩИЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
01.25 «РАЗБОРКИ В МАЛЕНЬКОМ ТОКИО». (18+)
02.45 «СТЕЛС». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

Grid of programs for 'ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ' section including 'Пятница News', 'Победи!', 'Мир', 'Победа'.

ДЕТСКИЕ

Grid of programs for 'ДЕТСКИЕ' section including 'Канал Disney', 'Карусель'.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

Grid of programs for 'ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ' section including '365 365 ДНЕЙ ТВ', 'VIASAT HISTORY', 'National Geographic NG'.

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМОМУ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Сериллы (0+) рекомендуется детям любого возраста. Фильмы (6+) рекомендуется детям до 6 лет. (12+) не рекомендуется детям до 12 лет. (16+) не рекомендуется лицам старше 16 лет. (18+) не рекомендуется лицам старше 18 лет.

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



15.05 Письма из провинции

- 06.30 07.00 07.30 08.30 10.00
15.00 19.30 23.20
Новости культуры
- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 «Русский стиль»
- 07.35 «Сказочная жизнь»
- 08.15 16.20 19.45 «Забывтое ремесло»
- 08.40 Легенды мирового кино
- 09.10 16.35 «БАЯЗЕТ»
- 10.15 Спектакль «Живи и помни»
- 11.55 Открытая книга «СПРУТ-2»
- 13.35 Цвет времени
- 13.45 Власть факта
- 14.30 «Блеск и горькие слезы российских императриц»
- 15.05 Письма из провинции «Энигма»
- 15.35 «Энигма»
- 17.25 Концерт Бориса Березовского в БЗК
- 18.15 «Билет в Большой»
- 19.00 «Смехоностальгия»
- 20.00 «ДЕЛО «ПЕСТРЫХ»
- 21.40 Дневники конкурса «Учитель года»
- 22.30 «2 Верник 2»
- 23.40 Особый взгляд
- 01.25 «Искатели»

ТВЦ



14.50 Город новостей

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «СЕРЁЖКИ С САПФИРАМИ». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «СЕРЁЖКИ С САПФИРАМИ». (12+)
- 12.15 «УМНИЦА, КРАСАВИЦА». (16+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «УМНИЦА, КРАСАВИЦА». (16+)
- 16.55 «Актёрские драмы. Жизнь как песня». (12+)
- 17.50 События
- 18.15 «ОРЛИНСКАЯ: СТРЕЛЫ НЕПТУНА». (12+)
- 20.05 «ОРЛИНСКАЯ: ТАЙНА ВЕНЕРЫ». (12+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.00 «Приют комедиантов». (12+)
- 00.40 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (0+)
- 02.10 «Петровка, 38». (16+)
- 02.25 «КОТЕЙКА». (12+)
- 05.25 «10 самых...» (16+)

ТВ-3



11.50 Мистические истории. (16+)

- 06.00 «ЖЕНСКАЯ ДОЛЯ». (16+)
- 06.30 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 11.50 Мистические истории. (16+)
- 12.50 Всё в твоих руках. (16+)
- 13.25 Гадалка. (16+)
- 14.30 Вернувшиеся. (16+)
- 15.40 Гадалка. (16+)
- 17.20 «Слепая». (16+)
- 19.30 «ЭВЕРЕСТ». (16+)
- Опытный инструктор Роб Холл, собрав группу из лучших альпинистов, собирается совершить восхождение на самую высокую вершину планеты.
- 22.00 «ОГРАБЛЕНИЕ В УРАГАН». (16+)
- 00.00 «СТУКАЧ». (16+)
- 02.00 «Далеко и еще дальше с Михаилом Кожуховым». (16+)
- 04.15 «Городские легенды». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



14.20 «Верну любимого». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.05 Давай разведёмся! (16+)
- 10.05 Тест на отцовство. (16+)
- 12.15 «Понять. Простить». (16+)
- 13.15 «Порча». (16+)
- 13.45 «Знахарка». (16+)
- 14.20 «Верну любимого». (16+)
- 14.50 «ПАВЛИН, ИЛИ ТРЕУГОЛЬНИК В КВАДРАТЕ». (16+)
- 19.00 «РОКОВАЯ ОШИБКА». (16+)
- 22.55 «Порча». (16+)
- 00.00 «Знахарка». (16+)
- 00.35 «Верну любимого». (16+)
- 01.05 «Понять. Простить». (16+)
- 02.00 Тест на отцовство. (16+)
- 03.40 Давай разведёмся! (16+)
- 04.30 «ЖЕНСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ». (16+)

5-Й КАНАЛ

- 06.50 «СТАРАЯ, СТАРАЯ СКАЗКА». (6+)
- 08.40 09.30 «УЛЬТИМАТУМ». (16+)
- 09.00 13.00 17.30 «Известия». (16+)
- 13.30 18.00 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ: СХВАТКА». (16+)
- 19.40 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 «Светская хроника». (16+)
- 00.10 Они потрясли мир. (12+)
- 00.55 «СВОИ-5». (16+)
- 03.40 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+)

ЗВЕЗДА

- 06.30 «РОДНЯ». (12+)
- 09.00 13.00 18.00 Новости дня. (16+)
- 09.20 23.50 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (12+)
- 11.15 13.20 15.05 16.20 19.00 «ИНКАССАТОРЫ». (16+)
- 15.00 Военные новости. (16+)
- 18.40 «Время героев». (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.00 «Музыка+». (12+)
- 01.20 «НАЧАЛЬНИК ЧУКОТКИ». (12+)
- 02.50 «ДОРОГОЙ МАЛЬЧИК». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (16+)
- 12.00 «Такие разные». (12+)
- 13.00 16.30 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (12+)
- 14.00 16.00 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «Актуальное интервью». (12+)
- 15.15 «Современники». (12+)
- 15.45 «Территория атома». (12+)
- 17.30 03.15 «Собрание сочинений». (12+)
- 17.45 «Здоровая среда». (12+)
- 18.45 «Специальный репортаж». (12+)
- 19.00 Чемпионат Высшей хоккейной лиги. «Буран» - «Металлург». Прямой эфир. (12+)
- 22.00 «Точка.ру». (12+)
- 22.30 03.30 «Малая сцена». (12+)
- 00.00 «ЛЕВША». (18+)
- У боксера Билли Хоупа все было прекрасно: звание чемпиона, жена и любимая дочка.
- 02.00 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 03.00 «В тени чемпионов». (12+)

СПОРТ

- 06.00 09.00 12.30 18.00 Новости
- 06.05 14.10 15.40 18.05 21.15 00.00 Все на Матч!
- 09.05 Специальный репортаж. (12+)
- 09.25 «Преступник». (16+)
- 11.30 «Есть тема!»
- 12.35 Лица страны. (12+)
- 12.55 14.25 Пляжный футбол. PARI Кубок России. 1/4 финала
- 15.55 Хоккей с мячом. Сборная России - ХК «Енисей». Открытый кубок Красноярского края
- 18.55 Хоккей. «Торпедо» (Нижегород) - «Авангард» (Омск). Финал Чемпионата КХЛ
- 21.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 00.45 «Точная ставка». (16+)
- 01.05 Пляжный волейбол 4x4. Выставочный матч. Женщины. (0+)
- 02.00 Пляжный волейбол 4x4. Выставочный матч. Мужчины. (0+)
- 02.55 Новости. (0+)

МУЗЫКА

- 05.00 Каждое утро. (16+)
- 06.40 PRO-новости. (16+)
- 07.00 Топ чарт. (16+)
- 07.25 Каждое утро. (16+)
- 08.30 МузГорДвиж. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Русский чарт. (16+)
- 10.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 11.00 #НАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Top15 Like FM. (16+)
- 13.00 Приехали! (16+)
- 13.30 10 самых! (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.00, 05.40, 17.25, 18.10 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
- 06.25 «ПРИВЫЧКА ЖЕНИТЬСЯ». (16+)
- 08.30 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (12+)
- 10.20 «ЛАРА КРОФТ: КОЛЫБЕЛЬ ЖИЗНИ». (12+)
- 12.20 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
- 14.00 «БИБЛИОТЕКАРЬ-2: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)
- 15.45 «БИБЛИОТЕКАРЬ-3: ПРОКЛЯТЫЙ ИУДОВОЙ ЧАШИ». (16+)
- 19.00 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)
- 21.00 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)
- 23.10 «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)
- 01.05 «СОННАЯ ЛОЩИНА». (12+)
- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.20 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 07.20 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 08.30 «ПРИЗРАК». (6+)
- 10.25 «РОБО». (6+)
- 11.55 «ГОРЬКО!». (16+)
- 13.40 «ГОРЬКО!-2». (16+)
- 15.20 «ПАПЫ». (6+)
- 17.10, 17.40, 18.05, 18.30 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
- 19.00 «НЕПРОЩЕННЫЙ». (16+)
- 20.55 «МНОГОЭТАЖКА». (16+)
- 22.40 «ЧЕРНАЯ ВОДА». (16+)
- 00.30 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
- 02.25 «НОПАРНИК». (12+)
- 03.50 «КАНИКУЛЫ ПРЕЗИДЕНТА». (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.20 «ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА». (6+)
- 08.25 «Конь Юлий и большие скачки». (6+)
- 09.50 «Три богатыря и наследница престола». (6+)
- 11.20 «Три богатыря и Морской Царь». (6+)
- 12.45 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)
- 13.55 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». (6+)
- 15.25 «Алёша Попович и Тугарин Змей». (6+)
- 16.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ, УДАЧИ!» (12+)
- 01.15 «ВЫКРУТАСЫ». (12+)
- 02.50 «ДЖУНГЛИ». (12+)
- 04.10 «СЧАСТЬЯ! ЗДОРОВЬЯ!» (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+)
- 08.35 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. СУПЕРНЕВЕСТЫ». (16+)
- Галина Сергеевна учится врать под руководством Даши. В результате им обеим приходится отправиться в Российскую государственную библиотеку. Мама начинает переживать за Галину Сергеевну.
- 13.10 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- 18.00 «КУХНЯ». (12+)
- 23.10 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+)
- 00.40 «РАНЕТКИ». (16+)
- 03.00 «Эй, Арнольд!» Мультсериал. (0+)
- 04.55 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 В поисках Бога. (6+)
- 05.40 Цветы из Бердянска. Цикл: Русские праведники. (0+)
- 06.10 «КАМЕРТОН». 2 серия. (12+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Святитель Феофан Затворник. Цикл: День Ангела. (0+)
- 11.00 Простые чудеса. (12+)
- 11.50 Русский урок. (12+)
- 12.25 Профессор Осипов. (0+)
- 12.55 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
- 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Двенадцать. (12+)
- 15.30 Новомученики. Русская Голгофа. Цикл: Русские праведники. (0+)
- 16.25 «БЕЗ ГОДУ НЕДЕЛЯ». (12+)
- 17.50, 19.10 «СТАРШИЙ СЫН». 1-2 серии. (6+)
- 20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.00 Кино и смыслы. (12+)
- 22.05 «КОМИССАР». (12+)
- 00.05 Кино и смыслы. (12+)
- 00.40 День Патриарха. (0+)
- 00.55 Балаам. Преображение. (0+)
- 01.35 Русский урок. (12+)
- 02.05 Простые чудеса. (12+)
- 02.45, 03.15 Пилигрим. (6+)
- 03.40 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

23 сентября
Седмица 15-я по Пятидесятнице. Глас 5.
Мцц. Минодоры, Митродоры и Нимфодоры.



Иоанна, Константина, Петра, Василия, Глеба, Василия, Иоанна, Петра, Николая, Палладия пресвитеров и прмчч. Мелетия и Гавриила, мч. Симеона, мц. Татианы. Сщмч. Уара, еп. Липецкого.

Постный день.
«Пустые речи, или, как говорят, переливание из пустого в порожнее, уносят из сердца живую веру, страх Божий и любовь к Богу».
Прп. Иоанн Кронштадтский

ПЕРВЫЙ

РОССИЯ 1

НТВ

СТС

СТС

ТНТ

21.35 «Клуб Веселых и Находчивых». (16+)

11.40 «Доктор Мясников». (12+)

16.20 «Следствие вели...» (16+)

14.20 «МАЛЕФИСЕНТА». (12+)

10.00 «Звезды в Африке». (16+)

14.30 «СОВБЕЗ». (16+)

06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 «Умницы и умники». (12+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)

05.00 Утро России. Суббота
08.00 Вести. Местное время
08.20 Местное время. Суббота
08.35 «По секрету всему свету»

05.00 «Спето в СССР». (12+)
05.45 «ИНСПЕКТОР КУПЕР». (16+)
07.25 «Смотр». (0+)
08.00 «Сегодня»

06.05 «Фиксики». (0+)
06.25 «Мультфильмы». (0+)
06.45 «Три кота». (0+)
07.30 Премьера! «Отель «У овечек». (0+)
08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)

07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
09.00 «Звездная кухня». (16+)
09.30 «Перезагрузка». (16+)
10.00 «Звезды в Африке». (16+)

05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.00 «О вкусной и здоровой пище». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА
05.00 Черный список. (16+)
05.30 Пятница News. (16+)
06.00 Кондитер. (16+)
08.30 Мамы Пятницы-4. (16+)

06.00 Улётное видео. (16+)
06.15 Супершеф. (16+)
Успешный ресторатор Арам Мнацаканов спасает рестораны России от банкротства.

06.00 «Утро вместе». (12+)
11.45 «Коллеги». (12+)
12.30 «ЕЩЕ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ». (12+)

05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)

365 ДНЕЙ ТВ
00.00 Час истины. (12+)
01.00, 05.50 Российские военные в начале XX века.

NATIONAL GEOGRAPHIC NG
06.00, 06.25, 07.00 Игры разума. (16+)
07.50, 08.40, 09.30, 10.20 Дикий тунец: Север против Юга. (16+)

05.00 «Папа попал». (16+)
08.35 «Беременная в 16». (16+)
В России на 100 тысяч беременных женщин приходится 800 несовершеннолетних девушек.

05.00, 06.15 Мультфильмы. (0+)
06.00 Все, как у людей. (6+)
07.05 «НЕ БЫЛО ПЕЧАЛИ». (12+)

05.00 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
07.10 «КАЛАШНИКОВ». (16+)

05.00 Ранние пташки. «Лунтики». (0+)
06.55 «Жужжалка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+)

06.15 Невероятные изобретения. (12+)
06.40 История нераскрытых дел. (16+)

06.00, 06.25, 07.00 Игры разума. (16+)
07.50, 08.40, 09.30, 10.20 Дикий тунец: Север против Юга. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. ... СЕРИАЛЫ ФИЛЬМЫ (0+) рекомендуется детям любого возраста. (6+) не рекомендуется детям до 6 лет. (12+) не рекомендуется...

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

В ванной было довольно грязно, как, собственно, и во всей квартире в целом. Залежи белья в корзине, стиральная машинка в мыльных разводах сбoku, сверху завалена грудой мелочей: расчески, зубные щетки, ватные диски, зубная паста, гель для умывания, тюбик оттеночного шампуня и прочая дребедень. Давно не чищенная раковина и ванна в синих потеках. Полотенца на неработающей сушилке пахнут сыростью, на полу комом сбившийся коврик.

– Нашли что-нибудь? – послышался из глубины квартиры окрик.

Вера еще раз бегло осмотрела ванную комнату и вышла, выключив за собой свет.

Александра Петровна, а скоро ваш внук вернется? – спросила она у пожилой женщины, войдя в гости-

В гостях у бабушки



Та сидела на диване, привалившись боком к его спинке. Рядом на журнальном столике в плохо отмытом бокале остывший чай, выдохшее бисквитное печенье, пачки таблеток и маленькая бутылка воды.

– Думаю, сегодня забегит, – вымученно улыбнулась женщина. – Вчера вечером был здесь, но чем-то расстроенный. Помылся, попил чаю, поменял мне постель и ушел.

– Забегит? – удивилась Вера. – Разве он не живет здесь?

Жил, – кивнула женщина. – Но недавно у него появилась девушка. Теперь

они снимают квартиру и живут отдельно. Я предлагала им остаться у меня, зачем тратить деньги, когда есть где жить? Внук вроде был и не против. Но Елена, его избранница, отказалась наотрез. Хочу, мол, самостоятельности, и все тут. Она у него, знаете, ну как сказать?.. Волевая. Волевая и, как мне думается, не склонна к компромиссам. Хотя я и видела Елену всего-то пару раз, но вот такое впечатление у меня о ней сложилось.

– А родители Алексея? Что они думают по этому поводу?

– А родителей у Алексея нет, – печально улыб-

нулась женщина. – Отец ушел еще до его рождения, а мама умерла от рака. Остались мы с Алёшей вдвоем. Я его растила, воспитывала. Жили небогато, но и не голодали. А зачем он, собственно, вам нужен, Алёша мой?

Вера смутилась. Александра Петровна нравилась ей. Несмотря на свою телесную немощ (рядом с кроватью стояло инвалидное кресло) она старалась не показывать, как ей трудно. Интеллигентно общалась, предложила чаю, хоть и предполагалось, что Вера должна приготовить его сама. Словом, у Веры язык не поворахивался сказать, что ее внука Алексея подозревают в ограблении. Женщина, у которой вчера вечером недалеко от центра города вырвали сумку, когда она возвращалась домой с работы, подробно описала синеволосого парня. Был составлен фоторобот, который и привел Веру сюда.

– Мне просто нужно поговорить с ним... об одном деле. Совершенно преступление, есть вероятность,

что Алексей что-то знает об этом.

Ах, – женщина испуганно взглянула на следователя, округлив глаза.

– Да вы не переживайте так, – улыбнулась Вера, – давайте лучше я приберу тут, и мы попьем чаю.

– Что вы, что вы, – замала руками женщина. – Алёшенька придет и все тут приберет. Не вздумайте.

Но Вера уже не слушала. Скинув пиджак и закатав рукава, она споро навела порядок в гости-

ной и заварила зверобойного чаю, нашедшегося в кухонном шкафу Александры Петровны. Женщины чаевничали и вели неспешные беседы, когда в квартире объявился молодой мужчина. Высокий, худой, с бледной кожей и светлыми волосами.

Вы баб Сашина подруга? – с подозрением посмотрел мужчина на Веру.

– Не совсем, – поднялась Вера с дивана. – Александра Петровна, вы не против, если мы с Алексеем выйдем на кухню, поговорим тет-а-тет?

Вера уже точно знала, что Алексей – тот тот человек, которого они ищут. И от этого было тоскливо.

Любовь АНИНА



Как Вера поняла, что Алексей – это тот самый грабитель, вырвавший сумку?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 36: Максим сказал, что его коллега Борис обожал свою машину. Вот и жена подтверждает это, рассказав, что перед отпуском ее муж привел свою ласточку в порядок, даже помыл и заправил, прежде чем припарковать на подземную стоянку. В таком случае вряд ли он сам мог отогнать ее на открытую стоянку у аэропорта и бросить там на неделю. Да и не стояла она там столько времени, судя по фото. Полицейские нашли ее совсем недавно, а на неделе были дожди. Верх же у машины откинут, автомобиль при этом чистый и снаружи, и изнутри, даже журнал на заднем сиденье не намок. При этом жена Бориса, судя по всему, старается повести следствие по ложному пути, выдвигая версии о том, что ее муж мог вернуться из отпуска, взять деньги и машину и, уехав на ней в аэропорт, снова улететь.

Рис. Ирины Светловой

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 19 ПО 25 СЕНТЯБРЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

19 СЕНТЯБРЯ

В 1648 году Блез Паскаль провел опыт, доказавший существование атмосферного давления.

В 1888 году в Бельгии прошел первый в истории конкурс красоты.

20 СЕНТЯБРЯ
В 1519 году Фердинанд Магеллан отправился в кругосветное путешествие.

В 1802 году в России были учреждены министерства вместо коллегий.

В 1862 году в Новгороде открыт памятник «Тысячелетие России».

В 1862 году в Петербурге открыта первая в России консерватория.

21 СЕНТЯБРЯ
В 1051 году был освящен Софийский собор в Великом Новгороде.

В 1799 году начался переход через Альпы армии А.В. Суворова.

22 СЕНТЯБРЯ
В 1764 году в России введены каменные верстовые столбы.

В 1839 году состоялась закладка храма Христа Спасителя в Москве в память об Отечественной войне 1812 года.

23 СЕНТЯБРЯ
В 1848 году Джон Куртис произвел жевательную резинку (День рождения жвачки).

24 СЕНТЯБРЯ
В 1999 году в Лондоне на Бейкер-стрит открыт памятник Шерлоку Холмсу.

25 СЕНТЯБРЯ
В 1763 году по приказу Екатерины II в Москве открыта первая публичная больница в России – Павловский госпиталь.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

19 СЕНТЯБРЯ. Всеволод, Кирилл, Макарий, Михаил.
20 СЕНТЯБРЯ. Андрей, Василий, Григорий, Пётр.
21 СЕНТЯБРЯ. Георгий, Иоанн, Мария.
22 СЕНТЯБРЯ. Александр, Архим, Димитрий, Никита.
23 СЕНТЯБРЯ. Андрей, Евгений, Павел, Татьяна.
24 СЕНТЯБРЯ. Виктор, Димитрий, Сергей.
25 СЕНТЯБРЯ. Алексей, Николай, Феодор.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

19 СЕНТЯБРЯ ■ День оружейника в России
■ День рождения смайлика
20 СЕНТЯБРЯ ■ День рекрутера в России
21 СЕНТЯБРЯ ■ Международный день мира
■ День воинской славы России – День победы русских полков в Куликовской битве (1380 г.)
22 СЕНТЯБРЯ ■ Всемирный день без автомобиля
23 СЕНТЯБРЯ ■ День образовательных технологий
■ Международный день жестовых языков
■ День осеннего равноденствия
24 СЕНТЯБРЯ ■ Международный день караванщика
■ Международный день кружева
25 СЕНТЯБРЯ ■ День машиностроителя
■ Всемирный день фармацевта
■ Международный день глухих

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

«На Федору пчёлы летают – зима отступает»

19 сентября по народному календарю считалось Михайловым днем. Обычно с этого дня начинались заморозки, а иной на деревьях сулил обилие снега зимой.

В Луков день, **20 сентября**, о погоде приближающейся зимы судили по луку: много шелухи на луковичках – сильные морозы зимой.

21 сентября отмечали Рождество Пресвятой Богородицы и подмечали приметы. Красное небо на рассвете предвещало ветер и дождь в течение дня, а паутина на растениях сулила теплый день.

Если **22 сентября**, в день Акима и Анны, листья с вишни еще не опали, то погода будет теплой.

Обилие ягод на рябине

23 сентября, в день Петра и Павла Рябинников, говорило о сырой осени и холодной зиме.

Если **24 сентября**, на Федорины вечерки, пчелы продолжают летать, то зима наступит поздно. И говорили так: «На Федору пчелы летают – зима отступает».

25 сентября, в день Артамона Змеевика, наблюдали за приметами: солнечный день – к ясной погоде, гром прогремел – к теплу, дождь пошел – к долгой зиме.

– Милый, я тут подумала и решила: надо, чтобы ты давал мне больше денег.

– Хорошо, любимая. Но почему вдруг такая просьба?

– Мне нужна большая финансовая независимость.



ТЕЛЕК

Черноземье

Газета «Телек Черноземье». Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. (Роскомнадзор) Свидетельство ПИ № ФС 77 - 77731 от 29.01.2020 г. Издаётся с ноября 2015 года.



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

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С.
Тел. 8-495-580-95-77

Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.

Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.

Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.

Заместитель генерального директора

по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А.
Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220, e-mail: distrib@kardos.ru

Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А.
Тел. (495) 937-95-77, доб. 237, e-mail: distrib@kardos.ru

Заместитель генерального директора

по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.

Заместитель директора департамента

рекламы ГРИГОРЬЕВА Л.А.
Тел. 8-495-937-95-77, доб. 147

Ведущие менеджеры отдела рекламы:

ВОЛКОВ В.Е., СЕМЕНОВА Т.Ю., КОВАЛЬЧУК Е.В.

Тел. 8-495-937-95-77, доб. 142, 206

Ведущий менеджер по работе с рекламными

агентствами: ЖУЙКО О.В.
Тел. 8-495-937-95-77, доб. 273

Ведущие дизайнеры: НАЙДЕНОВ А.А., НЕМЫКИН Н.Н.

Телефон рекламной службы: 8-495-937-95-77,
доб. 225, e-mail: reklama@kardos.ru

№ 37 (358).

Дата подписания в печать: 01.09.2022 г. **Дата производства:** 13.09.2022 г. **Дата выхода в свет:** 14.09.2022 г. Тираж 47 690 экз. Отпечатано в АО «Прайм Принт Воронеж» (АО «ППВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48л, Тел.: +7 (473) 246-52-70. Заказ 6630. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.

Тираж этого номера 885 390 экз. Рекомендованная цена в розницу 27 рубля. Еженедельная семейная газета для читателей 12+. Используются фото «Shutterstock/FOTODOM» Объем 3 п.л. Сайт газеты www.telek.kardos.media **Подписной индекс П2912** в каталоге «Почта России» и на сайте <https://rodpiska.pochta.ru> Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Копирование без указания источника запрещено.

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

Баклажан – очень вкусный и полезный овощ.

На юге нашей страны баклажаны ласково, по старинке, называют «синенькие», хотя сегодня существуют сорта самых разных цветов.

Классический цвет баклажанов – темно-фиолетовый, классическая форма – вытянутая и слегка расширенная книзу. Однако не удивляйтесь, если встретите длинные цилиндрические, яйцевидные, грушевидные или даже абсолютно круглые баклажаны лавандового, нефритового, желтого, белого цвета или вовсе полосатые.



Как выбрать и хранить

Какой бы формы и цвета ни были баклажаны, они должны быть тяжелыми, упругими и не иметь видимых повреждений кожицы – только такие плоды желательнее выбирать при покупке. Кожица должна быть гладкой и блестящей, стебель и плодоножка – без пятен и повреждений.

Хранить баклажаны можно в течение нескольких дней в холодильнике, в приоткрытом полиэтиленовом пакете, в отделении для овощей – не разрезая. При высокой влажности (85-90%) и температуре 1-2 градуса баклажаны могут храниться до 25 суток.

Баклажаны можно жарить, запекать, тушить, использовать в заготовках на зиму. При заморозке эти овощи не теряют ни своего замечательного вкуса, ни полезных свойств. Замораживать баклажаны лучше в таком виде, в каком предполагается готовить их после разморозки: нарезанными кружками, полукружками, кубиками и т.д.



Знакомый незнакомец – баклажан – фиолетовый овощ, синяя ягода



Овощ? Нет, ягода!

С точки зрения ботаники баклажан относится к... ягодам семейства пасленовых. Кулинары, да и многие из нас, не сомневаются, что это овощ. Ближайшие «родственники» – томаты, перец и картофель.

ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА:

- Баклажаны обладают целым букетом полезных качеств. Вот некоторые из них:
- укрепляют иммунитет;
 - снижают риск развития атеросклероза;
 - повышают уровень гемоглобина в крови, полезны при малокровии и анемии;
 - нормализуют работу ЖКТ;
 - позитивно влияют на здоровье костей;
 - помогают вывести из организма лишнюю жидкость, снимают отечность;
 - полезны при нарушениях минерального обмена;
 - замедляют процесс всасывания сахара;
 - положительно влияют на состояние волос, ногтей и кожи.

Турецкий помидор

Хорошо знакомы с баклажанами и блюдами из них в Турции. А жители Балкан даже называли баклажан одно время «турецким помидором». Рассказывают легенду о том, как восхищен был один паша, впервые попробовав блюдо из баклажанов. Кстати, в Турции, кроме плова, с баклажанами готовят экзотические блюда: «Турецкое блаженство», «Палец визиря»...

Баклажаны – демьянки, баклажаны – бадаржаны

В Россию баклажаны попали лишь в середине XVII века. Интересно, что на юге страны баклажаны начали выращивать раньше, чем картофель. На севере России баклажаны называли «демьянки». Согласно одной из версий, по имени купца, который завез ягоду-овощ в страну. Сохранилось упоминание в одном из рецептов, что полоски «демьянок» бросали в кипящее мясное варево. Интересно, что в словаре В.И. Даля для этого растения даны такие названия: «бадаржан» и «баглажан». Скорее всего, это славянизм от арабского «бадинжал».



Приходит желающий похудеть мужчина к врачу-диетологу. Тот спрашивает:
– Сладкое уважаете?
– Нет.
– Мучным злоупотребляете?
– Нет.
– Ну хоть что-нибудь вы любите?!
– Да. Жареные баклажаны с помидорами и картофелем.
– Так вот: теперь вам их нельзя!

Химический состав

В 100 г мякоти баклажана содержится: 0,8 г белков, 0,2 г жиров, 8,7 г углеводов; энергетическая ценность – 24 ккал.

ВИТАМИНЫ: А, В1, В2, В3 (РР), В4, В5, В6, В9, С, Е, К.

МИНЕРАЛЫ: калий, кальций, магний, железо, натрий, медь, марганец, цинк, селен, фосфор.

КРОМЕ ТОГО, В БАКЛАЖАНАХ СОДЕРЖАТСЯ: природные сахара, клетчатка, антиоксиданты, антоцианы, полифенолы и другие натуральные растительные соединения.

Противопоказания

- аллергия (встречается редко);
- с осторожностью следует употреблять баклажаны людям с низким уровнем железа, холециститом, обострением артрита. Имеется ряд других противопоказаний. Если вы решили в этом сезоне активно лакомиться баклажанами, обязательно проконсультируйтесь с врачом.



Меняем калорийность... готовя баклажан

При приготовлении калорийность баклажана стремительно растет. Если в сыром овоще всего 24 ккал на 100 г, то в консервированном уже 50 ккал, в печеном – 70, а в жаренном на масле – без малого 100 ккал. Лучший вариант приготовить баклажаны с минимальным ростом калорийности – поджарить их на гриле. А вбирать в себя меньше масла баклажаны будут, если перед жаркой нарезанные кусочки опустить в холодную воду на 10 минут.

КСТАТИ

Считается, что кожица баклажанов горчит, хотя современные сорта, как правило, избавлены от этого недостатка. Однако если вы все-таки не хотите рисковать, перед приготовлением нарежьте баклажаны так, как требуется по рецепту, щедро посолите и оставьте минут на 20-30. Потом хорошо промойте и обсушите – возможная горечь уйдет вместе с солью.

Откуда «корни» баклажана

Откуда произошли баклажаны, точно никто не знает. В диком виде они и сейчас растут в некоторых государствах Южной Азии, на Среднем Востоке и в Индии. Первой страной, которая начала выращивать баклажаны в промышленных количествах еще в V веке до н.э., был Китай. Эта страна и сегодня является мировым лидером по производству баклажанов. В Европе баклажаны появились только в XV веке. Вскоре они обрели большую популярность, но их промышленное выращивание началось лишь в XIX веке. В итальянском Палермо каждое лето проводится Олимпиада баклажана, на которую съезжаются лучшие повара со всего мира.

Светлана ИВАНОВА

Инжир, он же фиговое дерево, он же карийский фикус, – это самый близкий родственник привычных нам домашних фикусов.

И если в домашних условиях не только себя чувствуют не только фикусы, но и другие экзотические деревья (цитрусовые, ананас, хурма, кофе и др.), то почему бы не попробовать вырастить инжир, который к тому же может превосходно плодоносить в домашних условиях?

РАСТИМ домашний инжир

Инжир содержит большое количество триптофана, который благотворно отражается на деятельности головного мозга. Нормализуется нервная система, повышается стрессоустойчивость, улучшается сон, а также настроение и общее самочувствие.

Освещение

Света должно быть много и рассеянного. Только в этом случае растение будет плодоносить. Инжир можно разместить рядом с южным окном или непосредственно на подоконнике, но с обязательным притенением от летнего дневного солнца. Можно также поселить растение на восточном или западном окне.

Полив и опрыскивание

Растение требует регулярного и обильного полива. Нельзя допускать пересыхания земляного кома, иначе инжир может сбросить листья. Но и переливать его тоже нельзя – постоянно сырая земля приведет к гниению корней и болезням. В осенне-зимний период количество полива уменьшают. В жаркие дни инжир нужно опрыскивать. Время от времени можно его купать под теплым душем.



Температура

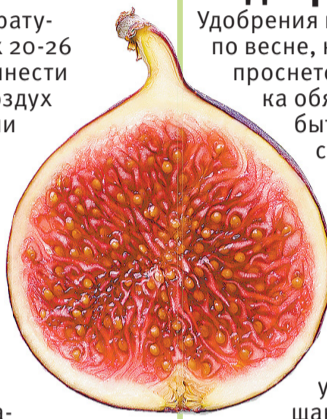
Оптимальная температура летом – в пределах 20-26 градусов. Можно даже вынести растение на свежий воздух на это время. Если ночи будут прохладные, то вечером необходимо заносить его в дом. Зимой инжир отдыхает. Поэтому желательно найти для него самое прохладное место в доме.

Пересадка

Молодые растения (до 5-7 лет) пересаживают ежегодно в феврале, до начала пробуждения. Горшок должен быть глубокий и лишь на пару сантиметров в диаметре больше предыдущего. Более просторный брать не нужно, так как это не ускорит рост растения, а даже замедлит, ведь оно будет наращивать корневую массу в ущерб цветению и плодоношению.

Подкормка

Удобрения начинают вносить по весне, как только инжир проснется. Первая подкормка обязательно должна быть с повышенным содержанием азота для наращивания массы листьев. Последующие подкормки производят 1-2 раза в месяц. Перед началом плодоношения вносить удобрения прекращают. Не вносят их и в течение зимы, когда растение отдыхает.



Желательно с температурой 8-12 градусов.

Обрезка

Чтобы придать инжиру более аккуратный и компактный вид, в январе производят обрезку. Если растение молодое, на нем оставляют по 3-4 молодых побега. При достижении 30-40 см в высоту инжиру прищипывают верхушку. У взрослых растений верхние ветки обрезают на треть длины.

Кстати

Сладкая медаль

В Древней Греции после городских соревнований победителей награждали не только лавровым венком, но и в качестве медали вручали плоды инжира. Кроме того, листья растения использовали в качестве салфеток и хозяйственной бумаги. Сама Клеопатра была неравнодушна к инжиру, полагая, что он дает ей молодость и энергию.

Ольга БЕЛЬСКАЯ



Вышний Волочек 104,5 FM

Губкин 104,0 FM

Задонск 103,9 FM

Липецк 97,9 FM

Москва и область 100,9 FM

Мосолово 101,0 FM

Орёл 95,6 FM

Осташков 99,4 FM

Ржев 102,4 FM

Рязань 102,5 FM

Смоленск 88,4 FM

Старый Оскол 104,0 FM

Тверь 89,4 FM

ДОСТУПНО
ОНЛАЙН

RADIOVERA.RU



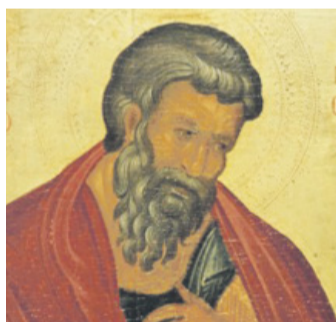
СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим и всею душою твоею»

И один из них, законник, искушая Его, спросил, говоря: Учитель! какая наибольшая заповедь в законе? Иисус сказал ему: возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим и всею душою твоею и всем разумением твоим: сия есть первая и наибольшая заповедь; вторая же подобная ей: возлюби ближнего твоего, как самого себя; на сих двух заповедях утверждается весь закон и пророки. Когда же собрались фарисеи,

Иисус спросил их: что вы думаете о Христе? чей Он сын? Говорят Ему: Давидов. Говорит им: как же Давид, по вдохновению, называет Его Господом, когда говорит: сказал Господь Господу моему: седи одесную Меня, доколе положу врагов Твоих в подножие ног Твоих? Итак, если Давид называет Его Господом, как же Он сын ему? И никто не мог отвечать Ему ни слова; и с того дня никто уже не смел спрашивать Его.



Этот отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах 25 сентября, в воскресенье.

Комментирует епископ Переславский и Угличский Феоктист



Евангелие обладает двумя взаимоисключающими свойствами: оно избыточно, и оно же недостаточно. О том, что Евангелие не полно, написал апостол Иоанн Богослов: «Многое и другое сотворил Иисус; но, если бы писать о том подробно, то, думаю, и самому миру не вместить бы написанных книг» (Ин. 21:25). Нам, конечно, хотелось бы знать больше... Апостолы справились с задачей, с помощью довольно кратких текстов они сумели передать самое главное, то, что необходимо знать для достижения блаженной вечности со Христом.

И в этом смысле Евангелие избыточно. Отрывок прекрасно подтверждает эту мысль: все книги Ветхого Завета, их общий смысл и направление мысли Господь Иисус Христос сумел здесь выразить буквально в одном предложении, Он сказал, что суть всего закона и всех пророческих книг состоит в заповеди о любви к Богу и в равной ей заповеди о любви к ближним. Все прочее – либо следствия этих двух заповедей, либо комментарии к ним.

Самое простое далеко не всегда означает самое очевидное. Так и с перечисленными Христом заповедями: они просты, но не очевидны, по этой причине нам свойственно забывать, что все другие заповеди являются вторичными по отношению к двум важнейшим. Если мы исполняем первую заповедь – заповедь о любви к Богу, то нам этого объяснения будет достаточно: любящий прислушивается к словам любимого и старается им следовать, это одно из самых очевидных проявлений любви.

ДОРОГА К ХРАМУ

МОЛИТВЕННОЕ ПРАВИЛО СЕРАФИМА САРОВСКОГО

На занятиях в воскресной школе (прихожу дочку) услышала, что старцы в общении с Богом молитвой достигали благоговения. Соседка сказала, что есть такое молитвенное правило Серафима Саровского. Из каких молитв оно состоит? Ольга Владимировна

Преподобный Серафим Саровский составил малое правило: «Восставши от сна, христианин, став перед святыми иконами, пусть прочитает: – молитву Господню «Отче наш» трижды, в честь Пресвятой Троицы, – потом песнь Богородице «Богородице, Дево, радуйся» также трижды и – Символ Веры единожды. Совершив это правило, пусть занимается каждый своим делом, на которое поставлен или призван. Во время же работы дома или в пути куда-нибудь, пусть тихо читает Иисусову молитву: «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешного (ую)», а, если окружают его другие, то, занимаясь делом, пусть говорит умом только: «Господи помилуй», и продолжает до обеда. Перед самым же обедом пусть совершает вышеуказанное утреннее правило. После обеда, исполняя свое дело, пусть читает тихо: «Пресвятая Богородице, спаси мя грешного (ую)», и это пусть продолжает до самого сна. Отходя ко сну, всякий христианин пусть снова прочитает вышеуказанное утреннее правило; после того пусть засыпает, оградив себя крестным знамением». Тем, кто и этого правила не мог исполнить, святой советовал читать эти молитвы «во всяком положении: и во время занятий, и на ходьбе, и даже в постели, представляя основанием для того слова Писания: «всякий, кто призовет имя Господне, спасется».

Котлеты с начинкой, или зразы, очень популярны во многих кухнях мира. Как правило, это котлеты из отбитого мяса, мясного фарша или картофеля. Начинкой же могут быть овощи, грибы, яйца, крупы.

Сегодня мы предлагаем вам несколько рецептов разных котлет с начинками. Попробуйте приготовить их, и наверняка вам понравится. Приготовление зраз может стать настоящим кулинарным творчеством, потому что это блюдо, которое любит эксперименты. Причем экспериментировать можно и с фаршем, и с начинкой. Именно поэтому рецептов зраз великое множество, и у каждой хозяйки обязательно есть свой «фирменный» рецепт.

ЗРАЗЫ А-ЛЯ НЕЛЬСОН

Польская кухня. На 6 персон.
Калорийность (на 100 г): 119 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 кг мясного фарша (70 % говядины, 30 % свинины)
- 70 г сушеных белых грибов
- 2 яйца ■ 1 луковица ■ 130 г сала
- 2 ст. л. сливочного масла
- 2 ст. л. жирной сметаны
- 2 ст. л. муки ■ молотый черный перец ■ 1 ст. л. панировочных сухарей ■ соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Грибы залить горячей водой на 20 минут, нарезать мелкими кубиками; воду, в которой замачивались грибы, процедить. Сало и лук нарезать мелкими кубиками.
- 2 Вытопить сало на сухой сковороде, добавить лук, жарить до прозрачности, добавить грибы, жарить 3-5 минут, посыпать панировочными сухарями, перемешать, снять с огня, дать остыть.
- 3 В фарш добавить яйца, посолить, поперчить, тщательно вымесить.



- 4 Разделить готовый фарш на несколько одинаковых частей, из каждой сделать плоский «блинчик», в середину положить грибную начинку, сформировать зразы.
- 5 Обвалять зразы в муке, обжарить на сливочном масле до золотистого цвета.

- 6 Приготовить соус: на оставшемся масле слегка обжарить 1 ст. л. муки, влить воду, в которой замачивались грибы, добавить сметану, перемешать, довести до кипения.
- 7 Выложить зразы в форму для запекания, залить соусом. Запекать в разогретой до 180 градусов духовке 10 минут.

Кстати

Эти зразы упоминаются в романе Болеслава Пруса «Кукла», а написан роман в 1887-1889 годах. А вообще, почему так назвали эту котлету с грибами и при чем здесь британский полководец – за более чем 130 лет история названия осталась неизвестна. Но рецепт пользовался популярностью и был найден, например, в усадьбе Шахматово, в кулинарной тетради семьи Бекетовых и Блоков. Напомним, что в Шахматово Александр Блок написал более 300 произведений и, как вспоминает Мария Андреевна Бекетова (тетушка Блока, родная сестра его матери), «хорошая еда считалась очень важным делом. Это был своего рода предмет искусств, как бы культ гастрономии, обставленный многими правилами, которые соблюдались непреложно».

Вкусно всегда и сразу:

КОТЛЕТЫ С НАЧИНКОЙ



ЗРАЗЫ КУРИНЫЕ С БРЫНЗОЙ

Болгарская кухня. На 6 персон.
Калорийность (на 100 г): 179 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 кг куриного фарша ■ 250 г брынзы
- 100 г сухарей ■ 3 яйца ■ 1 ст. л. крахмала
- 1 картофелина ■ 2 ст. л. сметаны ■ пучок зелени ■ 1 ст. л. сливочного масла ■ растительное масло ■ молотый черный перец ■ соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Сварить вкрутую 2 яйца. Картофель натереть на мелкой терке, зелень мелко порубить.
- 2 В фарш добавить картофель, крахмал, сухари, 1 яйцо, посолить, поперчить, тщательно перемешать, убрать в холодильник на 2-3 часа.
- 3 Вареные яйца и брынзу натереть на терке, добавить сметану и зелень, перемешать.
- 4 Фарш разделить на несколько одинаковых частей размером с куриное яйцо, каждую расплющить в лепешку, в середину положить немного начинки, тщательно защипнуть.
- 5 Обжарить зразы на растительном масле до румяной корочки, переложить в форму для запекания, полить растопленным сливочным маслом, запекать в разогретой до 180 градусов духовке 5-7 минут.



В столовой:
– Что ж хлебушка не берёте?
– Спасибо, я уже взял котлеты!

зразы

ЦЕППЕЛИНЫ

Литовская кухня.
На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 117 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1,6 кг картофеля ■ 1 крупная луковица
- 250 г свиного фарша ■ 150 г подкопченного сала ■ 1 яйцо
- 100 г сметаны ■ 10 г картофельного крахмала ■ молотый черный перец ■ соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Третью картофеля почистить, сварить до готовности, растолочь в пюре.
- 2 Оставшийся картофель почистить, натереть на мелкой терке, отжать сок.
- 3 Соединить вареный и натертый картофель, добавить крахмал и яйцо, посолить, перемешать.
- 4 Лук мелко нарубить, сало нарезать мелкими кубиками. В фарш добавить половину лука, посолить, поперчить, перемешать.
- 5 Картофельную массу разделить на несколько одинаковых частей, каждую из которых сформировать в виде лодочки, внутрь положить фарш, тщательно залепить.
- 6 Варить цеппелины в большом количестве кипящей подсоленной воды 20-25 минут.
- 7 Приготовить соус: сало растопить на сковороде, добавить оставшийся лук, жарить до золотистого цвета, добавить сметану, перемешать, снять с огня. При подаче полить цеппелины соусом.



РЫБНЫЕ ЗРАЗЫ С ЛИСИЧКАМИ

Албанская кухня. На 4 персоны.
Калорийность (на 100 г): 153 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 800 г рыбного фарша ■ 2 ломтика белого хлеба ■ 1 луковица (без корки)
- 3 яйца ■ 100 мл молока
- 300 г свежих лисичек
- пучок зелени (зеленый лук, укроп)
- 0,5 стакана панировочных сухарей ■ растительное масло ■ молотый черный перец ■ соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Хлеб залить молоком, слегка отжать. Рыбный фарш пропустить через мясорубку вместе с хлебом и половиной луковицы, посолить, поперчить, добавить яйцо, тщательно вымесить, убрать в холодильник на время подготовки начинки.
- 2 Лук нарезать мелкими кубиками, обжарить на растительном мас-



ле до прозрачности, добавить некрупно нарезанные грибы, жарить еще 5-7 минут.

- 3 Сварить вкрутую 2 яйца, остудить, мелко нарубить, добавить к грибам вместе с мелко нарубленной зеленью, перемешать.

- 4 Из фарша сформировать небольшие лепешки, в середину каждой положить немного начинки, тщательно залепить, обвалять в сухарях. Жарить зразы на растительном масле до румяной корочки.

Пословицы и поговорки

Где пирог с грибами, там и мы с руками, а где кнут с узлом, от туда прочь бегом.
Картошка – хлебу присошка.
Клади картошку в окрошку, а любовь – в дело.
У того картошка не родится, кто пахать ленится.



Светлана ИВАНОВА

Одним из ключевых трендов осенне-зимнего сезона стали в этом году плотные колготки, гольфы и вязанные гетры. Поговорим сегодня о них подробнее.

Гетры, гольфы и... КОЛГОТКИ

Гольфы

Совершенно неожиданно несколько сезонов назад гольфы, которые прежде были принадлежностью детского или форменного гардероба, покорили абсолютно взрослые подиумы. Причем одинаково хорошо гольфы смотрятся и на юных модницах, и на дамах элегантного возраста. Гольфы – это чулочки длиной до колена или чуть выше. Гольфы изготавливают из самых разных материалов: хлопка, шерсти, капрона, трикотажа и т.д. Изначально гольфы являлись частью шотландского национального костюма, затем – униформы (скаутов, школьников, военных). Во второй половине прошлого века гольфы буквально ворвались в женский гардероб, где немедленно обрели популярность. Однако длилось это недолго. И вот гольфы снова в большой моде, и, конечно, это не может не радовать. Потому что гольфы – это удобно, тепло и красиво. Носят гольфы под удлиненные туники, короткие юбки, шорты. Дело в том, что между верхом и гольфами

ВАЖНО!
И гольфы, и гетры идеально сочетаются с плотными матовыми колготками, их оттенки должны быть одинаковы или близки.

должен оставаться хотя бы небольшой промежуток открытого тела – это создает некую интригу и придает образу немного здоровой дерзости. Приемлемый вариант для не самых юных модниц – гольфы длиной до колена и юбка (или укороченные брючки) по колению. В этом случае гольфы не только согревают ножки, но и очень освежают и даже несколько омолаживают образ. Модницам небольшого роста лучше выбирать высокие, за колени, гольфы (или гольфины), которые визуально удлиняют ноги, а также сужают их. Самые популярные цвета высоких гольфов – серые и черные. А вот гольфы стандартной высоты, ниже колена, предлагаются разных оттенков темной палитры: бордо, серые, синие, коричневые и т.д. У некоторых модниц популярностью пользуются гольфы с рисунками и принтами, особенно в клетку. При этом важно, чтобы клетка была не прямой, а диагональной, в этом случае принт никак не повредит стройности ног.



А вы тоже не можете объяснить своему коту, что его помощь при застирании кровати, уборке квартиры, а также при надевании колготок не требуется?

Гетры

Это одна из самых интересных новинок сезона. В отличие от гольфов, которые могут быть совсем легкими – хлопковыми или капроновыми, гетры в моде очень теплые, будто связанные любящей бабушкой. Классический вариант, который легко впишется в любой гардероб, – однотонные гетры, связанные английской резинкой. Эффектно смотрятся гетры с рисунком – скандинавским или мексиканским. Скандинавские олени и снежинки добавят уюта, а мексиканские краски – перчинки и недостающего цвета. Гетры для прогулок или загородного отдыха предпочтительнее выбирать в стилистике handmade – подчеркнуто «самодельные»: из выделенной плотной шерсти с рельефным рисунком. Любые гетры прекрасно смотрятся с платьями-свитерами, теплыми шортами и мини-юбками. Укороченный вариант гетр – чуть выше щиколоток – очень органично сочетается с платьями и юбками длиной ниже колена и узкими джинсами.

Колготки

Как мы уже упоминали, в моде плотные матовые колготки. Чем холоднее на улице, тем плотнее и теплее должны быть колготки. Потому что в моде уют и комфорт. Тонкие капроновые колготки в лютый мороз – это моветон, теперь так не носят. Как не носят и колготок всех оттенков телесного цвета, включая загар. Колготки должны быть цветными, в идеале – сложных оттенков: сливы, горчицы, вишни, всех оттенков кофе и шоколада, всех оттенков серого и т.п. Принты предпочтительнее вертикальные – полоска, диагональная клетка, мелкий светлый рисунок на темном фоне и т.п.

Светлана ИВАНОВА

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------|--------------------------|----------------------------------|--------------------------|------------------------------|----------------------------|---------------------------------|-------------------------------|---|----------------------------|---------------------------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Конь, возносящий поэта к небесам | | | | | Выпуклая крыша | Матч команд-соседей | Великий австрийский композитор | Держит штаны на талии | Укус гусака | Актер, обходящийся жестами | Награда победителю в состязании | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| "Резкая" болотная трава | Звук "в обоих ушах" | См. фото | Золотой символ супружества | Конкурент стихам | Воздушный замок фантазера | | | | | | Корабль искателей руна | Обитель античных богов | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | "Сустав" водопроводной трубы | | | | | | Сходка русичей на совет | "Селектор" на службе полиции | | | | ... горой | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Хвойный красавец на флаге Ливана | Вереница нагруженных телег | | | Гребной "пропеллер" парохода | Казахская "мандолина" | | | | | | | Создатель произведения | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Шутка остряка, играющего словами | Нужен для остановки кровотечения | Изливается вулканом | | | | | | | | | | Так финны именуют свою страну | Летопись "Звездных войн" | Шеф в ресторане | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Какой лопаткой краску счищают? | Дом во вкусе Снежной королевы | "Фонтанирующий" океанский гигант | | | | | | Лото либо шахматы | | | | "Шубное" время года | Певец ... Мартин | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Становится от холода гусиной | Ящерица с чешуей, похожей на рыбу | | | | | | | | "Папа" Пятницы и Робинзона | Ненужная порода из шахты | Авто-светоч | Цветочки, "разбросанные" по обоям | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Король рыцарских романов | Проходят в школе между переменами | | | | | | | | | | | "Небритый" фрукт | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | Грозное оружие Мурки | Стопка из фишек в покере | | | | | Валюта Египта | Сизоягодный кустарник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Карликовый шимпанзе | Головоломка от художника | | | | Сеть на шхуне | Колючий, но в уху пойдет | Стихия радиоволн | | | | Верховой конь арабской породы | Наряд женщины Индии | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | Стальной стержень с резьбой и шляпкой | | | За ним начинается Сибирь | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Живой пережиток эпох | "Ошейник" с подвесками | | | | Кругосветное путешествие | Площадка с нокаутами и нокаутами | | | | Товар, выставленный на аукционе | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | Жидкая крупяная похлебка | | | Воспитанная деликатность | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | <table border="1"> <tr> <td>Т</td><td>Е</td><td>Л</td><td>Е</td><td>К</td> </tr> <tr> <td>О</td><td>У</td><td>Н</td><td>И</td><td>Р</td> </tr> <tr> <td>В</td><td>А</td><td>Л</td><td>Э</td><td>Ч</td> </tr> <tr> <td>О</td><td>К</td><td>О</td><td>Н</td><td>О</td> </tr> <tr> <td>Е</td><td>Р</td><td>О</td><td>Н</td><td>О</td> </tr> <tr> <td>И</td><td>Д</td><td>У</td><td>С</td><td>Л</td> </tr> <tr> <td>Д</td><td>И</td><td>Ф</td><td>Е</td><td>Р</td> </tr> <tr> <td>И</td><td>В</td><td>У</td><td>Л</td><td>С</td> </tr> <tr> <td>У</td><td>А</td><td>В</td><td>Л</td><td>У</td> </tr> <tr> <td>И</td><td>В</td><td>И</td><td>К</td><td>О</td> </tr> <tr> <td>Ф</td><td>Э</td><td>У</td><td>И</td><td>Т</td> </tr> <tr> <td>О</td><td>Ж</td><td>К</td><td>Л</td><td>У</td> </tr> <tr> <td>Д</td><td>О</td><td>Е</td><td>К</td><td>У</td> </tr> <tr> <td>Ш</td><td>У</td><td>В</td><td>Т</td><td>О</td> </tr> <tr> <td>И</td><td>Ч</td><td>В</td><td>Ж</td><td>О</td> </tr> <tr> <td>К</td><td>У</td><td>В</td><td>Л</td><td>Н</td> </tr> <tr> <td>А</td><td>В</td><td>У</td><td>Л</td><td>Э</td> </tr> <tr> <td>И</td><td>В</td><td>О</td><td>К</td><td>С</td> </tr> <tr> <td>У</td><td>А</td><td>В</td><td>Л</td><td>У</td> </tr> <tr> <td>И</td><td>В</td><td>И</td><td>К</td><td>О</td> </tr> <tr> <td>Ф</td><td>Э</td><td>У</td><td>И</td><td>Т</td> </tr> <tr> <td>О</td><td>Ж</td><td>К</td><td>Л</td><td>У</td> </tr> <tr> <td>Д</td><td>О</td><td>Е</td><td>К</td><td>У</td> </tr> <tr> <td>Ш</td><td>У</td><td>В</td><td>Т</td><td>О</td> </tr> <tr> <td>И</td><td>Ч</td><td>В</td><td>Ж</td><td>О</td> </tr> <tr> <td>К</td><td>У</td><td>В</td><td>Л</td><td>Н</td> </tr> <tr> <td>А</td><td>В</td><td>У</td><td>Л</td><td>Э</td> </tr> <tr> <td>И</td><td>В</td><td>О</td><td>К</td><td>С</td> </tr> <tr> <td>У</td><td>А</td><td>В</td><td>Л</td><td>У</td> </tr> <tr> <td>И</td><td>В</td><td>И</td><td>К</td><td>О</td> </tr> <tr> <td>Ф</td><td>Э</td><td>У</td><td>И</td><td>Т</td> </tr> <tr> <td>О</td><td>Ж</td><td>К</td><td>Л</td><td>У</td> </tr> <tr> <td>Д</td><td>О</td><td>Е</td><td>К</td><td>У</td> </tr> <tr> <td>Ш</td><td>У</td><td>В</td><td>Т</td><td>О</td> </tr> <tr> <td>И</td><td>Ч</td><td>В</td><td>Ж</td><td>О</td> </tr> <tr> <td>К</td><td>У</td><td>В</td><td>Л</td><td>Н</td> </tr> <tr> <td>А</td><td>В</td><td>У</td><td>Л</td><td>Э</td> </tr> </table> | | | | Т | Е | Л | Е | К | О | У | Н | И | Р | В | А | Л | Э | Ч | О | К | О | Н | О | Е | Р | О | Н | О | И | Д | У | С | Л | Д | И | Ф | Е | Р | И | В | У | Л | С | У | А | В | Л | У | И | В | И | К | О | Ф | Э | У | И | Т | О | Ж | К | Л | У | Д | О | Е | К | У | Ш | У | В | Т | О | И | Ч | В | Ж | О | К | У | В | Л | Н | А | В | У | Л | Э | И | В | О | К | С | У | А | В | Л | У | И | В | И | К | О | Ф | Э | У | И | Т | О | Ж | К | Л | У | Д | О | Е | К | У | Ш | У | В | Т | О | И | Ч | В | Ж | О | К | У | В | Л | Н | А | В | У | Л | Э | И | В | О | К | С | У | А | В | Л | У | И | В | И | К | О | Ф | Э | У | И | Т | О | Ж | К | Л | У | Д | О | Е | К | У | Ш | У | В | Т | О | И | Ч | В | Ж | О | К | У | В | Л | Н | А | В | У | Л | Э |
| Т | Е | Л | Е | К | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| О | У | Н | И | Р | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| В | А | Л | Э | Ч | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| О | К | О | Н | О | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Е | Р | О | Н | О | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| И | Д | У | С | Л | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Д | И | Ф | Е | Р | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| И | В | У | Л | С | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| У | А | В | Л | У | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| И | В | И | К | О | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Ф | Э | У | И | Т | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| О | Ж | К | Л | У | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Д | О | Е | К | У | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Ш | У | В | Т | О | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| И | Ч | В | Ж | О | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| К | У | В | Л | Н | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| А | В | У | Л | Э | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| И | В | О | К | С | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| У | А | В | Л | У | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| И | В | И | К | О | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Ф | Э | У | И | Т | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| О | Ж | К | Л | У | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Д | О | Е | К | У | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Ш | У | В | Т | О | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| И | Ч | В | Ж | О | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| К | У | В | Л | Н | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| А | В | У | Л | Э | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| И | В | О | К | С | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| У | А | В | Л | У | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| И | В | И | К | О | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Ф | Э | У | И | Т | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| О | Ж | К | Л | У | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Д | О | Е | К | У | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Ш | У | В | Т | О | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| И | Ч | В | Ж | О | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| К | У | В | Л | Н | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| А | В | У | Л | Э | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

На берегу Анапской бухты Чёрного моря в юго-западной части Краснодарского края расположен город Анапа. Статус курорта город приобрёл в 1866 году. Что интересного можно увидеть в городе-курорте, городе воинской славы – Анапе?

1 Этот памятник Османской военной архитектуры – единственный уцелевший фрагмент Анапской крепости XVIII века, которая имела семь бастионов и трое ворот. Сама крепость до наших дней не сохранилась, остались только ворота. Как они называются?

- а) Крепостные. б) Османские.
в) Русские.

2 Анапский музей под открытым небом «Горгиппия» начал свою историю в 1909 году и является одним из интереснейших культурно-исторических объектов курорта. На территории раскопок, открытых для посещения, можно увидеть фундаменты жилых домов и винодельни, колодцы, мощные улицы, фрагмент крепостной стены. Кстати, музей стал объектом туристического маршрута «Золотое кольцо Боспорского царства». Почему он носит такое название?

Путешествуем в город-курорт – Анапу

а) Музей назван в честь своего основателя. **б)** Свое имя музей получил по названию античного города, бывшего 2 тысячи лет назад оплотом Боспорского царства – Горгиппии. **в)** Музей назвали по имени правителя этой местности Горгиппа.

3 На Высоком берегу набережной Анапы стоит действующий маяк. Почти на 30 км видны в открытом море его сигналы. История строительства маяка начинается с вхождения Таманского полуострова в состав России. Активное судоходство нуждалось в маяках, и по указанию морско-

го министра – великого князя Константина Николаевича был разработан план по возведению маяков на всех морях юга России. По плану постройка в Анапе маяка была запланирована на 1876 год. Однако через год началась война с Турцией. Построен маяк был только в 1909 году. 20 октября 1909 года в Циркуляре Главного гидрографического управления Морского министерства появилась запись о начале работы Анапского маяка. Изначально маяк был четырёхугольной башней, а сейчас это восьмигранное строение. Почему перестроили маяк?

а) Был разрушен во время ВОВ. **б)** Старая постройка обветшала. **в)** Надо было поднять фонарь выше.

4 В Анапе есть оригинальный памятник, который считается неофициальным символом города. Установлена скульптура в одном из парков. Как называется этот памятник?

- а) «Белая шляпа». б) Памятник Отдыхающему. в) «Парящий орел».

5 Недалеко от Анапы, в поселке Су-Псех, который расположен на горе, к пляжу ведёт длинная лестница. Перепад

высоты составляет около 130 м. На лестнице оборудованы смотровые площадки и лавочки. Как называется лестница?

- а) «500 ступеней». б) «800 ступеней». в) «1000 ступеней».

6 В окрестностях Анапы, в Ахтанизовском лимане, искусственно создана долина цветов. С конца июня по август расцветают сотни цветов, которые прижились в нашем климате. О каких цветах речь?

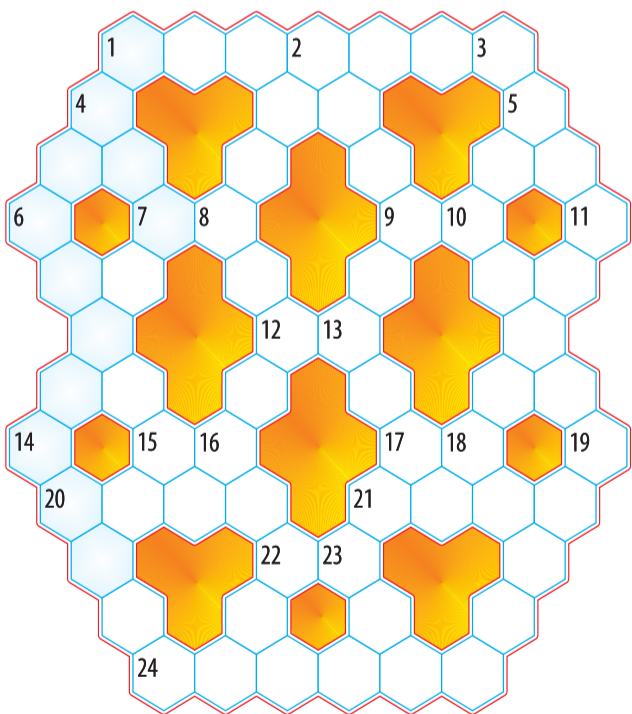
- а) Кувшинки. б) Лилии. в) Лотосы.



ОТВЕТЫ

- 1-в. Русские ворота были возведены в 1783 году и отреставрированы в 1996 году.
2-б. Имя на месте древней Горгиппии раскинулось сегоднешнее Анапа. Город был назван по имени правителя.
3-а. Маяк был разрушен во время ВОВ. В 1943 году фашисты, отступая, взорвали его.
4-а. Памятник «Белая шляпа».
5-б. Лестница «800 ступеней».
6-в. Лотосы.

КРОССВОРД «ТРИ ДОРОГИ»



По горизонтали: 1. Мурашки по коже. 20. Поведал о Фаусте. 21. «Антенна» жука или побег вьюнка. 24. Хороша парочка: баран да ...
Слева-вниз-направо: 2. Водоворот из-за встречного течения. 3. Щелчок мышки. 4. Ярмарочная публика. 6. Брюки на ... (на пару размеров больше). 8. Видение за момент до пробуждения. 10. Деревья гнулись, а он шу-

мел, когда «одна возлюбленная пара всю ночь гуляла до утра». 13. Спекся в домне. 14. Имя детской поэтессы Барто. 16. Предание зерен пашне. 18. Знаменитый иллюзионист

ОТВЕТЫ

По горизонтали: 1. Холодок. 20. Гетте. 21. Усик. 24. Прочка.
Слева-вниз-направо: 1. Холодок. 2. Омут. 3. Клик. 4. Люд. 6. Вырост. 8. Сон. 10. Камыш. 13. Кокс. 14. Аргиния. 16. Сев. 18. Кио. 23. Рык. 11. Комикс. 12. Наст. 15. Сен. 17. Куп. 19. Шкода. 22. Вар.

Игорь 23. Грозное предупреждение пса о нападении. **Справа-вниз-налево:** 1. Сарай, откуда доносится хрюканье и мычание. 2. Злак в торбе у лошадиной морды. 5. Средство для маникюра, волос и паркета. 7. Прозвище, которое дают вратарям-неудачникам. 9. Упаковка спрессованного сена. 11. Рисованная история. 12. «Броня» на сугробе. 15. Французский модельер Ив ...-Лоран. 17. Попал в ошип или во щи. 19. Иноземная машинка с проказливым названием. 22. Кипяток круче некуда.

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ **8 (903) 792-47-73**

ПО ПОЧТЕ **reklama@kardos.ru**

ЦЕНА
Стоимость
строчного
объявления от **250** рублей
за 1 выход

КАК ОПЛАТИТЬ

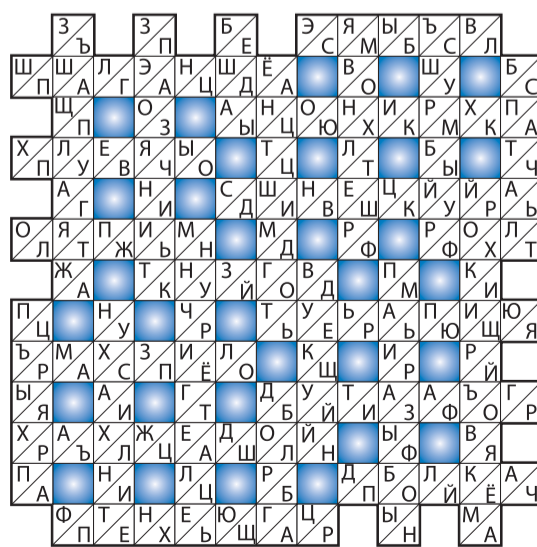
- Через «Робокассу»: со счёта мобильного телефона, на сайте *kardos.media*, в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера);
- В отделениях любого банка: ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 30101810400000000225, р/с 40702810038000020635 В назначении платежа указать: «Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О. Комиссия оплачивается отдельно (при наличии). Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

Скидки
уточняйте
у менеджера

КРОССВОРД «ДУАЛЬ»

В каждой клетке, где вписана пара букв, нужно вычеркнуть одну букву. Если вы сделаете это правильно, то оставшиеся буквы сложатся в слова, как в обычном кроссворде.

По горизонтали: Смысл. Шаланда. Анонимка. Плечо. Синекура. Отжим. Рот. Кузов. Терапия. Распил. Бутафор. Халцедон. Полка. Пенюар.
По вертикали: Заплата. Заочник. Еда. Монтер. Сумбур. Антидот. Батат. Рокировка. Мучитель. Вещун. Марафон. Пряха. Усилие. Бора.



СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 19 ПО 25 СЕНТЯБРЯ

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 19 ПО 25 СЕНТЯБРЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
 Тех Овнов, чьи чувства находятся в гармонии с разумом, ждет успех и в делах, и в любви. Но тут важно, чтобы поступки не шли вразрез с убеждениями. Прекрасное время для романтики и пылких признаний. И звоните чаще близким людям. В особенности, старшим членам семьи.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
 Ответственные Тельцы будут вознаграждены уважением коллег и дивидендами в виде премии. А вот дом, семья – не то место, где стоит грозно верховодить. Тут важны компромиссы, терпение, понимание. И не пора ли пригласить любимого человека на свидание?

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
 Близнецам не стоит «нянчить» застарелые обиды. Это лишает вас легкости и возможности общаться с окружающими свободно. Если сдерживать эмоции не получается, лучше пока побыть одному. Любимый человек поддержит и будет рядом. Отдушину ищите и в общении с семьей.

РАК (22.06 – 22.07)
 Впереди у Раков эмоционально нестабильная неделя. Однако умение быстро ориентироваться в меняющихся обстоятельствах поможет вам быть на гребне волны и не упустить возможности изменить жизнь к лучшему. А выходные проведите подальше от суеты города.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
 У Львов получится воплотить в жизнь самые смелые планы, но при условии, что они не станут валяться на диване. Работать! И над улучшением качества жизни, и над отношениями с дорогими сердцу людьми. Неплохое время для участия в общественных мероприятиях.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
 Жизнь Дев будет течь неспешно. Самое время вдохнуть и составить план роста на будущее. Не суетитесь – в этом нет смысла. У многих влюбленных появится шанс улучшить отношения. А небольшое семейное путешествие сплотит близких людей вокруг общей идеи.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
 Трудюлюбию Весов можно будет только позавидовать. Все-то у вас спорится, все получается. Это здорово, только поменьше хвастовства и ощущения всевластия. Хорошее время для глобальных покупок, ремонта, сделок с недвижимостью. И для встреч с друзьями, конечно.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
 Звезды обещают позаботиться о том, чтобы Скорпионы не скучили. Будут вам и интересные встречи, и перспективные контракты, и романтический флер случайного знакомства. Однако, если вы дорожите тем, что у вас уже есть, подумайте, во все ли авантюры нужно кидаться?

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
 Стрельцы будут действовать сообразно с доводами рассудка, а не эмоциями. Что же касается межличностных отношений, старайтесь воздерживаться от чрезмерной меркантильности. Особенно в отношении близких, иначе ссор не избежать.

КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

- Ее обязательно снимает хороший портной с клиента перед тем, как шить.
- Животное, заключающее двенадцатилетний круг восточного календаря.
- В фильме «Семнадцать мгновений весны» такой псевдоним носил начальник советской разведки.
- Фанатке хоть пальцем бы до него дотронуться.
- Состояние с трясущимися поджилками и бегущими мурашками.
- Площадка для отдыха скалолаза.
- Быстроногий Олень, ставший последним из могикиан.
- Тропическое растение, из волокна которого изготавливают корабельные снасти.
- Брюки с широкими раструбами внизу.
- Прямоугольная печать учреждения.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
 Пришло время Козерогам вернуть долги, и не только материальные. Кому-то из людей, кто был рядом в трудный период, тоже требуется помощь. А проявляя внимание к любимому человеку, вы закладываете фундамент отношений. Время творческого горения и новых увлечений.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
 Для Водолеев, умеющих жить и работать в темпе, неделя обещает быть весьма успешной. Если же вы не любите высоких скоростей, за серьезные дела пока лучше не браться. Стараясь вызвать симпатию у любимого человека, проявляйте искренний интерес к его увлечениям.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
 Рыбам стоит положиться на шестое чувство, оно подскажет, куда двигаться. К слову, период хорош для карьерных устремлений. Если же вы к этому равнодушны, займитесь наведением уюта в доме. Побороть комплексы и страхи поможет поддержка вашей половинки.

Ответы: 1. Мерка. 2. Кабака. 3. Алекса. 4. Кумир. 5. Испуг. 6. Уступ. 7. Ункас. 8. Абака. 9. Клеши. 10. Штамп.

ПОДПИСКА на 1-е полугодие 2023 г.

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ! Информлируем вас о начале подписной кампании на 1-е полугодие 2023 года на издание «ТЕЛЕК Черноземье»* с 1 сентября 2022 года.



Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Подписной индекс **П2912** в каталоге «Почта России»

Газета выходит 1 раз в неделю

Стоимость ПОДПИСКИ на газету «ТЕЛЕК Черноземье»* на 1-е полугодие 2023 г.

| на 1 месяц | на 2 месяца | на 3 месяца | на 4 месяца | на 5 месяцев | на 6 месяцев |
|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
| 186,22 ₺ | 372,44 ₺ | 558,66 ₺ | 744,88 ₺ | 931,11 ₺ | 1 117,32 ₺ |

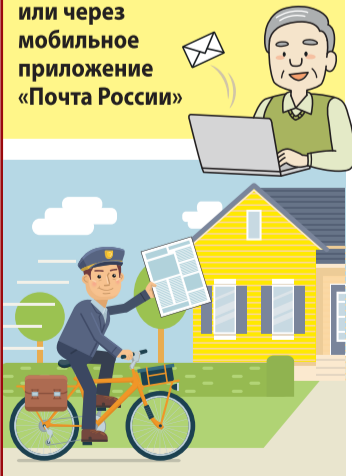
* ВНИМАНИЕ. Подписка на газету «ТЕЛЕК Черноземье» осуществляется Только для жителей Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областей.

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

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

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

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



преимущества онлайн-подписки

- Не нужно выходить из дома и приезжать с дачи, чтобы оформить подписку.
- Бесконтактный способ оформления подписки.
- Оформление подписки без очередей на Вашем компьютере или смартфоне.
- Подписку можно оформить в подарок родным и близким.

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

- Выберите город, чтобы узнать цену на подписку для данного населенного пункта.
- Выберите газету* (по индексу – П2912 или названию – «ТЕЛЕК Черноземье»).
- Выберите способ доставки.
- Введите данные получателя: адрес доставки, ФИО.
- Выберите период подписки.
- Пройдите простую процедуру регистрации, если оформляете подписку на сайте впервые, или авторизуйтесь на сайте.
- Оплатите заказ банковской картой.

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

СКИДКИ ДО 62% на лидеры продаж

Количество ограничено!



Умный зонт
Умный зонт «наоборот» складывается мокрой стороной вовнутрь, а ваши вещи остаются сухими!
Материал: металл, полиэстер. В сложенном виде 23,5 см. Диаметр купола: 105 см. КНР. Лот 155 0065

ТОЛЬКО при покупке сумки
~~990₽~~ **295₽**



Сумка «Шоколад»
Эта сумка разлетается мгновенно – она вечно заканчивается на пике продаж! Из кожи пэворк, 2 больших отделения на молниях, 5 карманов снаружи, крепкие ручки и съемный ремень на плечо. А самое главное – снизу есть потайное отделение для зонта – это защитит ваши вещи от промокания.
Материал: кожа, ПВХ. Размер: 31x24,5x10,5 см. КНР. Лот 748 821 Коричневый Лот 144 0018 Черный



скидка 62%
~~3990₽~~ **1490₽**



В СОСТАВЕ НАТУРАЛЬНОЙ КОЖА



4 пары в наборе
Мужские



3 пары в наборе
Женские

Носки без резинки «Релакс»
Не затрудняют отток крови, не перетягивают ногу. Подходят для полных ног.
Материал: 74% хлопок, 24% п/э, 2% эластан. Россия. Цвет в ассортименте. Женские размеры: 23–25, 25–27. Мужские размеры: 25, 27, 29. Спрашивайте Ваш размер при заказе!

скидка 30%
~~990₽~~ **690₽**



Ножницы для плотных ногтей
С длинными ручками и коротким захватом. Они создают большее усилие при обрезании ногтя на пальцах ног.
Материал: сталь, пластик. Размер: 21 см. КНР. Лот 689 883

Удлиненная ручка

скидка 37%
~~990₽~~ **690₽**



Жилет меховой
Натуральная овечья шерсть не просто согревает, но и благотворно влияет на организм.
Материал: овечья шерсть 70%, полиэстер 30%. Россия. Размеры: 50–64, спрашивайте у оператора при заказе!

скидка 37%
~~3990₽~~ **2490₽**

Леггинсы из верблюжьей шерсти
Очень плотные теплые леггинсы с начесом. Комфортная широкая резинка на поясе.
Материал: 65% верблюжья шерсть, 25% хлопок, 5% полиамид, 5% эластан. Размер: универсальный 46-60. Длина: 107 см. КНР. Лот 135 7062

скидка 50%
~~2490₽~~ **1290₽**



Теплые бабуши
Бабуши на войлочной нескользящей подошве согреют и подарят мягкость и комфорт. Сделаны из натуральной овечьей шерсти.
Материал: 70% шерсть, 30% п/э. Стелька – войлок. Подошва: ЭВА. Россия. Размеры 36–45. Спрашивайте Ваш размер при заказе!

Размеры 36–45

скидка 50%
~~2490₽~~ **1290₽**



Теплые ботинки «Комфорт Норд»
Теплые ботинки защитят от осенней непогоды. Широкий проем с фиксирующей резинкой комфортен для ног с любой полнотой и подъемом, застежка-липучка обеспечивает плотную фиксацию на ноге. Антискользящая подошва с протектором защитит от падений, а амортизирующая пяточная вставка облегчает нагрузку на ноги.
Материал: верх – полиэстер 100%, внутри – иск. мех. Подошва – ПУ. Высота подошвы: 3 см. Размеры 37–45. КНР. Спрашивайте Ваш размер при заказе!

Размеры 37–45

скидка 50%
~~2990₽~~ **1490₽**

МОЙ МИР Звонок по России и с городского, и с мобильного **БЕСПЛАТНЫЙ:** **8-800-250-21-76** код заказа: **PM-22-351-СУМ**

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: ООО «Мой Мир», ОГРН 1197746473451, адрес: РФ, 111024, г. Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Лефортово, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 6, эт. 3, пом. 3, каб. 302. 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 31.12.2022 г. при условии наличия товара на складе. Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода PM-22-351-СУМ. Реклама.

ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!
СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

Матрас-топпер с анатомическим эффектом
Размеры: 70x200 см; 80x200 см; 90x200 см; 140x200 см; 120x200 см; 160x200 см

СУПЕРЦЕНА от 1690 руб.



Делает спальное место удобным и комфортным. Высокоэластичная пена адаптируется к форме тела...

Корректор осанки S-M талия 60-85 см L-XL талия 86-125 см
Знакомые всем боли в пояснице, шее, грудном отделе...



1690 руб. 990 руб.

Термоноски «Аляска» (Мужские, женские) Суперцена! 4 пары за 790 руб.
Три слоя из микроволокна заботятся о стопе. Сохраняют воздух...



Стул для ванной и душевой с регулируемым ножками
Предназначен для проведения гигиенических процедур в ванной комнате или душевой.



2990 руб. 2690 руб.

Термобелье мужское, женское 1690 руб. 990 руб.
Современный способ оставаться в тепле в любую погоду! Можно носить под брюки, джинсы...



Вертикальная суперсушилка для белья
Суперсушилка позволит высушить три загрузки стандартной стиральной машины. 3 яруса плюс 2 дополнительные планки...



2600 руб. 1990 руб.

Проточный кран-водонагреватель с дисплеем + ДУШ
Забудьте о проблемах с горячей водой! Проточным краном-водонагревателем! Нагревает воду за несколько секунд...



Набор для уборки «Чистые руки» Суперцена 1390 руб.
Это инновационное изобретение, которое состоит из легкой самоочищающейся швабры с насадками из микрофибры...



Плита индукционная (настольная) 3800 руб. 1990 руб.
Незаменимая кухонная техника не только для дачи, но и для владельцев маленькой кухни.



Набор кастрюль
1990 руб. 1290 руб.
Каждая кастрюля изготовлена из цельного листа углеродистой стали и покрыта жаропрочной эмалью.



Казан-вок «Сила гранита» 4 в 1 Диаметр 32 см
2600 руб. 1990 руб.
Это сковорода, скороварка, вок и кастрюля! Специальное керамическое покрытие Granitex...



ТЕРМОКЕРАМИЧЕСКИЙ ОБОГРЕВАТЕЛЬ
1990 руб. 1490 руб.
Подключите обогреватель к розетке и выберите необходимую t от 15 до 32°C. Система климатроник-термостат...



Электрический измельчитель «Молния»
2100 руб. 1590 руб.
«Молния» – незаменимый помощник на кухне. Он один заменит несколько бытовых приборов (от кофемолки и мясорубки до яйцерезки и блендера).



Увеличительные очки-лупа Big Vision (Биг Вижн) 2 шт. 990 руб.
Очки-лупа дают визуальное увеличение предмета на 160% и при этом оставляют ваши руки свободными.



Чудо-пленка «Надежная защита» 3 м x 60 см 2 шт. 990 руб.
Самоклеящаяся алюминиевая фольга для защиты поверхностей от различного рода повреждений и загрязнений.



Массажная подушка с функцией прогресса 3800 руб. 1690 руб.
Ноет спина? Мышцы словно окаменели? Массажная подушка – ваше спасение! Нефритовые камни, словно опытные руки специалиста...



Новейший автоматический веник 1800 руб. 990 руб.
Автоматический веник необходим любой хозяйке на каждый день. По поккам прибора размещены щетки, которые вращаются и собирают мусор.



Утилизатор отходов «САНЭКС» 1990 руб. 1490 руб.
Хозяйка частного дома, где нет подключения к центральной системе канализации, сталкивается с вопросом очистки накопительной емкости.



Отпугиватель грызунов и насекомых 2 шт. 990 руб.
Устройство предназначено для отпугивания тараканов, жуков, мышей, крыс. Защищает ваш дом, квартиру или промышленное предприятие...



Дрель-шуруповерт «Профи» 1990 руб. 990 руб.
Работает от аккумулятора. Встроенная подсветка. Рукоятка дрели способна поворачиваться на 180°. 26 бит в комплекте заменят множество инструментов!



Светильник «Чемпион – солнечная батарея» 990 руб.
Отличная разработка военной промышленности, которая теперь доступна и вам! Новейшая технология светодиодной панели.



Многофункциональный парогенератор 2500 руб. 990 руб.
Прибор сочетает в себе такие функции, как паровой утюг, парогенератор, парочиститель и увлажнитель воздуха.



Набор кружевных бюстгалтеров «Ажур Бра», 3 штуки в комплекте: белый, черный, бордовый 2300 руб. 1690 руб.
«Ажур Бра» – это изумительное бесшовное, кружевное белье, которое отлично поддерживает спину и грудь.



Говорящий хомяк Woody Q'time (Original) 1700 руб. 990 руб.
Уникальные развивающие игрушки способны рассмешить до слез любого, попытавшегося заговорить с ними.



Нервущиеся японские колготки (черные или телесные) 1300 руб. 990 руб.
Благодаря новейшим японским технологиям удалось получить единственный в своем роде продукт – нервущиеся колготки! Представляют собой переплетения миллиона мелких ниток в жгуты...



Лента «Супер Фикс» 2 шт. по суперцене 990 руб.
«Супер Фикс» – это специальный состав, который имеет тройную толщину и обработан сверхсильным клеем, который позволит ей моментально приклеиться к поверхности и образовать герметичное соединение.



Гарантия качества! Звоните прямо сейчас! ИП Елкин Иван Юрьевич ОГРН 321774600271012. С информацией об организаторе акций, правилах их проведения, количестве призов, сроках, месте, порядке их получения можно узнать по тел. 8 (499) 213-03-16. Акции действительны с 14.09.2022 г. по 05.10.2022 г. *По итогам продаж 2021 г. РЕКЛАМА.

ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ВСЕМ РЕГИОНАМ РОССИИ
8 499 213-03-16
Работаем без выходных с 9:00 до 20:00.