



**СТРОИТЕЛЬСТВО ЖИЛЫХ ДОМОВ, КОТТЕДЖЕЙ
БАНЬ ПОД КЛЮЧ И ФУНДАМЕНТОВ**

Тел.: 8 (495) 64-34-000 (многоканальный) www.000-master.ru

Подробнее о проектах
домов, выставочных
площадках
читайте на **СТР. 3** >>>

РЕКЛАМА

**№08
(420)**

ТВ-программа с 24 февраля по 1 марта 2020 года

ТЕЛЕК

PRESSA.RU

52
КАНАЛА
ТВ

**БАБУШКИНО
ВОСПИТАНИЕ –
БЛАГО ИЛИ
НАКАЗАНИЕ?**

стр. 4

**РАСТИМ
ПЕРЕЦ
ПО ВСЕМ
ПРАВИЛАМ**

стр. 14

АЛЕКСАНДР СОКОЛОВСКИЙ

**МНЕ НУЖНО КУДА-ТО ДЕВАТЬ
НЕУЁМНУЮ ЭНЕРГИЮ** **стр. 2**

**ЗДРАВСТВУЙ,
МАСЛЕНИЦА!
РЕЦЕПТЫ,
ТРАДИЦИИ, ЛЕГЕНДЫ**

стр. 10

**КАК СОХРАНИТЬ
ЗДОРОВЬЕ
ПОЧЕК?**

стр. 12

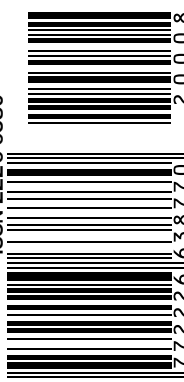
**«ЖИДКИЕ»
КАЛОРИИ
С ПОДВОХОМ**

стр. 8

12+

Фото personastars.com

ISSN 2226-6380



9 177222 638770 1 20008

На Первом канале планируется к показу 12-серийный фильм о Муслиме Магомаеве.

Александр СОКОЛОВСКИЙ:

Орфей советской сцены сыграет Милош Бикович, Тамару Синявскую – Ирина Антоненко, а первого мужа певицы – артиста балета – Александр Соколовский. С последним мы и поговорили о кино, спорте и честном отношении к себе.

Муж оперной дивы

– Александр, вам повезло: погрузиться в такой уникальный музыкальный материал, в такие судьбы...

– Это правда. Кино обещает быть очень интересным. Оно долго снималось в Баку и в Москве. Долго работали над воссозданием эпохи 70-х. На мой взгляд, получилось на твердую пятерку. Нам, молодому поколению, было очень интересно познакомиться с той эпохой.

– Тамара Синявская приезжала на съёмочную площадку?

– Нет, но она была в курсе проекта, читала сценарий, утверждала его.

– Вы играете в картине артиста балета. Пришлось вставить на пуанты?

– К сожалению, нет, хотя танцевать очень люблю. Спорт и танцы сопровождают меня всю жизнь. Танцами увлекался с детства. Мой папа был одним из первых, кто в 80-х «крутил» брейк-данс. В 2000-х поднялась вторая волна увлечения хип-хопом, которая подхватила уже меня. Поэтому я больше уличный танцор, нежели профессиональный.

– Зато вам удалось «оттянуться» на съёмках другой картины, которая только вышла на канале ТНТ, об акробатическом рок-н-ролле.

– Мы действительно сыграли представителей первого акробатического

Мне нужно куда-то девать неуёмную энергию»

клуба в СССР, возникшего в 1987 году. Снимались с настоящими действующими чемпионами, которые тренировали нас несколько месяцев. Так что некоторые трюки делали сами.

Впервые снялся в комедии

– Вы многое любите делать самостоятельно: для роли разведчика в новой детективной истории под названием «Трейдер» взяли изучать арабский язык, для участия в сериале «Молодёжка» – играть в хоккей, а для съёмки в ситкоме

«Гранд» освоили медицинские навыки...

– На самом деле ставить уколы и делать электрокардиограмму я научился многим раньше, когда снимался в картине «Склифосовский». Но если там был серьёзный драматический материал, то «Гранд» – своего рода комедия, в которой участвовал впервые. Это был невероятно интересный позитивный опыт, от которого остались самые яркие воспоминания. Рад, что буду

сниматься и в следующем сезоне.

– После окончания съёмки часто бывают банкеты, но вы на них не ходите. Почему?

– Никогда не остаюсь на банкеты, поскольку не пью, не ем мясо и так далее... Просто всех поздравляю, обнимаю и ухожу, иногда по-английски, чтобы не привлекать к себе излишнего внимания за столом.

– Давно так дисциплинированно живёте?

– Девять лет назад я понял, что эффективность моей жизни из-за тусовок, праздного времяпрепровождения теряется, а время – невосполнимый ресурс. Я ведь родом из Петербурга – главной тусовочной столицы, и учился в ГИТИСе, который славится самым нездоровым образом жизни среди дру-

гих театральных вузов Москвы. Однажды я понял, что без этого можно жить, что нужно направить время на что-то более полезное, продуктивное. А поскольку я, как Рогожин (герой романа Ф.М. Достоевского «Идиот». – Прим. ред.), все довожу до страсти, ничего не делаю вполовину, то и жизнь поменял кардинально.

Сегодня меня многие спрашивают: как ты перестал есть мясо? Отвечаю: в этом для меня не было никакой проблемы. Я даже не заметил, как это произошло. Как ушли из моей жизни лимонады, сладости, снеки, хотя и сейчас могу съесть чипсину. При этом не могу сказать, что сильно заморачиваюсь правильным питанием. Калории, во всяком случае, не высчитываю.

Новый год встречал на Эльбрусе

– Вы – яркий представитель экстремальных видов спорта...

– Мне необходимо куда-то девать свою неуёмную энергию. Спорт в этом деле – лучший помощник. Мне по кайфу прыгать на сноуборде с трехметровой скалы, участвовать в мотокроссах и мототреках... Мотоциклы – моя отдельная страсть, как и горы, от которых я «фанатею». Там абсолютно моя энергетика. В сочетании со сноубордом я получаю в горах такой драйв, которого не получаю больше нигде. Поэтому Новый год встречал на Эльбрусе.

– Слышала, вы меняете несколько мотоциклов за сезон...

– К спортбайкам у меня отношение как к спортивным снарядам, которые хочется все попробовать. Вот я и пробую.

Наталья АНОХИНА



КСТАТИ

«Розовые очки не ношу»

– О том, что вам по душе экстрим, говорит и тот факт, что вы планируете жить на два континента: Северную Америку и Россию.

– Америка мне всегда была интересна. Впервые оказался там туристом. Потом поехал на разведку боем, чтобы понять, есть ли смысл себя там попробовать? Понял, что есть. Посмотрим, к чему это приведет.

– В Голливуде хотелось бы поработать?

– Конечно. Но прогнозировать там актерскую занятость – значит, стать обладателем толстых розовых очков. Скорее бы я хотел заняться киноиндустрией. Мне нравится заниматься фильмомейкерством, киноделанием.

– Не боитесь разочарований?

– Нет. Потому что нет очарования. Никогда не делаю необдуманных поступков, мне все-таки 30 лет, а не 19. Еду в Калифорнию без розовых очков, понимаю, что, как и куда. Я просчитываю будущее. Безрассудства во мне нет.

– Языком владеете?

– Я окончил лингвистический лицей в Петербурге. Это сыграло на мою мечту.

ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»

– Честно относитесь к себе. Умейте себя осознавать и правильно формулировать собственные желания. Тогда их проще будет реализовывать.

ЗДОРОВЬЕ ВАШИХ СУСТАВОВ. ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО



Геленк Нарунг

- Способствует укреплению хрящевой и соединительной тканей
- Направлен на активизацию выработки внутрисуставной жидкости
- Способствует ускорению выздоровления после травм.

COFP № RU.77.99.19.003.E.000022.01.15 от 12.01.2015 г.

Опорно-двигательный аппарат

Картила Геленк-МСМ

- Применяется при различных проблемах опорно-двигательного аппарата.
- Способствует:
 - уменьшению мышечного дискомфорта после занятий спортом,
 - нейтрализации действия токсинов и ускорению вывода их из организма,
 - укреплению ногтей, зубов, волос.

COFP № RU.77.99.88.003.E.004444.03.15 от 04.03.2015



Сердечно-сосудистая система

Лецитин Супер гранулят

Способствует:

- очищению сосудов,
- укреплению стенок сосудов,
- поддержанию памяти, внимательности,
- предохранению печени от токсинов, алкоголя.

COFP № RU.77.99.32.003.E.000507.01.15 от 20.01.2015 г.

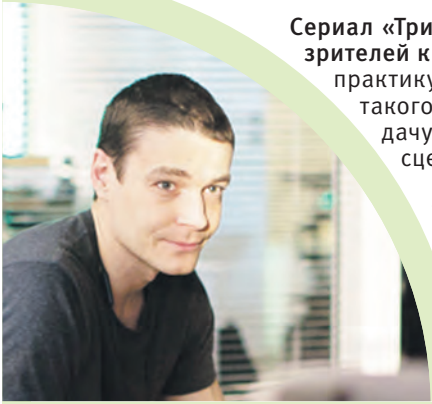


Реклама

Справки и консультации: 8-800-333-06-07 (звонок бесплатный). Москва: 8 (495) 518-01-34; 8 (495) 686-84-50 Производитель: "ProVista" AG г. Ганновер, Германия www.provista-ag.ru

БАД НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Максим Матвеев напомнил о слабостях



Сериал «Триггер» с Максимом Матвеевым в главной роли показал большой интерес зрителей к теме этой картины. Напомним, что по сюжету психолог Артём Стрелецкий практикует шоковый метод психотерапии для своих пациентов. Самым сложным для такого проекта, как «Триггер», было написать очень честный сценарий. На эту задачу у автора идеи и креативного продюсера Александры Ремизовой, а также сценариста Андрея Золотарева ушло более полутора лет.

– Мой персонаж – человек сложный. Но это нормально для человека, который пытается изменить мир, – сказал нам о своей роли Максим Матвеев. – Он делает это хорошо, но при этом испытывает трудности в том, чтобы изменить свою собственную жизнь... Люди вообще часто думают, что психолог – это некий мудрец, который знает, как жить, что делать, как поступать в любом случае. А на самом деле это не так – все мы люди, у каждого из нас есть слабости и свои причины для неподвластных логике поступков...

Фото пресс-службы Первого канала

«Сердце Пармы» станет музеем

Уже на следующий год запланирована премьера одного из самых ожидаемых сериалов – «Сердце Пармы» (снимается телеканалом «Россия» вместе со «Star Media»). Картина посвящена истории присоединения Перми к великому Московскому княжеству в XV веке и рассказывает о культуре древнего Урала. В главных ролях тут снимаются Александр Кузнецов, Виталий Киченко, Сергей Пускепалис и многие другие.



Строительство декораций для экранизации романа Алексея Иванова проходило непосредственно в Пермском крае на территории геологического памятника природы «Холодный Лог».

Здесь воссоздали уникальный комплекс, включающий в себя 84-метровую деревянную крепость, храм, кельи монастырского холма – все, как было в городе Чердынь в XV веке. У продюсеров проекта возникла идея не разбирать декорации, а использовать город в качестве историко-туристического объекта. Планируется, что уже в этом году они будут переданы в дар городскому округу.

Фото «Star Media»

Звёзды споют на НТВ инкогнито

Всемирно популярный формат The Masked Singer теперь в России! Телеканал НТВ представляет отечественную версию шоу, созданного в Южной Корее, под названием «Маска». В самом интригующем вокальном поединке сойдутся 12 звезд отечественного шоу-бизнеса: певцы, актеры, шоумены, ведущие и спортсмены. Личность каждого хранится в строжайшем секрете: ни имен, ни возраста, ни профессий – только голос и невероятные костюмы, разработанные индивидуально для каждого участника.

Звездному жюри и зрителям НТВ предстоит разгадать главную тайну российского телевидения – кто скрывается под маской?

Фото: [instagram.com/maskedsingerfox](https://www.instagram.com/maskedsingerfox)



«Город невест» отдохнул в караоке

На телеканале «Россия» – премьера сериала «Город невест». В центре сюжета четыре подруги, и у каждой – свои проблемы в личной жизни.

В сериале снимались Светлана Смирнова-Марцинкевич, Роман Полянский, Юлия Галкина и другие.

Съемки проекта проходили в Минске прошлым летом. Артистам удавалось между сменами прогуляться по городу и даже попеть в караоке.

– Практически никогда не ходила в караоке. И вот в Минске Роман Полянский показал классное место, где можно попеть, – рассказала нам исполнительница одной из ролей Светлана Смирнова-Марцинкевич. – С ужасным волнением я взяла микрофон. Петь под гитару, что я делаю регулярно, – очень просто, а вот так выступать перед всеми было очень волнительно. Но я справилась...

Фото пресс-службы телеканала «Россия»



Два уха – два слуховых аппарата ВТОРОЙ БЕСПЛАТНО!

Чем опасна потеря слуха?

- Снижается качество жизни: человек со слабым слухом порой оказывается в социальной изоляции, когда он уже не может работать и с трудом общается с близкими, особенно детьми.
- Хороший слух очень важен для детей: они учатся говорить. Потеря слуха до 12 лет, пока не сформирована речь, может исказить речь ребёнка.
- Согласно исследованию, проведённому в Университете Джона Хопкинса в период с 1990 по 2008 год, у пожилых пациентов с потерями слуха значительно более высокий риск развития старческого слабоумия и болезни Альцгеймера.

Как понять, что слух действительно падает?

- Вы стали прибавлять громкость, а родные жалуются, что звук им мешает.
- Вы плохо понимаете собеседников, кажется, что они говорят неразборчиво, «глотают» буквы. Приходится постоянно переспрашивать.
- Вам особенно сложно разобрать слова, когда говорят несколько человек.
- Эти признаки могут говорить о снижении слуха, но гарантированный ответ способен дать только специалист.

Зачем нужны два слуховых аппарата? Разве недостаточно одного?

Природа не зря подарила нам парные органы чувств: два глаза, два уха. Понижение слуха, связанное с возрастом, чаще всего затрагивает оба уха. В этом случае для компенсации слуха нужно два слуховых аппарата.

В чём же разница между одним и двумя слуховыми аппаратами?

- Точное понимание источника и направления звука.
- Повышается разборчивость речи даже в тех случаях, когда говорят несколько человек одновременно.
- Сокращается период адаптации к слуховому аппарату, так как слышать двумя ушами более естественно для человека.

Я понимаю, что это важно, но мне просто не по карману два слуховых аппарата!

Время, проведённое с родными и близкими, бесценно. Именно поэтому стоит начать носить слуховой аппарат как можно скорее. И сделать это легко с «Академией слуха»: ведь у нас при покупке одного слухового аппарата вы получаете второй абсолютно БЕСПЛАТНО!

Акция* действует с 1 января по 29 февраля 2020 года

Узнать подробности акции и записаться в центр можно по нашим адресам и телефонам:

- г. Москва, ул. Рабочая, д. 13 – станции метро «Римская» или «Площадь Ильича», выход №2 Бульвар Энтузиастов. Всего 3 минуты от метро! 8 (499) 553-84-82
- г. Люберцы, ул. Смирновская, д. 5, 8 (498) 642-55-80
- г. Серпухов, ул. Советская, д. 56, 8 (4967) 75-72-45
- г. Балашиха, ул. Советская, д. 12, 8 (495) 303-11-50

Единый номер: **8 (800) 500-93-94**

а также на нашем сайте: www.akademia-sluha.ru

АКАДЕМИЯ СЛУХА

Второй слуховой аппарат БЕСПЛАТНО!

Рассрочка без переплат ДО 12 МЕСЯЦЕВ!**

1+1 Второй в подарок!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

*Акция распространяется не на все слуховые аппараты. **Рассрочка предоставляется ИП Бахтин С. А. в Балашихе, Люберцах, Серпухове и ООО «Центр Слуха» в Москве. Полный список товаров, условия участия и полные условия рассрочки уточняйте у сотрудников центра и по телефону 8-800-500-93-94.

СТРОИТЕЛЬСТВО ДОМОВ, БАНЬ ПОД КЛЮЧ

МАСТЕР
WWW.000-MASTER.RU

- Строительство
- Достройка
- Реконструкция
- Работаем с маткапиталом

Дом каркасный 10,8x9,55 «Премьер»
1 129 380 руб. 1 016 450 руб.

Дом каркасный 12,0x9,5 «Альфа 2»
2 964 060 руб. 2 694 600 руб.

Дом из бруса 12,8x11,4 «Император»
3 026 300 руб. 2 784 200 руб.

Наши выставочные площадки:

г. МОСКВА м. «Строгино», 65 км. МКАД, в/п «Синдика», +7 (495) 364-91-64 +7 (910) 410-18-04	г. МОСКВА м. «Домодедовская», Каширское шоссе, вл. 63, корп. 1 +7 (910) 410-18-11	РАМЕНСКИЙ Р-Н с. Заворово +7 (495) 979-59-58 +7 (910) 410-18-10	г. КОТЕЛЬНИКИ Новорязанское ш. д. 5 в/п «РЕАЛ» +7 (916) 986-72-79 +7 (910) 410-18-06	г. РЯЗАНЬ Московское ш. д. 65А, ТРЦ «М5 Молл» +7 (980) 622-62-62 +7 (910) 410-18-12
--	---	--	--	---

+7 (495) 64-34-000
(многоканальный)

Кредитование: АО «Кредит Европа Банк» Лиц. № 3311 от 04.02.2015 г.; Банк «Возрождение» Лиц. ЦБ РФ № 1439 от 22.01.2015 г.; АО «АЛЬФА-БАНК», Лиц. ЦБ РФ № 1326 от 16.01.2015 г.; АО «СОЛИД БАНК» рег. № 1329/4 от 11.08.2004 г.; ПАО «Почта Банк» Лиц. ЦБ РФ № 650 от 25.03.2016 г. Не является публичной офертой. РЕКЛАМА.

СЕКРЕТ УСПЕХА

Документы в порядке!

В крупной организации есть делопроизводитель, занимающийся работой с документами. В микрофирме обязанности по систематизации и хранению документов могут поручить одному из сотрудников. Что предпринять, чтобы содержать документы в порядке?



СИСТЕМАТИЗИРОВАТЬ

Составьте список всех видов и подвидов документов, с которыми вы работаете. Например, основной вид документов – договоры, их подвиды – кредитные договоры, договоры на предоставление услуг, договоры аренды и т. п. Рассортируйте документы согласно списку в лотки, папки или короба.

ХРАНИТЬ

Лотки – идеальный способ хранения корреспонденции: удобно сортировать входящие письма. Папки-скоросшиватели хороши для хранения отработанных документов. На корешках делают наклейки с названием вида документов. Когда папка наполнена, составляют ее реестр для учета и быстрого поиска – список всех документов с их регистрационным номером и датой. Регистрационный лист помещают в начало папки. Короб для бумаг – аналог папки, но большей вместимости и требующий большего пространства для хранения.

ОРГАНИЗОВАТЬ ДВИЖЕНИЕ ДОКУМЕНТОВ

Разработайте номенклатуру дел и инструкцию по делопроизводству, определяющую единые правила работы с документами для всех сотрудников. Чтобы сохранять порядок, нужно регистрировать входящие и создаваемые документы, вовремя перемещать отработанные документы в папки или короба.

У многих народов бабушки и дедушки традиционно принимают активное участие в воспитании подрастающего поколения.

С одной стороны, связь поколений – это хорошо, но, с другой стороны, мнение по поводу принципов и методов воспитания у родителей и бабушек-дедушек часто различаются. Попробуем увидеть обе стороны медали и выяснить, как найти общий язык в этом деле.

Позитивные моменты

● Родители бывают чересчур требовательными, а бабушки и дедушки благодаря большому жизненному опыту принимают внуков со всеми их достоинствами и недостатками такими как они есть. Они живут интересами малышей и делают все, чтобы удовлетворить их желания. Именно поэтому детям так комфортно рядом со старшим поколением.

● Бабушки и дедушки уверены, что их внуки – лучшие на свете. И если родители порой скупа на похвалу («Чего такого достиг малыш 4-5 лет?»), то бабушки и дедушки хвалят их за любое успешное действие, а значит, формируют положительную самооценку внуков (родители со своей критикой часто перегибают палку, и тогда ребенок растет неуверенным в себе).

● Связь со старшим поколением, знание своего генеалогического древа формирует у ребенка базовые нравственные ценности.

● Родители могут спокойно заниматься карьерой, зная, что быт малыша налажен (он сыт, одет, препровожден в садик или школу) и что родная бабушка не обидит внука.

Чтобы бабушка почувствовала себя «бабушкой», организуйте совместные встречи, помогая наладить общение бабушки и внуков. Просите о посильной помощи, например, посидеть с малышом, пока вы сходите в магазин или парикмахерскую.

Обращайтесь к ней за советами по вопросам воспитания детей.



Плюсы и минусы бабушкиного воспитания

Бабушка подарила внучке набор доктора. Коты спрятались сразу. Дедушка не успел.



КСТАТИ

Если бабушка против

Современные бабушки – совсем не те старушки в платочках, которые подчиняют свою жизнь внукам. Современные бабушки – весьма занятые особы, которые частенько работают и имеют массу интересов за пределами семьи. Что делать, если бабушка не стремится помогать с внуками?

■ Молодые родители порой обижаются, что бабушка не помогает. Но они забывают, что помощь в воспитании детей – это любезность со стороны бабушек, а не обязанность.

■ Выразите бабушке благодарность за любую помощь. Общайтесь уважительно, не критикуйте. Пусть бабушка почувствует себя вашим союзником, а не соперником.

Негативные моменты

● Если у родителей и старшего поколения разные взгляды на воспитание, получается, что бабушка воспитывает, мама потом перевоспитывает, а страдает в этой ситуации ребенок.

● Люди старшего поколения бывают излишне тревожны и порой ограничивают активность и любознательность ребенка («Как бы чего не вышло!»). Это чревато формированием у него таких качеств, как несамостоятельность, пассивность.

● Захваливание и попустительство – обратная сторона беззаветной любви. Порой излишне либеральное «бабушкино» воспитание оборачивается неуправляемым поведением малыша.

Чтобы позитива стало больше?

♥ Если воспитательные установки и методы родителей не совпадают с воспитательными установками и методами бабушек и дедушек – это не повод выражать друг другу претензии. То, что взгляды разных поколений разнятся, – нормально. Нужно просто подробно проговорить ситуацию, чтобы выработать общий подход.

♥ Постарайтесь мягко донести до бабушки и дедушки, что приоритет в воспитании ребенка – за родителями. Поэтому, даже если они не в восторге, требования родителей нужно учитывать.

♥ Бабушке и дедушке важно внести свою лепту в воспитание внуков. Не лишайте их этого удовольствия, решая все вопросы без их ведома. Выделите им собственную зону ответственности: выбор книг для чтения, сопровождение на занятия кружка, помощь в приготовлении уроков и т. п. Главное – помнить, что у вас одна цель – благополучие маленького человека, и для этой цели важно идти на взаимные уступки.

Ольга БЕЛЬСКАЯ



БЕСПЛАТНАЯ

социально-правовая поддержка граждан по г. Москве

- Содействие в улучшении жилищных условий.
- Помощь в выписке из квартиры, без согласия.
- Возврат подаренной недвижимости.
- Помощь при вступлении в наследство.
- Эффективное решение споров между соседями.
- Бесплатный приём и консультирование дежурного юриста по всем вопросам.

Реклама

ГОРЯЧАЯ
ЛИНИЯ

8 (495) 128-32-77

ПЕРЕСЕЛЯЕМ В ПАНСИОНАТ



Поможем в переезде
в пансионат

для пожилых людей на
постоянное проживание

Только для жителей Москвы и области!

(495) 120-10-03

Не откладывайте на завтра, живите сейчас!

- ☑ Полное обеспечение
- ☑ Внимание персонала
- ☑ Постоянное общение
- ☑ Забота о здоровье 24 ч.

ООО «Полное доверие» ОГРН 1157746545483

Реклама

28 февраля на телеканале Домашний – премьера 4-серийной остросюжетной мелодрамы «Слепой поворот». Главная героиня Алиса (Евгения Ахременко) вместе с мужем являются владельцами агентства каскадёров.

Алексей МАТОШИН:

На съемках муж погибает, и Алиса остается одна. Она подозревает, что смерть мужа не случайна, и начинает свое расследование. Помогает ей новый знакомый Алексей. Мы поговорили с актером Алексеем Матошиным, исполнителем роли Алексея, о том, как проходили съемки.

Смесь хорошего с прекрасным

– Ваш герой приходит на помощь женщине в трудную минуту, подставляет ей своё плечо. А что он за человек, почему готов так бескорыстно ей помочь?

– Ну, все-таки не совсем бескорыстно – Алиса ему очень нравится как женщина. Хотя сначала категорически отказывается во взаимности. Но он же настоящий мужчина, трудности его не отпугивают. И он начинает завоевывать сердце Алисы. Что касается характера, то мой персонаж – смесь хорошего с прекрасным (смеется). Его главная черта – целеустрем-



Сериал «Слепой поворот» продолжает «Фабрику мелодрам» на Домашнем.

Мужчина силен рядом с умной женщиной»



КСТАТИ

Фильм про женщину

– Он главный герой?

– Главный мужской персонаж, если точнее. Потому что наш фильм «Слепой поворот» – про женщину. Помните, как у Некрасова? Есть женщины в русских селеньях... Вот Алиса как раз такая. Но смысл в том, что даже такой сильной героине нужен рядом мужчина как поддержка и опора. В итоге, когда она устает одна бороться с проблемами, то доверяет Алексею их решать. А вместе с проблемами доверяет и себя. Что касается Алексея, то ему Алиса дала возможность почувствовать себя настоящим мужчиной. Мужчина ведь себя чувствует сильным рядом с умной женщиной.

ленность. Решил добиться женщины – добился.

– А недостатки у него есть?

– Возможно, целеустремленность – это и его недостаток, просто в картине он не раскрыт. Но мы

Счастье, а не партнёрша

– Как вам работало с актрисой Евгенией Ахременко, которая играет Алису?

– Сначала, когда я ее увидел, то она произвела впечатление «звезды» в плохом смысле слова. Думаю, ну, будут проблемы. А на деле Женя оказалась простой, веселой, умной девушкой. Счастье, а не партнерша. После первого же дубля стало ясно, что работать с ней кайфово. Да вообще, вся команда прекрасная была. Режиссер Кира Ангелина, с которой я не был знаком, умеет поставить задачу, услышать актера, что очень важно. Кира заботилась о том, чтобы нам было комфортно в кадре.

Расти над собой

– Вы часто снимаетесь в кино, но ведь вы ещё и театральный артист. В чём отличие кино от театра?

– В кино работаешь с разными режиссерами, это дает новый опыт, у коллег какие-то приемы подсматриваешь. Кстати, некоторые приемы, которым я научился на съемочных площадках, я потом реализовывал и в театре. Это обогащает тебя как артиста. Но вообще, это, конечно, два разных мира. На сцене ты существуешь здесь и сейчас, без права на ошибку. В кино-то можно дубль переснять, а в театре – как сыграл, так сыграл. Но я люблю разные форматы, это всегда – вызов и возможность расти над собой.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

Фото: телеканал Домашний

Реклама

БЕСПЛАТНЫЕ ЮРИДИЧЕСКИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ

☎ **8-495-205-14-05**

ДОСУДЕБНОЕ И СУДЕБНОЕ РЕШЕНИЕ ВОПРОСОВ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ

Счастливое ухо слышно даже тишину!

8 (499) 705-20-30
8 (495) 678-16-58
8 (499) 340-08-75

www.sluh-center.ru

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Чистый натуральный звук и отличная разборчивость речи

СКИДКА 15% всем пенсионерам на новые модели! До 31 марта 2020 г.

Поздравляем с **23** февраля

г. Москва, ул. Сергея Радонежского, д. 29/31 (1 минута пешком от м. "Площадь Ильича" или "Римская")
г. Химки, Проезд Молодежный, д. 8 (Проезд от станции Химки автобус № 51 до остановки "Сбербанк")

* При предъявлении пенсионного удостоверения. ОГРН 1037739248755, 127473, г. Москва, ул. Достоевского, д. 2, стр.1. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

Строительная компания **ЛНА**

МО, г. Котельники, Дзержинское шоссе, вл. 7/7
МО, г. Бронницы, с. Заворово

8 (495) 585-83-89 8 (925) 094-38-65
www.LiderLesa.ru

- МИНИМАЛЬНЫЕ СРОКИ СТРОИТЕЛЬСТВА
- БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ КРУГЛЫЙ ГОД
- В КРЕДИТ **

ЭКОНОМИЯ до 550 000 руб. ПРИ ПОКУПКЕ ДОМА С ПАКЕТОМ «ЗИМНИЙ»

ПОДАРКИ К ДАЧНЫМ КАРКАСНЫМ ДОМАМ

- Свайно-винтовой фундамент
- Металлочерепица «Монтеррей»
- Утепление мансарды 150 мм
- Отделка дома сайдингом -40%

Дачные коттеджи от 406 808 руб.*
Нева-2К Амур-2К

Дачные дома от 140 000 руб.*
Ангара-3К Печора-2К

Дома из СИП-панелей от 328 000 руб.*
Днепр-П-СИП Омолон-П-СИП

Деревянные бани от 165 000 руб.*
6Б-К 25Б-Б

СКИДКА НА ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ УСЛУГИ ДО 20%
Предложение действительно до 31 марта 2020 г. Подробности у менеджеров на выставочных площадках.

* Указана цена для базовой комплектации на момент публикации. Подробности у менеджеров на выставочных площадках. **Не является публичной офертой.** ** Кредит предоставляет:
1) АО "Кредит Европа Банк (Россия)", генеральная лицензия № 3311 от 03.09.2019 г.;
2) КБ "ЛОКО-Банк" (АО), генеральная лицензия № 2707 от 14.09.2015 г.;
3) КБ "Ренессанс Кредит" (ООО), генеральная лицензия № 3354 от 26.04.2013 г. Реклама

На телеканале «Россия» состоялась премьера второго сезона одного из самых рейтинговых музыкальных шоу «Ну-ка, все вместе!».

Напомним правила: участники должны показать свои вокальные данные, а жюри – принять решение: проходит выступающий дальше или нет. Проект, успешно дебютировавший на канале год назад, отличается от других подобных численным составом жюри: оно насчитывает сто человек! Причем в этой сотне – исключительно профессионалы: певцы, композиторы, музыкальные продюсеры, преподаватели вокальных вузов страны, музыкальные блогеры.

Жюри обновилось

В новом сезоне состав жюри обновился – в него вошли DJ Грув, Настя Макаревич, Алексей Глызин, Никита Малинин, Лена Катина, Ирина Ортман и многие другие. Кроме того, в жюри войдут самые яркие участники первого сезона: Илья Римар, Елена Чарквиани, Мария Кирпичева, Вячеслав Макаров. В каждом выпуске к Сотне будет присоединяться звездный гость, чье выступление будет открывать шоу. Предводитель всех членов жюри по-прежнему Сергей Лазарев, а ведущий – Николай Басков.

Мы решили побывать на съемках этого популярного шоу и посмотреть невидимую зрителям сторону: заглянуть за кулисы, подсмотреть, как происходит работа над проектом.

Побывать в Сотне!

Съемки «Ну-ка, все вместе!» проходят в одном из

Иногда бывает так, что только половина членов жюри голосуют за участника, а кого-то выбирают сразу все!



Кстати

Подробности шоу

Как нам удалось узнать, как только было объявлено о том, что второму сезону быть, к продюсерам стало приходиться огромное количество заявок на участие. Всего на кастинг их было подано около десяти тысяч. В новом сезоне расширилась география конкурса: на него приехали не только жители из всех уголков нашей страны, но и ближнего и дальнего зарубежья. Так, например, появятся участники из Италии, Латвии и других стран. Возрастное ограничение для конкурсантов тоже есть: от 16 лет и до бесконечности. Самый возрастной участник на сегодняшний день – 78-летний.

Но уделят внимание и детям. Одна из особенностей нового сезона – специальный выпуск, посвященный молодым талантам... Было подано много заявок и в состав Сотни, тут тоже проводились кастинги.

– Мы старались учесть разные варианты, – рассказала генеральный продюсер компании-производителя «ВайТ Медиа» Юлия Сумачёва. – У нас тут есть и эстрадные, и оперные артисты, и представители народного жанра. Очень сложно, когда в жюри – целых сто человек: ты никогда их не уговоришь выбрать тебя «за красивые глазки». Это хорошая гарантия объективности судейства, а от этого конкурс становится еще зрелищнее и интереснее.

«Ну-ка, все вместе!» удивляет во втором сезоне

новых павильонов киноконцертна «Мосфильм». За тем, что происходит на сцене, мы можем наблюдать по специальному монитору, который находится за кулисами. Вся запись идет практически без дублей.

Наконец-то объявляют перерыв, и пока артисты отдыхают в специальных гримерных комнатах, нам разрешают пройти по студии, выйти на сцену и даже посидеть в креслах той самой Сотни на гигантской шестиуровневой стене. Впечатляет.

Сегодня в качестве звездной гостьи, которая присоединилась к основному составу жюри, – Юлия Савичева.

– Было приятно получить приглашение в это шоу, – поделилась с нами артистка. – Когда все вместе одновременно начи-

нают петь – практически вся Сотня – то тебя сносит волной. Я была впечатлена! И я в восторге от того, как участники выступали.

«И артистизм, и исполнение, и талант»

Пока идет подготовка к съемкам, у нас появляется возможность пообщаться и с Сергеем Лазаревым.

– Каждый эфир – это большой стресс, – признается нам артист. – Судить других людей крайне сложно. Но хорошо, что здесь – сто экспертов, и каждый имеет право высказаться. Я куратор всего этого, но это не значит, что мое мнение как-то влияет на



Солистки «Бурановских бабушек» тоже вошли в состав жюри.



общее решение. Я просто резюмирую все сказанное для каждого конкурсанта. Причем от эфира к

эфиру конкурсанты – все сильнее и сильнее. У нас тут идут горячие баталии...

– Как вы сами делаете выбор?

– Я всегда напоминаю, что мы выбираем именно исполнителя, а не песню. Надо смотреть, чтобы все

было на месте: и артистизм, и исполнение, и талант. Лично я – за то, чтобы появлялись новые имена и таланты, чтобы было новое прочтение песен, чтобы участники не боялись рушить какие-то стереотипы. Пришло новое время, новое поколение исполнителей, мы должны им дать право что-то менять...

Валерия ХВАЩЕВСКАЯ

Фото: Владимир Парамонов и от пресс-службы телеканала «Россия»

Задание для супермена
За последние десятилетия благодаря технологиям скорость обмена информацией значительно выросла. И современные люди выглядят по сравнению с предками суперлюдьми: кажется, они делают 10-15 дел одновременно. Однако по результатам эксперимента, проведенного недавно в Университете Орегона, на самом деле человек может одновременно концентрироваться не более чем на четырех задачах. Такой предел как бы установлен самой природой, и ситуацию невозможно исправить ни упорной тренировкой, ни волевыми усилиями.



Как Гюго спасал Нотр-Дам
Было время, когда собор Парижской Богоматери находился в неблагоприятном состоянии и почти не представлял ценности для людей.

Виктор Гюго, французский писатель, который был большим поклонником архитектуры Парижа, решил спасти собор и попытаться заставить читателей полюбить его так же сильно, как и он сам. При помощи персонажа Квазимодо, главного героя романа «Собор Парижской Богоматери», автор призывает не обращать внимание на жуткий внешний вид и найти скрытую под ним красоту. Похожую параллель Виктор Гюго провел и в отношении здания Нотр-Дам-де-Пари.



Верхом на газонокосилке
Именно таким образом летом 1997 года 12-летний Райан Трипп, чтобы собрать деньги на операцию для больного ребенка в его родном городе, проехал по территории США 5417 км.

Стартовав в Солт-Лейк-Сити, молодой человек двигался только по вспомогательным трассам, где полицией разрешено подобное передвижение. Впереди газонокосилки следовал автомобиль с родственниками и друзьями подростка, а отец юноши Тодд Трипп сопровождал процессию на грузовике с запчастями и оборудованием. Добрый мальчик добился цели, прибыв в Вашингтон спустя 42 дня, проехав через 19 штатов.

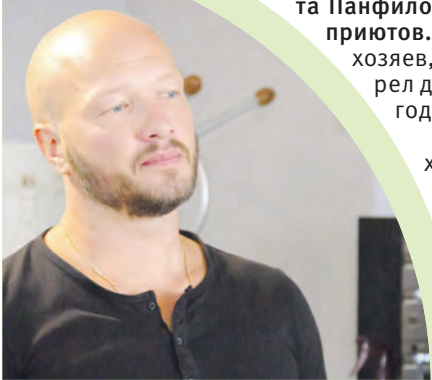


Рулет гигант
Многие хозяйки пекут различные сладости к праздникам. И конечно, с этой традицией связано множество мировых рекордов. 25 декабря 1997 г. в гостинице «Меркур» (Бангкок) был приготовлен и съеден рождественский рулет весом 2,3 тонны. Кондитерское изделие толщиной 60 см и длиной 8,4 м делали на протяжении 360 часов (15 суток) всего 10 человек. На него было затрачено 300 кг сахара, 210 кг муки, 120 кг сухого молока, 120 кг масла и 594 яйца. Сладкое «бревно» разрезали на 19 212 порций.

Светлана СИДОРЧУК

Авторы фото: HUANG Zheng, remelo, Grazziela Bursuc/Shutterstock.com

Никита Панфилов помогает четвероногим обрести дом



Исполнитель главной роли в сериале «Пёс» (НТВ) Никита Панфилов принял участие в выставке животных из приютов. Более ста кошек и собак ждали здесь своих хозяев, и благодаря выставке кое-кто из них уже обрел дом. Нужно сказать, что актер уже не первый год помогает животным с тяжелой судьбой.

– Конечно, идеальный вариант для любого хвостатого друга – найти семью, – говорит актер. – Но если человек по каким-то причинам к этому не готов – он может стать опекуном понравившегося животного: например, приносить ему еду, лекарства и другие необходимые вещи. И я очень рад, что сейчас люди все чаще берут животных из приютов, а не покупают в питомниках.

«Dance Революция» продолжается

На Первом канале продолжается сезон шоу. Напомним, что правила просты. Имея танцевальный талант, надо покорить жюри в составе Аллы Сигаловой, Сергея Полунина и Веры Брежневой.



– В отличие от моих коллег в жюри, у меня нет профильного образования, и это мне даже немного помогает абстрагироваться от всего – и просто смотреть и чувствовать, – рассказала нам Брежневая. – Для меня танец – это язык любви. Я сама очень люблю танцевать. Мне, как человеку энергичному, нужно выплескивать свою энергию – вот я это и делаю в танце: сейчас танцую на сцене, иногда – дома и в гостях. Я рада, что в этом шоу нет возрастных ограничений. И, конечно, я за участников очень переживаю – мне тяжело принимать решение, особенно если оно отрицательное.

Фото Максима Ли



«Дылдам» готовят достойную замену

Автор и создатель сериалов «Глухарь» и «Полицейские с Рублёвки» – сценарист и продюсер Илья Куликов – приступил к съёмкам нового сериала для канала СТС с названием «Регби». Он, как и сериал «Дылды», премьера которого состоялась осенью на канале СТС, посвящен спортивным и околоспортивным страстям. В центре сюжета – история двух молодых спортсменов Макса (Олег Гаас) и Насти (Маргарита Аброськина), которые пришли в регби из других видов спорта. Основной посыл ленты – про то, как спорт способен менять людей и, несмотря на свою кажущуюся жесткость, растапливать сердца для великих поступков во имя любви. Перед съемками актеры побывали на тренировках мужской и женской команд клуба ЦСКА, где им выделили несколько спортсменов-консультантов.

Телеканал «СПАС» отправился по «Дорогам памяти»

Телеканал «СПАС» запустил проект «Дороги памяти», посвященный 75-летию Великой Победы. Корреспондент Александр Егорцев и его попутчики проедут тысячи километров по России, Беларуси, Украине и Европе в поисках памяти о Великой Отечественной войне. Монументы и братские могилы, оковы и деревни... И конечно, главное – истории людей, которые вынесли самое страшное испытание XX века и навсегда остались в памяти. Съёмочная группа проекта стартовала в Подмоскowie. Экспедиция продлится с февраля по май. Все репортажи цикла выйдут в эфире программ «Новый день» и «Главное с Анной Шафран» на телеканале «СПАС».

Фото пресс-службы телеканала «СПАС»



Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА».

ПОХУДЕТЬ К СВАДЬБЕ СЫНА!



У моего сына скоро важное событие в жизни – СВАДЬБА! Мы планируем большой праздник, я заказала дорогое платье в интернете. Когда получила посылку, оказалось, что оно мне впортык! Сдавать или менять не хочу, да и дорого, к тому же оно мне очень нравится! Хочу похудеть и выглядеть стройнее! Знаю, что за последний год набрала лишние 11 кг. Подскажите, как сейчас можно быстро похудеть?

Маргарита, 59 лет.

Есть такой жиросжигающий комплекс «Тетроген День/Ночь», который предназначен для снижения веса и уменьшения объемов. Он направлен на ускорение метаболизма днем и ночью, что приводит к снижению веса. В состав комплекса включены 4 экстракта редких растений, каждый из которых воздействует на жировые отложения.

Уже в ближайшем времени вы сможете стать неотразимой в вашем новом платье!*

8 800 100 88 86
Узнайте где можно приобрести

«Тетроген День/Ночь» АБСОЛЮТНО БЕСПЛАТНО*.
Для читателей действует БЕСПЛАТНАЯ горячая линия. Спешите кол-во ограничено!



Суставы любят ГЕЛАДРИНК!

Новинки уже в продаже!

Геладринк ФАСТ ВКСТРА
Порошок

Со вкусом черной смородины! Добавлена антимоцистеновая формула!

Геладринк ФОРТЕ ЛЮКС
Саше-пакеты

Удобно брать в поездки! Есть новые вкусы!

Геладринк ПЛЮС
Порошок

Полноценное артродиетическое питание для суставов и позвоночника, улучшение состояния кожи,

Геладринк ФОРТЕ
Порошок, капсулы

Препятствует разрушению тканей суставов и позвоночника, интенсивно их питает.

Геладринк АРТРОДИЕТ
Порошок, капсулы

«Оживляет» сосуды, защищает их от разрушения, восстанавливает питание в проблемных суставах.

Геладринк ФАСТ
Капсулы

Экстракт босвеллии серрата в сочетании с коллагеном продлит долголетие и придаст лёгкость движениям.

Кальцидринк
Порошок

Способствует предотвращению травм и переломов, питанию костных тканей, выработке собственного коллагена.

С ЛЮБОВЬЮ ИЗ ЧЕХИИ!
8 (495) 340-39-11
www.geladrink.ru
www.aptekamos.ru

CoP № RU.77.99.11.003.E.004151.09.18. от 19.09.2018 г.; CoP № RU.77.99.11.003.E.002797.07.18 от 06.07.2018 г.; CoP № RU.77.99.11.003. E.000005.01.15 от 12.01.2015 г.; CoP № RU.77.99.11.003. E.000003.01.15 от 12.01.2015 г.; CoP № RU.77.99.11.003. E.000002.01.15 от 12.01.2015 г.; CoP № RU.77.99.11.003. E.000004.01.15 от 12.01.2015 г.; CoP № RU.77.99.32.003. E.003065.02.15. от 10.02.2015г. БАД. ООО АСФОР XXI ОГРН 1027739003302 117049, г. Москва, Ленинский пр-т, д. 4, стр. 1 А. РЕКЛАМА.

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Актриса Татьяна Чердынцева, сыгравшая главную роль в сериале «Ученица Мессинга» (Первый канал), поделилась интересными подробностями со съёмок и парой фирменных рецептов.

Татьяна ЧЕРДЫНЦЕВА:

В том числе рецептом запеченной утки с картошкой.

О порциях и здоровом рационе

– Татьяна, насколько серьезно вы относитесь к питанию?

– Раньше я ела все, что только можно, и никакими режимами себя не утруждала. Но с возрастом начала задумываться о том, что пора бы ввести в свою жизнь здоровый рацион. У актеров никогда нет времени нормально поесть, обычно перекусываем на ходу. Но даже дома, если у меня не будет времени готовить самой, я постараюсь заказать «правильную» готовую еду – сбалансированную и полезную.

– Приходилось ли вам ради роли сбрасывать или набирать вес?

– Специально делать это не доводилось – меня утверждали на роли в том виде и весе, в котором я была. Но для одной военной картины пришлось немножко сбросить вес.

– И как вы его сбрасывали?

– Я просто уменьшала порции и больше двигалась. И тут я полностью поддерживаю слова Майи Плисецкой о том, что надо меньше есть и больше двигаться: тогда будешь и стройной, и здоровой.

Моё меню зависит от вдохновения



Кадр из фильма «Ученица Мессинга».

О маминной овсянке

– А какая еда была для вас самой вкусной в детстве?

– У нас в школе все были люди как люди: брали первое, второе, салатик... Я же практически до девятого класса обожала пирожки – с картошкой, капустой, и сосиску в тесте. Я и сейчас их люблю, могу себе иногда позволить съесть пирожок, но ключевое слово здесь – иногда. А мама всегда с утра готовила мне вкусную овсяночку, поэтому я с детства привыкла ее есть. Дома я редко готовлю каши, но, когда приезжаю к маме, всегда ем вкусную кашу – с орехами или изюмом.

– Какие кулинарные традиции существуют в вашей семье?

– У нас отсутствуют какие-либо кулинарные традиции. В основном готовлю я, но если у меня работа, то ужин приготовит муж. Мое меню обычно зависит от вдохновения. Если я жду гостей – то могу запечь в духовке утку с картошечкой и овощами. А в другой раз накручу суши.

О стилях питания

– Практикуете ли вы различные стили питания? Например, сегодня многие отказываются от мяса...

– Я не смогу отказаться от мяса просто потому, что не могу без него жить! Нет, не так: я бы, наверное, смогла, если бы у меня возникло сильное желание – но сильное желание не возникает, и я не хочу себя мучить! (Смеется.) Мне сложно без белковой пищи, и особенно без рыбы. И если я умею ее вкусно готовить, зачем мне насиловать свой организм?

– Расскажите, пожалуйста, как вы готовите рыбу?

– Я запекаю ее в духовке – если только это не стейки из красной рыбы, которую я очень люблю. А из белого мяса я готовлю, как правило, в рукаве. Рыбу покупаю потрошеную и желательнее замороженную, а свежую – чтобы я видела, что она плавает. Ее я не солю, а только перчу.

Елена СОКОЛОВА

Рецепт от звезды

Утка запеченная

– Поделитесь рецептом утки?

– Конечно! Сначала я натираю утку оливковым маслом с солью и перцем, начинаю порезанными яблоками, мандаринами, чесноком. Тимьян и розмарин придадут аромат, также можно положить палочку корицы. Скрепляю утку шпажками. Можно добавить пикантности в виде соевого соуса, введя его через шприц в грудку и бедра. Далее ставим утку



в духовку, разогретую до 180 градусов, примерно на 40 минут. Потом на противень к утке выкладываю порезанные картофель, морковь, лук, чеснок, и запекаю в духовке еще примерно 20 минут. Затем добавляю оливки, маслины, перемешиваю, утку смазываю медом – и оставляю все готовиться еще 10 минут. В самом конце добавляю помидоры черри, украшаю укропом и петрушкой. На самом деле в это блюдо можно добавить все что угодно, главное здесь – не пересушить утку.

Фото предоставлено пресс-службой Первого канала и www.shutterstock.com

ПОХУДЕЙКА

Жидкие калории выглядят более безобидными, чем, например, шоколадка или пирожное.

Нам кажется, что жидкость не может содержать много калорий, ведь там же вода. А у воды ноль калорий. На самом деле это самообман, который может обернуться ситуацией «я ничего не ем и все равно не худею».

Как жидкие калории вредят вашей талии

Кофе/чай

Если пить просто чай и кофе – это только вода, и калорийность чашки напитка будет всего несколько калорий. Но если добавить хотя бы одну ложечку сахара, калорийность увеличится до 16-17 ккал на 100 г напитка. Если добавить 30 мл цельного молока, это еще 18-20 ккал. Небольшая чашка кофе с парой ложек сахара и двумя ложками сливок набирает уже 50 ккал. А сколько разновидностей кофе существует! Калорийность латте может составлять более 100 ккал, а гляссе – 125 ккал на 100 г. Теперь посчитайте, сколько чашек кофе или чая вы пьете в течение дня и сколько жидких калорий с ними получаете.

ЗАЧЕМ СОЛИТЬ КОФЕ?

Немало кофеманов, которые добавляют в любимый напиток щепотку соли. Это делается для того, чтобы усилить кофейный аромат и сделать напиток менее горьким.

Тоже представьте незаметных калорий. В сухом вине наберется 66 ккал на 100 г, а в шампанском «пузырится» 88 ккал. Более крепкие напитки имеют калорийность в 3-4 раза выше. К тому же алкоголь повышает аппетит, что на праздничных застольях грозит перееданием.

Алкоголь

Молочные коктейли

Очень вкусны, но и калорийны. Порция молочного коктейля может содержать около 250 ккал. В зависимости от того, какие ингредиенты используются, калорийность может взлететь еще выше. Поэтому молочные коктейли позволяем себе только по праздникам.

Сок

Сок любят многие, и наверняка у вас есть свой любимый. По калорийности домашний свежевыжатый сок и пакетированный магазинный не сильно отличаются. В среднем калорийность соков составляет 50 ккал на 100 г (виноградного – 60 ккал). Но в свежевыжатом витаминов значительно больше. Поэтому сок в меню допустим, если не пить его литрами. Литр сока в день – и 500 ккал вам обеспечены!

Мало того, что она калорийна (около 40-50 ккал/100 г), так еще в ее состав входят вещества, которые возбуждают наши вкусовые рецепторы, и хочется пить ее снова и снова. Не стоит доверять рекламе газировки с нулевой калорийностью. Здесь используются сахарозаменители, которые ничем не лучше сахара. Плюс любая газировка содержит кислоты, разрушающие эмаль зубов.

Газировка

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА

Какие напитки полезнее?

Наш сегодняшний референт – диетолог, консультант по лечебному питанию и ортомолекулярной медицине Светлана Титова.

– Светлана, какой сок полезнее: восстановленный, с содержанием мякоти, для детского питания?

– Восстановленный сок снабжают добавками для улучшения качества. Соки с мякотью богаты пищевыми волокнами, поэтому организм воспринимает напиток как пищу. Соки для детского питания выгодно отличаются тем, что в них не добавляют сахара, красителей и консервантов.

– Какова оптимальная температура напитков (воды, чая, сока, кваса и т.д.)? Горячие и холодные вредны?

– Полезны напитки, температура которых незначительно отличается от температуры тела. Оптимальная температура напитков, которые пьют горячими, составляет до 50 °С, холодных – не ниже 10 °С.

Фото: LightField Studios/Shutterstock.com и из личного архива Светланы Титовой

Татьяна МИХАЛЁВА

УГАДАЙ, КТО ЭТО!



12+

РЕКЛАМА

МАСКА

12 ЗВЁЗД | 2 МЕСЯЦА ПОД МАСКОЙ
ШОУ-СЕНСАЦИЯ В 23 СТРАНАХ

ВОСКРЕСЕНЬЕ 1 МАРТА 20:10



Как на Масленой неделе

Наш радостный, весёлый, весенний и солнечный праздник – Масленица. В Масленую неделю мы прощаемся с холодной зимой и радуемся скорому приходу весны. Главный символ Масленицы – румяные круглые блины – похожи на солнышко.

Масленая неделя, или Сырная седмица, начинается 24 февраля и продлится до 1 марта.

“Поддаются времена и исчезают мало-помалу на Руси древние обычаи, одежды, песни; многое уже исчезло и имеет только исторический интерес, а между тем такая чепуха, как блины, занимает в современном российском репертуаре такое же прочное и насиженное место, как и тысячу лет тому назад. Не видно и конца им и в будущем.”

Антон Павлович Чехов

Детали

Млин – это блин?

Веками на Руси пекли блины из самой разной муки: гороховые, ржаные, гречишные, пшениные, чечевичные, ячневые, овсяные и праздничные пшеничные. Главное – крупу надо было смолоть. По одной из версий, это действо и дало первоначальное название блюду: «млин» образовалось от глагола «молоть».

Примета

Взяв у соседки сковородку, надо было обязательно вернуть её не пустой, возвращали с тем, что пеклось. С блином, например.



Гуляй, Масленица!

Вся Масленая неделя была расписана по дням.

ПОНЕДЕЛЬНИК. Встреча. Утром замужняя дочь уходила к родителям, чтобы напечь блинов к приходу свекра со свекровью.

ВТОРНИК. Заигрыши. Начинаются веселые игры, катание молодежи с гор. На блины приглашали знакомых и, конечно, родных. Молодые пары «показывали» себя, катаясь на санках.

СРЕДА. Лакомки. Не зря сложилась поговорка: «что есть в печи – все на стол мечи!» В этот день зять приходил к теще на блины.

ЧЕТВЕРГ. Широкий разгул. В этот день устраивали различные потехи: катание с ледяных гор и на лошадях, кулачные бои, качели, балаганы. Главное действо – взятие или оборона снежного городка.

ПЯТНИЦА. Тёщины вечерки. Зять приглашал в гости своих тещ на блины. В некоторых губерниях званная на вечерку теща должна была накануне прислать все необходимое для выпекания блинов: от сковороды до масла.

СУББОТА. Золовкины посиделки. Молодые женщины приглашали в гости сестер мужа – золовок. Невестка должна была одарить каждую золовку.

ВОСКРЕСЕНЬЕ. Прощёное воскресенье. В этот день все просят друг у друга прощения, иногда кланяясь в ноги. В ответ надо сказать: «Бог простит, и я прощаю». Всем хочется с чистым сердцем встретить день Воскресения Христова – Пасху.

Русские блины с припёком

Их по праву можно считать родственниками пиццы. В качестве припека могут быть сладкие и несладкие ингредиенты. Сладкий припек делают из фруктов, творога, джема, сухофруктов и т.д. Для несладкого припека можно использовать овощи, грибы, готовое мясо и мясные продукты, рыбу. Припек можно обжарить на сковороде сразу и просто залить тестом. Иногда, когда тесто на сковороде подрумянится с одной стороны, добавляют припек и отправляют допекаться в духовку. Получается старорусский вариант пиццы.

На 4 персоны
ИНГРЕДИЕНТЫ: 1 стакан муки, 2 яйца, 300 мл молока, 2 ст. л. сахара, 2 яблока, 1/4 ч. л. корицы, растительное масло, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 208 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Яблоки почистить, извлечь сердцевину, нарезать на тонкие ломтики, присыпать корицей.

2 Яйца взбить с сахаром до бела.

3 В яичную массу влить молоко, взбить еще раз.

4 В яично-молочную массу всыпать просеянную муку, размешать до однородности.

5 Аккуратно добавить в тесто растительное масло

(2 ст. л.), тщательно перемешать.

6 На хорошо разогретую и смазанную маслом сковороду налить порцию теста, распределить по поверхности тонким слоем.

7 На тесто выложить ломтики яблок.

8 Сверху залить яблоки еще одной порцией теста.

9 Когда блин поджарится снизу, аккуратно перевернуть его и поджарить на другой стороне до золотистого цвета.

– Впервые в жизни делаю блины. Это всё врут, что первый блин комом: комом были третий и четвертый.

– А потом?

– А потом, блин, сработала пожарная сигнализация!



Кстати

Сколько пекли и как ели

В старину на Масленицу на блинах не экономили – пекли и ели как можно больше, иначе удача отвернется. А есть можно было только руками, считалось, что протыкать символ солнца не стоит – иначе жди беды, да и сотрапезники могли запросто палками угостить.

Датские запечённые блинчики

На 6 персон

ИНГРЕДИЕНТЫ: 200 г муки, 200 мл жирных сливок, 5 яиц, 20 г сливочного масла, сахарная пудра, щепотка соли.

Калорийность (на 100 г): 324 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Яйца слегка взбить, добавить сливки, муку и соль, перемешать.

2 На покрытый смазанной маслом бумагой для выпечки противень налить несколько небольших круглых блинчиков.

3 Запекать в предварительно разогретой до 180-190 градусов духовке 20-25 минут до золотистого цвета.

4 При подаче посыпать сахарной пудрой.

Китайские блинчики с зелёным луком Конг ю бинг

На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 1 стакан муки, пучок зеленого лука, растительное масло (кунжутное), щепотка соли.

Калорийность (на 100 г): 157 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Муку просеять в миску, добавить соль, перемешать.

2 Постепенно, постоянно перемешивая, влить в муку 120 мл кипятка.

3 Выложить тесто на стол и вымешивать руками до эластичности.

4 Завернуть тесто в пищевую пленку и убрать в холодильник на 30 минут.

5 Зеленый лук мелко нарубить, посолить, перемешать.

6 Тесто раскатать в «колбаску», разделить на 8 частей.

7 Каждую часть раскатать в тонкий блинчик, смазать растительным маслом, посыпать зеленым луком.

8 Скатать каждую лепешку в трубочку, свернуть «улиткой» и снова раскатать в блинчик.

9 Жарить на растительном масле с двух сторон до золотистого цвета.

Разговаривают муж и жена.

– Ой, дорогая, какие блины-то вкусные!

– Спасибо, милый. Ешь ещё!

– Ну правда вкусные! Никогда таких вкусных не ел!

– Ешь, ешь.

– Ой, нет, больше не могу... Целых 10 штук съел!

– Врёшь, я считала – 20!



Блинные рекорды

В Нидерландах так любят блины, что даже проводят соревнования по их выпечке. Один из блинов, выпеченных на таких соревнованиях, даже попал в Книгу рекордов Гиннеса: его диаметр был чуть больше 10 метров, вес – 1300 кг, а толщина – всего около 3 см.

В ПОТОЛОК блины летели

Знаменитости и блины

Знаменитый русский баснописец Иван Крылов просто обожал блины. Согласно ряду источников, Иван Андреевич ел блины в любое время суток и в огромных количествах.

КСТАТИ. Именно блины с липовым медом были поднесены к столу Александра Невского на большом пиру, знаменующем победу в Ледовом побоище.

Современники считали, что для графа Гурьева тот же крепостной Захар, который считается автором гурьевской каши, избрал и скороспелые блины. Традиционно блины были дрожжевые, а придуманные Захаром можно было сразу выпекать. Лев Николаевич Толстой, по свидетельству современников, часто просил блинов с медом к трапезе. В поваренной книге Софьи Толстой (1889 год) сохранился рецепт обыкновенных блинов.

Предлагаем адаптированный вариант толстовских блинчиков.

ИНГРЕДИЕНТЫ: фунт с четвертью (560 г) крупитчатой муки, три четверти (360 г) гречневой муки, четыре золотника (17 г) дрожжей, 4 стакана молока, 3 яйца, 1 ст. л. соли, 1 ч. л. сахара.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Размешать дрожжи в полутора стаканах теплой воды.
- 2 Смешать муку и отделить треть, на которую вылить размешанные дрожжи.
- 3 Поместить опару под полотенцем на сотейник с горячей водой. Дать тесту подняться, через полчаса досыпать остальную муку, взбить тесто лопаточкой и дать еще раз подняться.
- 4 Через три часа развести четырьмя стаканами теплого молока, соединенного с яйцами, солью и сахаром.
- 5 Дать постоять полчаса, и можно начинать печь блины.



Приходит подруга к подруге, а та блинчики печёт.
– Угощайся, – приглашает за стол.
– Отличные блины, вот только толстоваты.
– Так ты по три не бери.

«Пойти в театр» на масленичной ярмарке значило посмотреть... борьбу. «Французская борьба» (сейчас греко-римская) была частью цирковых представлений. Борцы входили в состав цирковых трупп, и выступления были рассчитаны на зрелищность. Знаменитые борцы Иван Заикин, Иван Поддубный выступали на арене цирка.

Как это было Начинается камедь, чтоб народу не шуметь!

В Москве с XVIII века появились любочные комедии. На Масленицу в крупных городах строился балаган – временное деревянное здание для представлений. Главным действующим лицом являлся Петрушка, перчаточная кукла. В России Петрушку «водили» только мужчины, которые изменяли голос при помощи «пищика» (специальный свисток, через который говорил актер). Писклявый голос был не всегда понятен, ведь речь у Петрушки была еще и быстрой. Поэтому иногда шарманщик или другой актер повторяли за Петрушкой вопросы.

Большой популярностью на масленичных гуляниях пользовалась карусель. Атракцион привлекал внимание не только детей, но и взрослых. Молодые девушки долго помнили, как их катали на карусели. Этот аттракцион рыцарских турниров отлично прижился в России. В XVI веке каруселями называли праздники, которые пришли на смену турнирам. Один из элементов праздника – показательные выступления конных рыцарей. А через два века французы начали строить сначала пародию на выступления всадников: на вращающейся платформе устанавливались деревянные лошади. Гость, сидя на лошадке, должен был снимать копьём кольца со столбов, поражать мишени, которые располагали по кругу. Со временем аттракцион упростился и стал развлечением для всех.

Светлана ИВАНОВА

Французские крепы

Чтобы превратить креп в «Креп-Сюзетт», достаточно добавить цитрусовый соус, свернув блин в трубочку. Одна из легенд утверждает, что блюдо появилось благодаря роману английского короля Эдуарда VII и французской актрисы Сюзанны, любивших это блюдо.

На 6 персон

ИНГРЕДИЕНТЫ: 7 ст. л. муки, 1 стакан молока, 1 стакан воды, 4 яйца, 120 г сливочного масла, 2 ст. л. сахара, щепотка соли.

Калорийность (на 100 г): 233 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Смешать с помощью венчика просеянную муку, молоко и 1 стакан воды до однородности.
- 2 Взбить с сахаром и солью яйца и ввести их в тесто.
- 3 Растопить 100 г сливочного масла, добавить в тесто, перемешать и оставить на полчаса.
- 4 Жарить очень тонкие блинчики на сливочном масле.

Австрийские «рваные блины»

На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 200 г муки, 500 мл молока, 6 яиц, 100 г сахара, 40 г изюма, 2 ст. л. топленого масла, 70 г сливочного масла, сахарная пудра, абрикосовый джем.

Калорийность (на 100 г): 193 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Изюм залить горячей водой на 10 минут, после чего хорошо отжать.
- 2 Отделить желтки, взбить их с сахаром, молоком и сливочным маслом.

- 3 Всыпать просеянную муку, замесить однородное тесто.
- 4 Белки взбить до твердых пиков, аккуратно ввести в тесто.
- 5 Сковороду разогреть, смазать топленым маслом, вылить четвертую часть теста, сверху выложить четверть изюма.
- 6 Жарить блинчик до тех пор, пока он не начнет схватываться сверху, перевернуть, разломать блин лопаткой и дожарить до готовности.
- 7 Готовый блинчик выложить на тарелку, посыпать сахарной пудрой; к каждой порции подать абрикосовый джем.

А как у них?

Традиции мира

Во Франции в Жирный вторник (Mardi Gras) пекут блины, устраиваются конкурсы на гуляниях. Среди соревнований есть бег с горячей сковородой. На этих блинных забегах на сковороде блин надо подбросить и поймать минимум два раза. Длина дистанции – обычно 400 м. Последний день Масленицы у британцев – Грешный вторник. Самое популярное развлечение – блинные гонки, когда во время бега участники подбрасывают блин на сковороде.

В Исландии Масленица – «Sprengidagur», что переводится как «день разгулья», а **в Италии** – «Carnivale», происходит от латинского выражения «прощай, мясо».

Голландские Паннекокены

На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 1 стакан гречневой муки, 2 стакана молока, 4 яйца, 3 ст. л. сахара, 1 ст. л. сливочного масла, 3 ст. л. арахисового масла, растительное масло, соль.

Калорийность (на 100 г): 168 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Сливочное масло растопить.
- 2 Муку высыпать в глубокую миску, в центре сделать углубление.
- 3 В углубление разбить яйца, взбить их.
- 4 Добавить молоко, сахар, соль и взбить.
- 5 Добавить сливочное и арахисовое масло, взбить до однородности.
- 6 Жарить блины с обеих сторон обычным способом на смазанной растительным маслом сковороде.

Замучили папилломы и бородавки?
Мозоли мешают ходить?

«ПАПИЛОАКТИВ» поможет удалить их навсегда!

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

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



Показания к применению:
сухие мозоли, различные бородавки и папилломы

ВНИМАНИЕ!
Вы можете получить 2 средства
в ПОДАРОК
при покупке полного курса

Позвоните на горячую линию
(звонок по России бесплатный)
8 800 600 20 92
и получите полную консультацию по комплексу.
Доставка Почтой России за счет производителя

Довольно широко распространено мнение, что уролог – чисто «мужской» врач. Однако это совсем не так.

Обращаются к урологу не только мужчины, но женщины – причем нередко. Мы подобрали несколько самых часто задаваемых вопросов из нашей почты и передали их врачу-урологу Муртазали Магомедову.



Не дай себе замёрзнуть

– Что надо делать, чтобы с возрастом не нарушить здоровье почек?

– Значимая и общая рекомендация будет такая: старайтесь не замерзнуть. Обычно начальные случаи заболевания почек у взрослых проходят под видом сезонной простуды, каких-нибудь воспалительных процессов, инфекции мочевыводящих путей или вообще незаметно, а к врачу обращаются, когда уже функция почек нарушена. Инфекция в почках может годами «дремать», а как только снизится иммунный надзор в организме в результате банального переохлаждения, стресса, авитаминоза – она тут как тут.

– Каковы другие рекомендации? Что можно считать главными врагами почек?

– Было бы неплохо устранить негативные факторы. Суточная норма соли с соледержащими продуктами – не более 5 г. Тем, кто хочет резко похудеть и имеет проблемы с почками, сброс веса может быть вообще противопоказан. Худейте себе на здоровье – только медленно и постепенно. Ангины, отравления могут спровоцировать заболевание. Напомню, поч-

Как сохранить здоровье почек или 7 женских вопросов «мужскому» врачу

КСТАТИ

Сколько пить воды?

– Сейчас везде пишут, что для здоровья надо пить два литра воды в день. Это не вредно для почек?

– Для почек, как и для всей мочеполовой системы, пить воду не только не вредно, но и очень полезно. Вода снижает риск возникновения камней в почках, вымывает из них опасные соли. Конечно, при условии, что она чистая. Мы почти на 80 % состоим из воды, и, за редким исключением, она просто не может нам навредить.

«Залить» почки просто невозможно – у этого органа огромный рабочий запас, ведь в сутки через почки проходит около 100 литров жидкости. А мочи выделяется при этом всего 1,5–2 литра. В идеале нужно пить столько воды, чтобы моча была очень светлой, практически прозрачной. В принципе двух литров достаточно. Но насильно пить воду не следует.

Как не запустить болезнь

– Какие самые частые заболевания, с которыми обращаются к урологу женщины?

– Сегодня очень распространены различные инфекции мочевого пузыря, циститы, инфекции верхних мочевых путей – пиелонефриты, а также синдром недержания мочи. Особенно часто женщины страдают циститами. Причем именно из-за самолечения и несвоевременного обращения к врачу острый цистит в большом количестве случаев становится хроническим, а это опасно, особенно в репродуктивном возрасте. Инфекция ведь может пойти и выше, в верхние мочевые пути, и дойти до почек, и тут уже потребуются очень серьезные лечение.

к и вырабатывают вещества, которые регулируют артериальное давление. Хроническое заболевание почек нередко сопровождается гипертонией. Гипертоникам не стоит отказываться от препаратов, понижающих давление. Обилие соленой пищи в конечном итоге проявля-

ется отеками и высоким давлением.

Когда обращаться к врачу

– А какие симптомы можно считать тревожными? По каким внешним признакам уже можно сказать, что есть проблемы с почками?

– Это, как правило, мешки под глазами, отеки лодыжки или кисти рук. Если есть болезненные ощущения в области поясницы, проблемы с мочеиспусканием – это явные сигналы, что пора обратиться к врачу. Гораздо сложнее, если проявления заболевания скрытые, которые могут быть неспецифическими и непостоянными. Например,

озноб, как при простуде, тяжесть в поясничной области, часто приписываемая остеохондрозу, повышение артериального давления, что считают данью возрасту, и другие симптомы, которые видит врач. Главное – не упустите время. Ведь достаточно одного анализа мочи, чтобы выяснить причину плохого самочувствия. В том числе связанного с работой почек.

Самолечение невозможно?

– Какие народные средства можно применять для лечения почек, мочевого пузыря?

– Без рекомендации врача – никакие. Самолечение, даже такими, казалось бы, безобидными «лекарствами», как отвары трав, может плохо кончиться. И уж тем более ни в коем случае нельзя самостоятельно принимать лекарства, которые «помогли подруге».

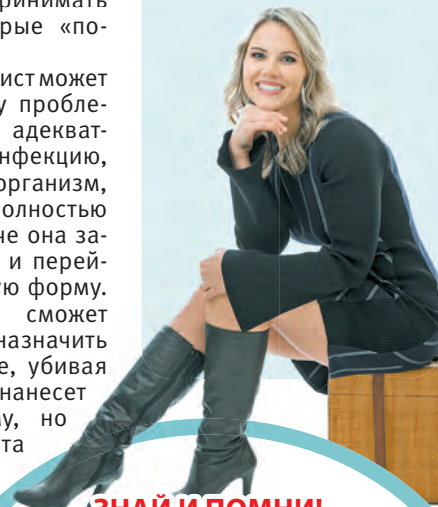
Только специалист может определить вашу проблему и назначить адекватное лечение. Инфекции, попавшую в организм, необходимо полностью уничтожить, иначе она затихнет на время и перейдет в хроническую форму. Врач-специалист сможет определить и назначить лечение, которое, убивая инфекцию, не нанесет вреда организму, но для неспециалиста это непосильная задача.

ДЕТАЛИ

Почки и высокий каблук

– Могут ли заболеть почки, если постоянно ходить на высоких каблуках?

– Теоретически могут, но для этого надо очень постараться. Постоянное ношение экстремально высоких каблуков не лучшим образом сказывается на органах малого таза и, соответственно, может инициировать какие-то проблемы с почками. Однако такие случаи все же единичны и зависят не только от высоты каблука, но и от индивидуальных особенностей организма.



ЗНАЙ И ПОМНИ!

– С помощью народной медицины в каких-то случаях можно заглушить симптомы, но справиться с инфекцией – невозможно, – предупреждает врач Муртазали Магомедов. – Важно знать и помнить, что какие-то травы, возможно, и снимут резь при мочеиспускании, если мы говорим о цистите. Но стоит вам, например, переохладиться – например, искупаться в холодной воде, – и болезнь вернется снова. Потому что инфекция никуда не делась, и цистит перешел в хроническую форму.

ПОДРОБНОСТИ



Джакузи – вред или польза?

– Правда ли, что купание в джакузи опасно для почек?

– У нас такой статистики нет, но немецкие ученые считают, что джакузи в некоторых случаях навредит нездоровым почкам. Слишком мощный напор воды может привести к травме почек, но, повторюсь, если почки уже нездоровы. Также есть веро-

ятность подвижности камней при почечнокаменной болезни.

Я вам больше скажу: купание в джакузи в местах общего пользования – в бассейнах, банях и т.д. – может быть опасно даже для здорового человека. Если воду не обеззараживают, если вовремя не чистят сливные и воздушные

трубы, у вас есть все шансы подхватить множество разных инфекций, в том числе и мочеполовых.

Женская красота и молодость (впрочем, и мужская тоже) – предмет отдельного внимания специалистов по китайской медицине.

Если следовать их знаменитому постулату, что в здоровом организме жизненная энергия Ци циркулирует беспрепятственно, красивая кожа и молодое лицо – закономерное следствие такой правильной циркуляции. Другими словами, здоровый человек всегда может похвастаться приятным внешним видом. Как это достигается?

Красота начинается внутри

Мы уже рассказывали о том, что, согласно понятиям китайской медицины, все внутренние органы имеют «проекции» на коже. И если та или иная система организма остается без жизненной энергии Ци, это неминуемо отразится на внешнем виде. Поэтому пациентки, которые обратились к специалистам по китайской медицине из-за косметоло-

Косметология с восточными корнями



Лекарство лечит от определенной болезни, чай – это лекарство от десяти тысяч болезней. Китайская мудрость

гических несовершенств, должны быть готовы к тому, что назначенное лечение коснется всего организма.

Многие из нас скажут, что это пустая трата сил. Если пациентка хочет избавиться только от сыпи на лице, почему не выполнить ее просьбу? Ответ прост: потому что специалист по китайской медицине не будет добиваться временно-го эффекта. Его задача – вернуть «настройки» организма в их здоровое состояние не на неделю-другую, а надолго. Поэтому он начнет решать проблему с поисков настоящей причины недомогания.

По старинным рецептам

Составы и рецепты косметических средств, которые используются сегодня, придумывались и проверялись специалистами по ки-

тайской медицине не одну тысячу лет назад. Рекомендации по употреблению лечебных трав выверены многими поколениями врачей. Но что-то же меняется? С точки зрения составов – ничего. Используются все те же 100% натуральные ингредиенты. Единственное, что изменилось, – способы их обработки. Они стали более технологичными и современными. Все, что делалось руками, теперь производят высокотехнологичные машины. Но главное – из того же природного сырья, что и века назад.

Отдельная роль в омоложении организма при помощи лекарственных растений отводится чаю. Для решения любой проблемы можно подобрать подходящий вид чая, который заметно улучшит состояние организма, если заваривать и пить его в соответствии с рекомендациями.

Пока не поздно

Проблему лучше предотвратить или исправить в самом начале – эта истина работает всегда и везде. В китайском подходе к косметологии – тоже. Гораздо проще и полезнее запустить процессы регенерации в организме, чем доводить проблемы во внешности до крайностей и уповать исключительно на хирургические методы.

Морщинки, отеки, нездоровый цвет лица, нависшие веки, носогубные складки – все это можно нивелировать с помощью арсенала процедур китайской медицины: массажей, иглоукалывания, моксотерапии, фитотерапии и так далее.

Причем не только нивелировать, но и закрепить результат на месяцы и даже годы.

**Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ**



Клиника традиционной китайской медицины «ТАО»

Высокие профессиональные стандарты. Многолетняя успешная практика.



«Я лечу не болезнь, а её причину!»
Ведущий врач клиники «ТАО»
Чжан Цзыцян

Китайский взгляд на лечение болезней с каждым годом становится все популярнее. Почему? Причина в особом отношении к боли. Специалисты по китайской медицине воспринимают боль как ценную информацию о состоянии организма. И, что еще важнее, видят свою задачу не просто в устранении боли, а в поиске и устранении причины болезни.

ЭНЕРГИЯ ПОБЕЖДАЕТ НЕДУГИ

«Если внутри есть истинная энергия – недугу не бывать!», – уверен ведущий врач клиники «ТАО» Чжан Цзыцян. Речь идет о внутренней энергии Ци и балансе между энергиями Инь (женской) и Ян

«Туда, где достаточно энергии, болезнь не пройдет».

Китайская мудрость

(мужской). Пока энергия течет в организме без препятствий, человек здоров. Когда болезнетворные влияния – неправильное питание, малоподвижный образ жизни и т. д. – нарушают баланс энергий, возникает болезнь. Задача специалиста по китайской медицине состоит в том, чтобы вернуть течение энергии в правильное русло. А для этого нужна многолетняя подготовка, которая осуществляется только в Поднебесной, на базе нескольких университетов. Специалисты в клинике традиционной китайской медицины «ТАО» прошли такую подготовку и были приглашены в Москву для работы по контракту. Они с успехом применяют иглоукалывание, массаж, траволечение и другие способы, которые не просто лечат заболевание, а воздействуют на его причину. Информация о действенности такого подхода передается из уст в уста, поэтому поток пациентов в «ТАО» не прекращается.

НА ЧТО ЖАЛУЕТСЯ ПОЗВОНОЧНИК?

Одним из самых распространенных поводов для обращения в Клинику «ТАО» – боли в спине. Боли могут носить периодический, непостоян-

ный характер, и быть очень разными – от незначительных, до нестерпимых. В любом случае это повод вспомнить, что же привело к такому состоянию. Это может быть поднятие тяжестей, неловкое движение, падение и т. д. Врачи клиники «ТАО» прекрасно зарекомендовали себя в лечении различных заболеваний позвоночника. Лечение направлено на улучшение циркуляции крови в тканях, активизацию обменных процессов и остановку разрушения межпозвоночных дисков. Обратное развитие структурных изменений в позвоночнике практически невозможно, но сведение их к минимуму является вполне реальной задачей. Терапия, проводимая в клинике «ТАО», позволяет лечить заболевание, и возвращать вам здоровье, молодость и активность. В клинике «ТАО» вы обретете свой источник здоровья!

Запишитесь на **БЕСПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ** по тел.:

8 (495) 104-91-37

www.taomed.ru

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

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

Заболевания, которые мы лечим:

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

Доверьте свое здоровье профессионалам!

Акция до 26 февраля 2020 г.

Скидка 15%*

на все услуги клиники при оплате курса лечения

*Акция с 19.02.2020 г. по 26.02.2020 г. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения по тел.: 8 (495) 104-91-37.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

Ну что за дача без грядки с перцами? Они и выглядят живописно, и на вкус потрясающие, и сердце садовода радуют безмерно.

Разберемся в тонкостях выращивания этой культуры, чтобы получить небывалый урожай.

Подготовим семена

Начать лучше с обработки семян от инфекций. Проще и надежнее сделать это сейчас, чем уже в процессе роста.

Для этого замочим семена перца на 20 минут в 2-процентном растворе марганцовки или перекиси водорода.

Затем их надо промыть и замочить в небольшом количестве воды примерно на сутки.

Семена оставляем при комнатной температуре, потом помещаем их на несколько суток во влажную марлю. Следим, чтобы семена не пересыхали. Также можно влажную марлю с семенами поместить в целлофановый пакет.

СОВЕТ

Семенам требуется защита не только от болезней, но и от возможных перепадов температуры, поэтому не стоит пропускать этап закаливания. Для этого пакетик с семенами нужно раз в сутки перекладывать: из комнатной температуры на нижнюю полку холодильника и обратно. Двух-трех циклов будет достаточно.

ПЕРЕЦ:



первый красавчик на грядке



Шоколадка с перцем поможет выяснить, знает ли ваш ребёнок неприличные слова.



Три способа посадки

В каждом есть свои плюсы и минусы. Какой из них предпочесть – дело вкуса. Можете попробовать все три и решить для себя, какой подходит именно вам. Всхожесть определяется только путем эксперимента.

В торфяную таблетку

Нужно залить торфяные таблетки водой, подождать, пока они размокнут и увеличатся в размере. Сложить таблетки в емкость, добавить воды для влажности. В центре пальцем сделать отверстие и положить внутрь семечко. Семечко прикрыть сверху землей. Способ хороший, но для него требуется много места. Это минус.

В парничок

Подготавливаем емкость с почвой, проливаем ее водой. Сажем каждое семечко на глубину примерно 1 см. Накрываем чем-нибудь подходящим – например, крышкой от торта. Учитываем при этом фактор температурного режима для прорастивания. Если температура воздуха будет примерно 28-30 градусов, то перец начнет расти примерно через 7 дней. Если от 25 до 27 градусов, то на прорастание уйдет около 14 дней. А если температура окружающей среды будет ниже 20 или выше 36 градусов, то семена потеряют всхожесть. Роста не будет вообще.

В «улитку»

Напоминаем об этом способе еще раз, поскольку он отлично подходит именно для перца. Нужно взять пористую мягкую подложку под ламинат, отрезать полоску шириной 20-25 см и расстелить на столе. Подходящий грунт увлажнить с помощью пульверизатора. Отступив от верхнего края примерно 2 см, разложить семена перцев на расстоянии 2-3 см друг от друга. Сбрызгиваем водой со стимулятором роста, например, с цирконом. Завершающим этапом будет скручивание подложки в «рулет», или «улитку». Готовую «улитку» закрепить канцелярской резинкой, чтобы она не разворачивалась. Взять емкость подходящей высоты, поставить туда получившиеся свертки так, чтобы край с семенами оказался вверху. Сверху в «улитку» досыпать земли, слегка утрамбовать и полить теплой водой (около 30 градусов). Накрывать емкость пакетом и поставить в теплое светлое место.

КСТАТИ

Под скрепляющую «улитку» резинку удобно засунуть бумажку с названием сорта или пустой пакетик из-под семян, чтобы не запутаться в посадках.

Валерия ПАШЕЧКИНА

ВАЖНО!

Необходимо для себя определить, какой урожай перца вам нужен – ранний или большой? Получит и тот, и другой одновременно не получится. Чтобы добиться большого урожая, цветение рассады должно начаться в грунте на грядке. Учитывайте это, регулируя температуру воздуха и освещение.



Когда появляются листики

Когда ростки обзаведутся 2-3 листиками, следует приступить к пикировке. Пересаживаем растения в более просторный горшок. Корешок начинает активнее развиваться, корневище после пикировки становится сильнее.

Грунт для этого можно приобрести готовый, а можно приготовить самим: дерновая земля (2 части), перегной (1 часть), чистый песок (1 часть), зола (2 стакана на 10 кг грунта). Перец чувствителен к содержанию солей в земле и уровню кислотности, поэтому добавляем на 1 кг почвы 15 г извести.

СЕЗОН БЕЗ ПРОСТУД

КСТАТИ

Сезонные респираторно-вирусные заболевания выбирают своих жертв из числа людей с ослабленным иммунитетом. Давайте не дадим им шанса и вычеркнем себя из этого списка. Для этого нужно:

- ✓ Проветривать помещения, в которых вы находитесь, и обрабатывать их при помощи бытового ультрафиолетового облучателя.
- ✓ Одеваться по погоде (чтобы не мерзнуть и не потеть).
- ✓ Питаться правильно, разнообразно и более калорийно, чем всегда.
- ✓ Мыть руки с мылом несколько раз в день, и не только перед едой.
- ✓ Использовать барьерные средства защиты, начиная со всем известной оксолиновой мази и заканчивая эфирными маслами, назальными спреями, гелями и раствором морской соли. Вкупе с остальными мерами эти средства дают доказанные положительные результаты в плане снижения острой заболеваемости.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

Инфарма ЗАЩИТА ОТ ЗИМНИХ ХОЛОДОВ

ВИРОСЕПТ



ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ХОЛОДОВ

МУКОФИТИН



ЗДОРОВЬЕ БРОНХОВ

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ И ИНТЕРНЕТ-АПТЕКАХ

Консультации

по применению:

8 (800) 201-81-91

звонок бесплатный

WWW.INPHARMA2000.RU

Косметические средства. Рекламуемые кремы не оказывают влияние на течение заболеваний. ООО «Инфарма 2000». ОГРН 1097746613953. 109202, г. Москва, ул. 1-я Фрезерная, д. 2/1, стр. 26. РЕКЛАМА

Ранней весной, перед началом активного роста растениям может потребоваться пересадка.

Если пересадку проигнорировать, это может сказаться на росте и развитии растений, в том числе на их цветении.

На пересадку становись!

Каким цветам нужна пересадка (перевалка):

- 1 В первую очередь и обязательно – быстрорастущим молодым растениям. К таким цветам относятся бегонии, хлорофитум, молочай, традесканция, диффенбахия, пассифлора и ряд других.
- 2 Цветам, у которых горшок, как выяснилось по весне, неподходящего размера. Например, слишком большой, или слишком маленький, или неподходящей глубины.
- 3 Если растение растет в плохо подходящем для него грунте. В первую очередь из-за неправильного (испорченного) грунта страдает корневая система. Например, она долгое время находилась в залитой почве или зимой была подморожена. Да и само качество грунта может не подходить для того или иного растения. Ведь есть цветы, которые очень требовательны к составу почвы.
- 4 Если в грунте завелись вредители, растение обязательно надо пересадить.

Выбираем размер горшка

От корней до стенок должно быть расстояние 2-5 см. В слишком маленьком горшке грунт будет быстро пересыхать. Если горшок для цветка велик, возникает вероятность застоя воды, да и само растение будет все силы бросать на заполнение горшка, а не на рост новой листвы и цветение. Невысокие горшки (плошки) требуются растениям, корневая система которых растет не вглубь, авширь. Цветам с длинной корневой системой необходимы горшки по-выше.

На дно нового горшка, в который планируется «переезд» растения, не забудьте выложить дренаж (керамзит, галька, черепки от керамических изделий, щебень, кирпичная крошка, кусочки пенопласта).

Заботимся о грунте

В идеале лучше купить специализированный грунт, кислотность которого соответствует нуждам растения. Напомним, более кислые почвы предпочитают, например, азалия, бромелиевые, гортензия, каллы, вереск. Среди любителей щелочных почв – аспарагусы, адениумы, инжир, бересклет, мирт, эвкалипт. Но основная масса растений предпочитает нейтральные почвы. Поэтому если у вас есть универсальная земля на основе торфа – это прекрасный вариант для большинства растений.

КСТАТИ

Что такое перевалка

Перевалка – это вариант пересадки. В данном случае растение вместе с комом земли вынимается из горшка и переезжает в новую емкость. Корни при этом не затрагиваются. При пересадке корни растения аккуратно освобождаются от старой земли (можно слегка потрясти растение) и так же аккуратно засыпаются новой землей. Причем обычно не нужно усердствовать, освобождая корни от земли. Полная замена всей земли требуется лишь в том случае, если возникла проблема с корнями. Корни в этом случае очищают, промывают водой, испорченные и подгнившие корешки вырезают и ставят растение в слабый раствор марганцовки минут на 20. После чего высаживают в грунт.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Керамика или пластик?

Простые глиняные горшки «дышат», и поэтому могут испарять воду через стенки, отчего на наружных стенках появляется белый налет. В такой емкости растениям необходим более частый полив. Залитые глазурью керамические горшки и горшки из специального пластика не пропускают влагу через свои стенки. Вода испаряется только с поверхности земли.

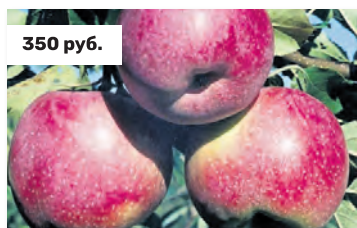


Питомник растений Солнечный



Предлагаем Вам качественные, устойчивые и урожайные сорта саженцев без **ПРЕДОПЛАТЫ!**
Собственное производство позволяет держать минимальные цены на саженцы с очень высоким качеством.
Доставка осуществляется Почтой России, наложенным платежом без предоплат!
Почта России взимает процент за пересылку в зависимости от веса и дальности расстояния.

ЯБЛОНЯ ФЛОРИНА



Гордость нашей коллекции! Дерево среднерослое, зимостойкое, урожайное. Плоды средние, массой 100-150 граммов, выровненные по размеру и разные по форме. Кожица плотная, с крупными белыми подкожными точками, почти сплошь покрыта ярким красным румянцем и сизоватым восковым налетом. Мякоть светло-желтая, средней плотности. Вкус сладкий, яблоки сильно и приятно пахнут, особенно к концу хранения. Созревает урожай осенью, в конце сентября или начале октября. Взрослые яблоки в 8-10-летнем возрасте дают около 60 килограммов фруктов. В условиях погреба яблоки хранятся до весны. Флорина обладает стойким иммунитетом к парше, монилиозу, мучнистой росе и бактериальному ожогу.

ПЕРСИК ЗОЛОТОЙ ЮБИЛЕЙ



Дерево растет невысоким, до 2,5 метров, и это ценится огородниками, ведь за такими деревьями всегда проще ухаживать. Крона широкая, раскидистая,

ветвление обильное. Средняя масса достигает 170 грамм. Форма округло-овальная. Кожица золотистая, на боку всегда имеется розовый или красный румянец. Косточка средних размеров, от мякоти отстает свободно. Мякоть оранжево-желтая, на вкус сладкая, сочная, с восхитительным ароматом! Раннее плодоношение. Дерево начинает давать урожай уже с 3 года. Отличная зимостойкость, транспортабельность, и отличные товарные качества так как персики очень красивые.

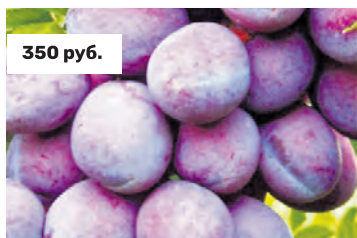
ВИШНЯ ШОКОЛАДНИЦА



Настоящий шедевр на вашем участке! Совершенно неприхотливый сорт. Она устойчива к засухе, благоприятно переносит мороз, а также приносит богатый урожай уже к 3 году своего роста. Высокая урожайность – это еще одно из главных достоинств сорта Шоколадница. С одного взрослого дерева можно собрать порядка 10 кг спелых и вкусных ягод. Высота дерева во взрослом состоянии не выше 2,5 м. Темный цвет ягод, сладкий вкус, с нотой кислинки. Ягоды употребляют не только в свежем виде, но и варят компоты, варенья и джемы, делают натуральную пастилу, высушивают в духовке или специальным оборудованием, в результате чего получаются сухофрукты из вишни, замораживают на зиму как целые ягоды, так и пюре из вишни.

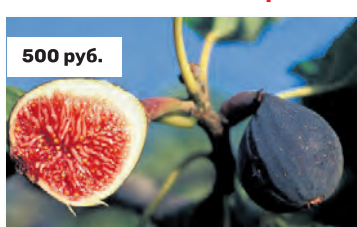
СЛИВА ПРЕЗИДЕНТ

Сорт сливы, пользующийся большой популярностью среди садоводов, благодаря своим



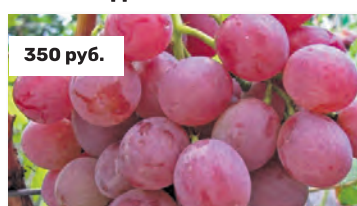
крупным, сочным плодам и высокой урожайности. Сорт засухоустойчивый и зимостойкий. Ежегодное плодоношение. Мякоть окрашена в желто-зеленый или желтый цвет, окраска полости одноцветная с мякотью, на вкус – нежная, сочная, кисло-сладкая.

ИНЖИР ЧЕРНЫЙ ПРИНЦ



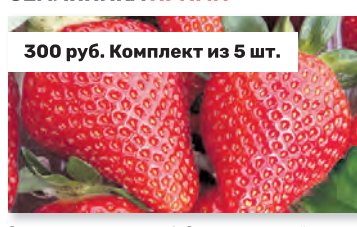
Красивый, как и его название, вид смоковницы. Это поистине королевский инжир. Окрас его темно-синий и даже иногда угольный. Мякоть розово-алая, а вкус просто незабываемый, очень сладкий, сочный, иногда даже с медовыми нотками, семечки практически не ощущаются и не скрипят на зубах. Сорт самоплодный и в дополнительном опылении не нуждается. Плодоношение 2 раза за сезон. Прекрасно подойдет для сушки, а также для приготовления замечательного варенья и джемов, так как кожица его довольно мягкая и нежная.

ВИНОГРАД АЮТА



Сверхранний срок созревания. Гибридная форма очень раннего срока созревания, сильнорослая. Гроздь крупная. Овальная красно-фиолетового цвета. Мякоть хрустящая с мускатным ароматом. Урожай долго сохраняется на кустах. Вызревание побегов очень хорошее. Устойчивость к милдью, оидиуму повышена.

ЗЕМЛЯНИКА ПРИМИ



Эксклюзивная новинка! Сорт итальянской селекции высокой урожайности. Куст высокий мощный, средней густоты. Ягоды крупные насыщенного красного цвета с блеском, красивой удлиненной формы весом, отличного сладкого вкуса, очень сочные – с плотной мякотью. Очень высокая урожайность клубники Прими, незабываемый отличный вкус и приятный земляничный аромат делает популярным этот сорт у фермеров и садоводов. Прими обладает высокой устойчивостью к болезням, отличная транспортабельность. Прими займет достойное место у любителей новинок и фермеров для производства ранней красивой ягоды.

ЗАКАЗ МОЖНО ОФОРМИТЬ:

1. по телефонам: 8-905-393-21-11, 8-909-386-85-97, 8-937-091-98-87, 8-927-545-04-89 каждый день по будням с 8.00 до 18.00, суббота, воскресенье – выходные
2. отправить письмо по почте на адрес: 404011 Волгоградская область, Дубовский район, с. Пичуга, ул. Московская, 59.

Всю необходимую информацию и полный каталог растений вы можете найти на нашем сайте www.solar34.ru или заказав **БЕСПЛАТНЫЙ КАТАЛОГ.**

Минимальный объем одной заявки составляет **2000 рублей.**

При заказе на 3000 р. Вас ожидает подарок в виде отличного сорта **винограда АТТИКА**, или Надежда на выбор
При заказе на 5000 р. **виноград** выбранного сорта и **яблоно** сорта Чемпион
При заказе на 7000 р. **виноград** выбранного сорта, **яблоно** сорта Чемпион и эксклюзивный саженец **ЯБЛОНИ на супер карлике (3-х летка)**, Модии или Голд Раш (на выбор) и книга Питомника Солнечный.

Заказы принимаются с 01.02.2020 по 30.04.2020.

Отправляются заказы с 25.03.2020 по 10.05.2020.

ООО «ВЕЛЕС», Волгоградская область, Дубовский район, с. Пичуга, ул. Московская, д. 59, ОГРН 1163443063960. РЕКЛАМА

REN	THT	ТВ-3	Че	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>17.15 «ФОРСАЖ-6». (16+)</p> <p>05.00 «Закрыватель Америки». Концерт Михаила Задорнова. (16+)</p> <p>05.40 «Смех в конце тоннеля». Концерт Михаила Задорнова. (16+)</p> <p>07.10 «Глупота по-американски». Концерт Михаила Задорнова. (16+)</p> <p>09.00 «День «Засекреченных списков». (16+)</p> <p>17.15 «ФОРСАЖ-6». (16+)</p> <p>19.45 «ФОРСАЖ-7». (16+)</p> <p>22.20 «КРИМИНАЛЬНОЕ ЧТИВО». (16+)</p> <p>01.20 «ЛЮТЫЙ». (16+)</p> <p>04.40 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)</p>	<p>11.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ. (16+)</p> <p>07.00 ТНТ. Gold. (16+)</p> <p>09.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>11.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ. (16+)</p> <p>Представители всех мыслимых и немыслимых профессий, все слои и прослойки нашего многоуровневого общества - жители России от 0 до 100 лет.</p> <p>22.00 «ДОМАШНИЙ АРЕСТ». (16+)</p> <p>В то время, как мэр с Илоной разрабатывают план реабилитации Самсонова в глазах избирателей, семья экскаваторщика отправляется на дачу к адвокату Анникеева.</p> <p>23.30 Дом-2. Город любви. (16+)</p> <p>00.30 Дом-2. После заката. (16+)</p> <p>01.30 «БОЛЬШОЙ ГОД». (12+)</p> <p>03.00 «МАЛЕНЬКАЯ МИСС СЧАСТЬЕ». (16+)</p> <p>04.35 Открытый микрофон. (16+)</p> <p>06.10 ТНТ. Best. (16+)</p>	<p>01.15 «ОДНОКЛАССНИКИ-2». (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>10.00 «Слепая». (16+)</p> <p>Светлана недавно закончила ВУЗ, и даже не мечтала, что вдруг пройдет собеседования и устроится на работу в самую солидную фирму в городе. Более того, начальник Светланы всячески стал опекал новую сотрудницу и раздавал авансы.</p> <p>23.00 «ДРОЖЬ ЗЕМЛИ: КРОВНОЕ РОДСТВО». (16+)</p> <p>США, ЮАР, 2015 г. Ужасы. В ролях: Майкл Гросс, Джейми Кеннеди. После того, как Гаммеру удалось уничтожить всех гигантских подземных червей в Неваде, его как большого специалиста по этим мерзким тварям вызывают в Южную Африку.</p> <p>01.15 «ОДНОКЛАССНИКИ-2». (16+)</p> <p>03.00 «ПОМНИТЬ ВСЕ». (16+)</p> <p>05.00 «Тайные знаки». (16+)</p> <p>05.45 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>00.00 «НЕВЕРНАЯ». (18+)</p> <p>06.00 «Улетное видео. Лучшее». (16+)</p> <p>06.30 «Особенности национальной работы». (16+)</p> <p>08.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)</p> <p>Россия, 2009 г. Комедийный сериал. В ролях: Георгий Дронов, Екатерина Волкова, Станислав Дужников. Молодая семья спортивного журналиста Константина Воронина живёт на одной лестничной площадке с родителями, которые считают своим долгом научить всем жизненным премудростям своего младшего сына Костю и его жену Веру...</p> <p>19.00 «Утилизатор». (16+)</p> <p>21.00 «Улетное видео. Лучшее». (16+)</p> <p>22.00 «Улетное видео». (16+)</p> <p>23.00 «+100500». (18+)</p> <p>00.00 «НЕВЕРНАЯ». (18+)</p> <p>02.25 «Особенности национальной работы». (16+)</p> <p>05.20 «Улетное видео». (16+)</p>	<p>01.00 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+)</p> <p>06.00 Футбол. Чемпионат Нидерландов. (0+)</p> <p>08.00, 09.35, 10.35, 13.10, 15.45, 18.15, 20.50 Новости</p> <p>08.05, 10.40, 13.15, 15.50, 18.20, 00.25 Все на Матч!</p> <p>08.35, 09.40 Биатлон. Чемпионат мира. (0+)</p> <p>11.10 Футбол. ПСЖ - «Бордо». (0+)</p> <p>13.45 Футбол. «Интер» - «Сампдория». (0+)</p> <p>16.20 Профессиональный бокс. (16+)</p> <p>18.50 Смешанные единоборства. Bellator. (16+)</p> <p>20.55 Спец репортаж. (12+)</p> <p>21.25 Тотальный футбол</p> <p>22.25 Футбол. Чемпионат Португалии. Пр.тр.</p> <p>01.00 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+)</p> <p>03.30 Профессиональный бокс. (16+)</p> <p>04.00 «В поисках величия». (16+)</p> <p>05.30 «Первые леди». (12+)</p>	<p>02.50 «ДЕЛО БЫЛО В ПЕНЬКОВЕ». (16+)</p> <p>06.30 «6 кадров». (16+)</p> <p>06.50 «НИНА». (16+)</p> <p>Россия, 2001 г. Криминальная драма. В ролях: Светлана Чуйкина, Вася Краснополский, Александр Балуев. На глазах преуспевающей модели Нины Силаковой сотрудники РУОПа убивают мужа. Из слов оперативников Нина понимает, что её муж был профессиональным киллером, а не бизнесменом.</p> <p>15.05 «МОЯ НОВАЯ ЖИЗНЬ». (16+)</p> <p>19.00 «ПОДКИДЫШ». (16+)</p> <p>22.55 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА-2». (16+)</p> <p>01.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ». (16+)</p> <p>02.50 «ДЕЛО БЫЛО В ПЕНЬКОВЕ». (16+)</p> <p>04.25 «ИСЧЕЗНОВЕНИЕ». (16+)</p> <p>05.55 «Домашняя кухня». (16+)</p> <p>06.20 «6 кадров». (16+)</p>	

БЕСПЛАТНЫЙ ВОПРОС ЮРИСТУ

8 (499) 322-05-19



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

ОТВЕТИМ НА ВСЕ ВАШИ ВОПРОСЫ

ПРОСТАТИТ, АДЕНОМА, НАРУШЕНИЕ ПОТЕНЦИИ?

Эти заболевания очень сильно беспокоят многих мужчин. Всем известно что основные причины простатита, а в дальнейшем и развития аденомы и нарушения эрекции это малоподвижный образ жизни, вредные привычки, снижение тестостерона и воспалительные процессы в области предстательной железы и малого таза. Частое и затрудненное мочеиспускание, боли внизу живота и в области поясницы, трудности с эрекцией, все эти симптомы знакомы не понаслышке многим мужчинам. Бывает что лечение с помощью медикаментов не приносит должного результата или же даёт только временный эффект. А ведь дело в том, что надо убирать не следствие, а именно причину, источник нарушения. Если вы уже столкнулись с этим, займитесь своим лечением прямо сейчас! Специально для решения этих проблем и был создан лечебный аппарат Альфа Мэн. Этот прибор имеет три высокоэффективных способа воздействия – вибро, магнито и лазерную терапию. Благодаря сочетанному воздействию и лечебному эффекту этих трёх способов Альфа Мэн работает на улучшение реологии крови, восстановлению микроциркуляции крови в органах малого таза, оказывает противоотёчный и противовоспалительный эффект, что приводит к усилению эрекции, уменьшению воспаления в области простаты и естественной постепенной нормализации мочеиспускания. Поймите, ваше мужское здоровье в ваших руках! С аппаратом Альфа Мэн вы займетесь комплексным лечением простатита, мочеиспускание сможете привести в норму и восстановите вашу потенцию!



ПОЗВОЛЬТЕ СЕБЕ ЖИТЬ ПОЛНОЦЕННОЙ ЖИЗНЬЮ!

- Восстановление потенции
- Лечение простатита и аденомы
- Сохраняет длительное воздействие

Подробности о «Альфа Мэн» узнавайте у наших специалистов по телефону:

8(800)500-30-77

ООО «Новафармс». Юридический адрес: 115088, г. Москва, Угрешская улица, д. 2 стр. 80, этаж 2 пом. 01. ОГРН1197746282777. Рег. Удостоверение ФСР 2012/13540 от 08.06.2012 г. РЕКЛАМА.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ПЕНСИОНЕРАМ! НАДЕЖНОСТЬ И СТАБИЛЬНОСТЬ

Задумайтесь о завтрашнем дне,
заключите договор РЕНТЫ сегодня!

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

8 (495) 626-46-06
8 (499) 499-46-36
www.mosrenta.com



ООО «МГР» ОГРН 1167746806732 Реклама

REN	ТНТ	ТВ-3	Че	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 20.00 «ФОРСАЖ». (16+)	 01.40 «ЗУБНАЯ ФЕЯ-2». (16+)	 18.30 «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ». (16+)	 03.40 «ПАРАНОРМАЛЬНОЕ ЯВЛЕНИЕ-2». (16+)	 12.30 Тотальный футбол. (12+)	 12.55 «Понять. Простить». (16+)	
05.00 «Территория заблуждений». (16+)	07.00 ТНТ. Gold. (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.00 «Улетное видео». (16+)	06.00 «Вся правда про...» (12+)	06.30 «6 кадров». (16+)	
06.00 «Документальный проект». (16+)	09.00 Дом-2. Lite. (16+)	09.20 «Слепая». (16+)	06.10 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)	06.30 «Ген победы». (12+)	06.45 «Эффект Матроны». (16+)	
07.00 «С бодрым утром!» (16+)	10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)	11.00 «Гадалка». (16+)	Россия, 2012 г. Боевик. В ролях: Андрей Аверьянов, Денис Бобышев, Татьяна Калих.	07.00 «Ген победы». (12+)	07.45 «По делам несовершеннолетних». (16+)	
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)	11.30 Бородина против Бузовой. (16+)	12.00 «Не ври мне». (12+)	09.00 «Остановите Витю!» (16+)	07.05 08.55, 11.00, 15.15, 16.55, 22.15 Новости	08.45 «Давай разведёмся!» (16+)	
09.00 Засекреченные списки. (16+)	12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)	15.00 «Мистические истории. Начало». (16+)	09.30 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)	07.05 11.05, 17.00, 22.20, 00.55 Все на Матч!	09.50 «Тест на отцовство». (16+)	
11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)	13.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)	16.00 «Гадалка». (16+)	10.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)	09.00 Футбол. Чемпионат Германии. (0+)	11.55 «Реальная мистика». (16+)	
12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)	15.00 «УНИВЕР». (16+)	16.30 «Гадалка». (16+)	11.30 «Дорожные войны 2.0». (16+)	12.00 «Олимпийский гид». (12+)	12.55 «Понять. Простить». (16+)	
13.00 23.30 «Загадки человечества». (16+)	17.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)	17.00 «Очевидцы». (16+)	12.00 «+100500». (16+)	12.30 Тотальный футбол. (12+)	14.45 «Порча». (16+)	
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	19.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)	17.30 «Слепая». (16+)	13.30 «Улетное видео». (16+)	13.30 14.45 Спецобзор. (12+)	15.15 «ПОДКИДЫШ». (16+)	
15.00 Документальный спецпроект. (16+)	20.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)	18.30 «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ». (16+)	16.30 «Решала». (16+)	15.20 Футбольное столетие. (12+)	19.00 «НАСЕДКА». (16+)	
17.00 «Тайны Чапман». (16+)	21.00 Импровизация. (16+)	Во время свидания юноша с помощью дистанционного управления камерой наблюдения в его доме обнаруживает, что с его отцом случилась беда.	18.30 «Остановите Витю!» (16+)	15.50 «На пьедестале народной любви». (12+)	23.10 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА-2». (16+)	
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	22.00 «ДОМАШНИЙ АРЕСТ». (16+)	20.30 «КАСЛ». (12+)	19.00 «Дорога». (16+)	18.00 «Ярушин Хоккей Шоу». (12+)	01.20 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ». (16+)	
20.00 «ФОРСАЖ». (16+)	23.30 Дом-2. Город любви. (16+)	Касл и Беккет расследуют убийство человека, выпавшего из окна. В ходе расследования труп исчезает из морга.	21.00 «Решала». (16+)	18.30 Континентальный вечер	03.05 «Порча». (16+)	
22.00 «Водить по-русски»	00.40 Дом-2. После заката. (16+)	23.00 «ДРОЖЬ ЗЕМЛИ: ХОЛОДНЫЙ ДЕНЬ В АДУ». (16+)	23.00 «Опасные связи». (18+)	19.00 Хоккей. ЦСКА - СКА (Санкт-Петербург). КХЛ. Пр.тр.	03.30 «Понять. Простить». (16+)	
00.30 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ». (16+)	01.40 «ЗУБНАЯ ФЕЯ-2». (16+)	01.15 «ОЗЕРО СТРАХА: НАСЛЕДИЕ». (16+)	00.00 «+100500». (18+)	22.50 Футбол. «Челси» (Англия) - «Бавария» (Германия). Пр.тр.	04.50 «Реальная мистика». (16+)	
02.10 «ЛЮТЫЙ». (16+)	03.00 «ОФИСНОЕ ПРОСТРАНСТВО». (16+)	03.00 «Громкие дела». (16+)	01.00 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)	01.25 Профессиональный бокс. (16+)	05.35 «Тест на отцовство». (16+)	
	04.20 Открытый микрофон. (16+)		03.40 «ПАРАНОРМАЛЬНОЕ ЯВЛЕНИЕ-2». (16+)	03.25 Футбол. Пр.тр.	06.25 «6 кадров». (16+)	
	06.05 ТНТ. Best. (16+)		05.05 «Улетное видео». (16+)	05.25 «Команда мечты». (12+)		



ГОРОДСКАЯ
СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ
СЛУЖБА

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ УМЕР БЛИЗКИЙ ЧЕЛОВЕК

Смириться с потерей близкого человека тяжело. Это горе, которое может случиться внезапно и к такому сложно подготовиться. В этот момент важно сохранить самообладание для того, чтобы заняться организационными вопросами.

Городская специализированная служба RITUAL.RU (ЗАО «Ритуал Сервис») готова взять на себя все заботы, связанные с оформлением документов и проведением достойной прощальной церемонии.

RITUAL.RU - это особая поддержка и внимательное отношение в трудную минуту. Уже более 25 лет мы помогаем жителям Москвы в организации достойной церемонии прощания.

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ:

Если горе случилось дома:

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

Если горе случилось в больнице:

1. Позвоните в городскую специализированную службу по круглосуточному номеру 8 (495) 300-3-300 и вызовите сотрудника ритуальной службы прямо в больницу.
2. Вместе с прибывшим сотрудником ритуальной службы отправляйтесь в морг для оформления документов и оплаты услуг медучреждения.



КИНО И СЕРИАЛЫ

Table with columns: TV1000, РУССКОЕ КИНО, ДОМ КИНО, SONY CHANNEL. Contains program listings for various channels including TV1000, Дом кино, and Sony Channel.

Table with columns: ИЛЛЮЗИОН+, РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН, КИНОКОМЕДИЯ, РОДНОЕ КИНО. Contains program listings for channels like Иллюзион+, Русский иллюзион, Кинокомедия, and Родное кино.

Table with columns: СУПЕР, СУПЕР, ФЕНИКС+КИНО, CTC LOVE, TV 21 ВЕК. Contains program listings for channels like Супер, Феникс+кино, CTC Love, and TV 21 Век.

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

Table with columns: МИР, ПЯТНИЦА, Ю, РЕТРО. Contains program listings for channels like Мир, Пятница, Ю, and Ретро.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

Table with columns: 365 ДНЕЙ ТВ, VIASAT HISTORY, NATIONAL GEOGRAPHIC. Contains program listings for channels like 365 Дней ТВ, ViSAT History, and National Geographic.

УВЛЕЧЕНИЯ

Table with columns: УСАДЬБА, ОХОТА И РЫБАЛКА, ЖИВИ!. Contains program listings for channels like Усадьба, Охота и рыбалка, and Живи!.

Table with columns: ANIMAL PLANET, DISCOVERY, DISCOVERY CHANNEL, TLC. Contains program listings for channels like Animal Planet, Discovery, Discovery Channel, and TLC.

REN	TNT	ТВ-3	Че	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>20.00 «ДВОЙНОЙ ФОРСАЖ». (16+)</p> <p>05.10 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 15.00 «Документальный проект». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 Засекреченные списки. (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)</p> <p>13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «ДВОЙНОЙ ФОРСАЖ». (16+)</p> <p>22.00 «Смотреть всем!» (16+)</p> <p>00.30 «РЭМБО-2». (16+)</p> <p>04.40 «Территория заблуждений». (16+)</p>	<p>01.30 «КОРОЛИ УЛИЦ-2». (18+)</p> <p>07.00 TNT. Gold. (16+)</p> <p>09.00 Дом-2. Lite. (16+)</p> <p>10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)</p> <p>11.30 Бородина против Бузовой. (16+)</p> <p>12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)</p> <p>13.25 Большой завтрак. (16+)</p> <p>14.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)</p> <p>15.00 «УНИВЕР». (16+)</p> <p>17.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)</p> <p>19.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)</p> <p>20.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)</p> <p>21.00 Однажды в России. (16+)</p> <p>22.00 «ДОМАШНИЙ АРЕСТ». (16+)</p> <p>23.30 Дом-2. Город любви</p> <p>00.35 Дом-2. После заката</p> <p>01.30 «КОРОЛИ УЛИЦ-2». (18+)</p> <p>02.55 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+)</p> <p>04.55 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)</p> <p>06.35 TNT. Best. (16+)</p>	<p>23.00 «УЛИЧНЫЙ БОЕЦ. ЛЕГЕНДА О ЧАН ЛИ». (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.20 «Слепая». (16+)</p> <p>11.00 «Гадалка». (16+)</p> <p>12.00 «Не ври мне». (12+)</p> <p>15.00 «Мистические истории. Начало». (16+)</p> <p>16.00 «Гадалка». (16+)</p> <p>17.00 «Очевидцы». (16+)</p> <p>17.30 «Слепая». (16+)</p> <p>18.30 «СЛЕДСТВИЕ ПО ТелУ». (16+)</p> <p>В лабораторию морга один за другим поступают трупы с признаками опасной эпидемии...</p> <p>20.30 «КАСЛ». (12+)</p> <p>Участница популярного реалити-шоу Одетт Мортон найдена мёртвой в своей гримёрке. Углубившись в прошлое Одетт, Касл и Беккет обнаруживают шокирующую тайну...</p> <p>23.00 «УЛИЧНЫЙ БОЕЦ. ЛЕГЕНДА О ЧАН ЛИ». (16+)</p> <p>01.15 «Исповедь экстрасенса». (16+)</p> <p>05.15 «Тайные знаки». (16+)</p>	<p>03.40 «ПАРАНОРМАЛЬНОЕ ЯВЛЕНИЕ-3». (16+)</p> <p>06.00 «Улетное видео». (16+)</p> <p>06.10 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)</p> <p>09.00 «Остановите Витю!» (16+)</p> <p>09.30 «Дорожные войны 2.0». (16+)</p> <p>10.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)</p> <p>11.30 «Дорожные войны 2.0». (16+)</p> <p>12.00 «+100500». (16+)</p> <p>13.30 «Улетное видео». (16+)</p> <p>15.00 «Улетное видео. Лучшее». (16+)</p> <p>15.30 «Улетное видео». (16+)</p> <p>16.30 «Решала». (16+)</p> <p>18.30 «Остановите Витю!» (16+)</p> <p>19.00 «Дорога». (16+)</p> <p>21.00 «Решала». (16+)</p> <p>23.00 «Опасные связи». (18+)</p> <p>00.00 «+100500». (18+)</p> <p>01.00 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)</p> <p>03.40 «ПАРАНОРМАЛЬНОЕ ЯВЛЕНИЕ-3». (16+)</p> <p>04.55 «Улетное видео». (16+)</p>	<p>06.30 «Ген победы». (12+)</p> <p>06.00 «Вся правда про...» (12+)</p> <p>06.30 «Ген победы». (12+)</p> <p>07.00, 08.55, 11.00, 14.55, 16.50, 18.55, 21.55 Новости</p> <p>07.05, 11.05, 16.00, 19.00, 00.55 Все на Матч!</p> <p>09.00 Футбол. «Наполи» (Италия) - «Барселона» (Испания). (0+)</p> <p>12.00, 15.30 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>12.20 Хоккей. КХЛ. Пр.тр.</p> <p>15.00, 03.10 «Олимпийский гид». (12+)</p> <p>16.55 Баскетбол. Евролига. Женщины. Пр.тр.</p> <p>19.50 Футбол. «Брага» (Португалия) - «Рейнджерс» (Шотландия). Пр.тр.</p> <p>22.00 Все на футбол!</p> <p>22.50 Футбол. «Реал» (Мадрид, Испания) - «Манчестер Сити» (Англия). Пр.тр.</p> <p>01.10, 03.25 Футбол. Пр.тр.</p> <p>05.25 Обзор Лиги чемпионов. (12+)</p>	<p>11.30 «Реальная мистика». (16+)</p> <p>06.30 «Эффект Матроны». (16+)</p> <p>07.25 «По делам несовершеннолетних». (16+)</p> <p>08.25 «Давай разведёмся!» (16+)</p> <p>09.30 «Тест на отцовство». (16+)</p> <p>11.30 «Реальная мистика». (16+)</p> <p>12.35 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>14.25 «Порча». (16+)</p> <p>14.55 «НАСЕДКА». (16+)</p> <p>19.00 «НЕСЛУЧАЙНЫЕ ВСТРЕЧИ». (16+)</p> <p>23.05 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА-2». (16+)</p> <p>01.10 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ». (16+)</p> <p>03.05 «Порча». (16+)</p> <p>03.30 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>04.50 «Реальная мистика». (16+)</p> <p>05.40 «Тест на отцовство». (16+)</p>	

БЕСПЛАТНАЯ
юридическая поддержка
граждан г. Москвы

**КОНСУЛЬТАЦИЯ
ДЕЖУРНОГО
ЮРИСТА**

ЕСТЬ ВОПРОСЫ? ЗВОНИТЕ!
БУДЕМ РАЗБИРАТЬСЯ.
8 (499) 136-00-37
ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ!

27 февраля ДЕНЬ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ

**ПОМОЩЬ В УСТРОЙСТВЕ
В ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПАНСИОНАТ НА ПОСТОЯННОЕ
ПРОЖИВАНИЕ**

**ДОГОВОР РЕНТЫ
на выгодных условиях**

Единовременная выплата до 5 000 000 рублей
Ежемесячно до 50 000 рублей

По договорам аренды плательщиком аренды могут быть третьи лица

dostoinaya-starost.ru

ОГРН 1187746582990
ООО «ИНВЕСТИЦИОННАЯ НЕДВИЖИМОСТЬ»

+7 (495) 445-54-00
г. Москва, ул. Вавилова д. 69/75, Офис 1003

«ЭРА ПРАВОСУДИЯ»
Уважаемые граждане!
ПО ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ЗАПИСИ МЫ ОКАЗЫВАЕМ
БЕСПЛАТНЫЕ ЮРИДИЧЕСКИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ
на следующие виды юридических услуг:

- Жилищные споры
- Наследственные споры
- Семейные споры
- Имущественные споры
- Трудовые споры
- Защита прав потребителей
- Защита интересов при ДТП
- Взыскание долгов
- Споры со страховыми компаниями
- Пенсионные споры
- Уголовные процессы
- Арбитражные споры
- Расторжение договоров
- СТОП ОБМАН
- Помощь обманутым вкладчикам
- Антиюриссты
- Возврат средств
- Антиброкер

Обращайтесь по адресу:
8-495-923-14-41, 8-495-924-14-40
Время работы: с 10:00 до 21:00, воскресенье – выходной.
eraprav.ru era_pravosudiya7@mail.ru

ЦПС ЦЕНТР
ПЕНСИОННЫХ
СБЕРЕЖЕНИЙ

Надёжная защита
Ваших средств –
все сбережения застрахованы

Деятельность под строгим
контролем ЦБ РФ

Интересы пайщиков
защищены в СРО
«Национальное объединение
кредитных кооперативов»

ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ

до **10,80%**
сумма до 5-ти млн рублей
от 4 месяцев

Сумма	Срок, мес.	Ставка, % годовых	Ваш доход, руб.
50 000 руб.	12	10,20 %	5 100
500 001 руб.	12	10,50 %	52 500
1 000 001 руб.	12	10,80 %	108 000

**ОСОБЫЕ УСЛОВИЯ
для ПЕНСИОНЕРОВ**

Выдаем займы
пенсионерам до **17%**

Ежемесячные выплаты и капитализация процентов
*Акция, НДФЛ оплачиваем сами

Москва, Кутузовский пр-т, 43
(3 мин. от метро/МЦК «Кутузовская»)

8-800-707-49-16
kpkcps.ru

Кредитный потребительский кооператив «Центр пенсионных сбережений», ОГРН 1195081097067, член СРО «Национальное объединение кредитных кооперативов» (Свидетельство № 159/20), № в реестре ЦБ 1402. КПК «Центр пенсионных сбережений» привлекает денежные средства только от своих членов на основе договоров передачи личных сбережений. *Подробности об остальных условиях договора на сайте, либо по тел. 8-800-707-49-16. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве подарков по результатам такого мероприятия, сроках, месте их получения по телефону. Сбережения застрахованы в НКО «МОВС».

РЕКЛАМА

КИНО И СЕРИАЛЫ

Table with columns: TV 1000, РУССКОЕ КИНО, ДОМ КИНО, SONY CHANNEL. Lists programs like 'Авиатор', 'Иллюзия обмана', 'Викинг', 'Все или ничего', 'Кандагар', 'Апостол', 'Параграф 78'.

Table with columns: ИЛЛЮЗИОН+, РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН, КИНОКОМЕДИЯ, РОДНОЕ КИНО. Lists programs like 'Ну ты и придурок!', 'Библиотекарь', 'Антикиллер', 'Вера и сомнение', 'Такси'.

Table with columns: супер СУПЕР, ФЕНИКС+КИНО, CTC LOVE, TV 21 ВЕК. Lists programs like 'Остров', 'Родители', 'Гранд', 'Фитнес', 'Сабрина - маленькая ведьма'.

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

Table with columns: МИР, ПЯТНИЦА, Ю, РЕТРО. Lists programs like 'Закон и порядок', 'Половинки', 'Папа попал', 'Беременная', 'Мастершеф'.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

Table with columns: 365 ДНЕЙ ТВ, VIASAT HISTORY, NATIONAL GEOGRAPHIC. Lists programs like 'Время победы', 'Тайны британских замков', 'Тайны отечества'.

УВЛЕЧЕНИЯ

Table with columns: УСАДЬБА, ОХОТА И РЫБАЛКА, ЖИВИ!, ANIMAL PLANET, Discovery, DISCOVERY CHANNEL, TLC, TLC. Lists programs like 'Усадьба', 'Огород круглый год', 'Охота с луком', 'Наперекор мифам'.

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

ПЕРВЫЙ



01.20 «Время покажет». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.55 Модный приговор. (6+)
10.55 Жить здорово! (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Время покажет. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.00 Мужское / Женское. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 На самом деле. (16+)
19.40 Пусть говорят. (16+)
21.00 Время
21.30 **«ТРИГГЕР»**. (16+)
Артём уговаривает следователя, который вел его дело четыре года назад, перепроверить факты с учетом новых улик. Тот, в свою очередь, просит Стрелецкого помочь его племяннику, который недавно потерял отца-талантливого поэта. Александр старается наладить отношения с Дашей.
22.30 Премьера сезона. «Док-ток». (16+)
23.30 Вечерний Ургант. (16+)
00.10 На самом деле. (16+)
01.20 Время покажет. (16+)
03.00 Новости
03.05 Время покажет. (16+)
03.40 Наедине со всеми. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия»
05.20 **«ЛЕГАВЫЙ-2»**. (16+)
08.35 «День ангела»
09.00 «Известия»
09.25 **«ЛЕГАВЫЙ-2»**. (16+)
13.00 «Известия»
13.25 **«ЛЕГАВЫЙ-2»**. (16+)
18.30 «Известия»
19.00 **«СЛЕД»**. (16+)
ФЭС расследует убийство безработного Юрия Гагина. Гагина пытали и зарезали серпом. Найденные у Гагина 5 тысяч долларов приводят следствие к 5 млн долларов...
23.10 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2»**. (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
00.25 **«СЛЕД»**. (16+)
01.10 **«ДЕТЕКТИВЫ»**. (16+)
03.15 «Известия»
03.25 **«СТРАСТЬ-2»**. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести
09.25 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.25 Вести. Местное время
11.45 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
12.50 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.25 Вести. Местное время
14.45 **«ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ»**. (12+)
В парке найден труп молодой женщины в красном шарфе. Вокруг жертвы разбросаны мелкие долларовые купюры. Оперативной группе быстро удаётся установить личность погибшей.
17.00 Вести. Местное время
17.25 «60 минут». (12+)
18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)
20.00 Вести
20.45 **«ЖЕНСКИЕ СЕКРЕТЫ»**. (16+)
К Юле в колледж приходит отец её будущего ребёнка Андрей. Он просит не говорить ничего Ивану, предлагая за молчание деньги и дорогой браслет.
23.15 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.00 **«ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ»**. (12+)
03.40 **«СВАТЫ»**. (12+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 06.00 «Сегодня утром». (12+)
08.00 13.00 18.00 21.15
Новости дня
08.20 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
08.40 «Не факт!» (6+)
09.10 10.05 13.15 13.35 14.05 «НЕМЕЦ». (16+)
10.00 14.00 Военные новости
15.35 «Кронштадт 1921»
18.50 «Охотники за нацистами». (16+)
19.40 Легенды телевидения. (12+)
20.25 «Код доступа». (12+)
21.30 «Открытый эфир». (12+)
23.05 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
23.40 **«ЗАБЫТЫЙ»**. (16+)
03.30 **«МЫ ИЗ ДЖАЗА»**. (0+)
04.55 «Владимир Крючков». (12+)

ТВУ ТВЦ



08.45 «ДОРОГОЙ МОЙ ЧЕЛОВЕК». (0+)

- 06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.45 **«ДОРОГОЙ МОЙ ЧЕЛОВЕК»**. (0+)
10.55 «Актёрские судьбы. Изольда Извицкая и Эдуард Бредун». (12+)
11.30 События
11.50 **«ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО»**. (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 **«ОТЕЦ БРАУН»**. (16+)
16.55 «Естественный отбор». (12+)
17.50 События
18.15 **«МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ»**. (12+)
Россия, 2019. Детектив. В ролях: Евгений Пронин, Александра Богданова. В Москве, на Патриарших прудах, снимается экранизация романа «Мастер и Маргарита».
22.00 События
22.35 «Обложка». (16+)
23.05 «Актёрские судьбы. Доигрались!» (12+)
00.00 События. 25-й час
00.35 Петровка, 38. (16+)
00.55 **«ГЕНЕРАЛЬСКАЯ ВНУЧКА»**. (12+)
02.25 Хроники московского быта. (12+)
03.05 «Советские мафии». (16+)
03.50 «Обложка». (16+)
04.15 «Актёрские судьбы. Доигрались!» (12+)
04.55 «Смех с доставкой на дом». (12+)
05.50 «Ералаш». (6+)

ОТР ОТР

- 05.05 08.00 17.05 22.05
«ПравДа?» (12+)
06.00 09.15 «Календарь». (12+)
06.40 Мультфильмы. (0+)
07.00 09.00 11.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 20.00
22.00 Новости
07.15 «Прототипы. Шаропов. Желлов». (12+)
09.55 18.05 «Среда обитания». (12+)
10.05 11.05 23.00 **«ТУТ»**. (16+)
11.35 «Активная среда». (12+)
12.05 13.20 19.00 20.30
«ОТражение»
15.15 **«ЛУЧШИЙ ГОРОД ЗЕМЛИ»**. (12+)
16.50 «Медосмотр». (12+)
18.15 «Моя история». (12+)
18.40 «Большая страна: история». (12+)
00.30 «Тайны разведки»

НТВ



13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие

- 05.15 **«ПСЕВДОНИМ «АЛ-БАНЕЦ»**. (16+)
06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)
08.00 Сегодня
08.20 **«МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА»**. (16+)
10.00 Сегодня
10.20 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ»**. (16+)
13.00 Сегодня
13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.00 Сегодня
16.25 Следствие вели... (16+)
17.10 ДНК. (16+)
18.10 **«ПЁС»**. (16+)
Игорь давно подозревал жену в изменах и однажды решил заставить ее с поличным. Неожиданно вернувшись из командировки, он увидел все косвенные следы измены...
19.00 Сегодня
19.40 **«ПЁС»**. (16+)
21.00 **«НЕВСКИЙ. ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА»**. (16+)
Спортсмен-рукопашник Кирилл Зайцев участвует в подпольных боях без правил.
23.10 Основано на реальных событиях. (16+)
00.00 Сегодня
00.10 Захар Прилепин. Уроки русского. (12+)
00.40 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ»**. (16+)
03.10 Их нравы. (0+)
03.45 **«ПСЕВДОНИМ «АЛ-БАНЕЦ»**. (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 Утреннее вещание
11.00 Новости (каждый час). (16+)
11.30 16.30 00.35 04.15
ГОСТ. (12+)
12.30 19.30 22.30 Спорная территория. (12+)
13.15 15.15 Прямо и сейчас. (16+)
13.35 15.35 17.20 Погода. (12+)
14.45 17.15 The City. (12+)
18.15 Интервью. (12+)
18.35 Жизнь в большом городе. (12+)
19.02 Москва сегодня. (16+)
20.30 23.15 03.15 Рейд. (16+)
21.15 23.45 01.30 Московский патруль. (16+)
01.15 Сеть. (12+)
02.15 Специальный репортаж. (12+)
05.15 Доктор 24. (12+)

РОССИЯ К Культура



12.15 18.45 00.40 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным

- 06.30 07.00 07.30 10.00 15.00
19.30 23.40 Новости культуры
06.35 Пешком...
07.05 20.05 Правила жизни
07.35 13.00 20.45 «Тутанхамон: жизнь, смерть и бессмертие»
08.25 Легенды мирового кино
08.50 «Первые в мире»
09.05 22.15 **«МАРИЯ ТЕРЕЗИЯ»**
10.15 Наблюдатель
11.10 01.20 XX век
12.15 18.45 00.40 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
13.50 Абсолютный слух
14.30 Рэгтайм, или Разорванное время
15.10 Новости. Подробно
15.25 «Пряничный домик»
15.50 «2 Верник 2»
16.40 **«ДНИ ХИРУРГА МИШКИНА»**
18.00 Шопену посвящается... Ланг Ланг. Четыре скерцо
19.45 Главная роль
20.30 Спокойной ночи, малыши!
21.35 Энигма
23.10 «Запечатленное время»
00.00 Черные дыры. Белые пятна
02.25 «Красивая планета»
02.40 А.Вустин. Sine Nomine для оркестра. Владимир Юровский и Гос. академический симфонический оркестр

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «Самое яркое». (16+)
06.20 **«СОЛДАТЫ-4»**. (12+)
07.05 **«СОЛДАТЫ-5»**. (12+)
09.00 «Все просто!» (12+)
12.00 «Новости 360»
12.30 **«МЕТОД ЛАВРОВОЙ»**. (16+)
15.20 «Все просто!» (12+)
16.00 «Самое яркое». (16+)
17.20 **«ПАРФЮМЕРША-3»**. (12+)
Россия, 2017 г. Мелодрама. В ролях: Мария Куликова, Наталья Рогожкина. Наташа Баранова становится главным технологом объединенного парфюмерного концерна «Новая Эра» - «Дух Советов».
19.00 «Новости 360»
19.30 «Самое яркое». (16+)
22.30 **«ЧТЕЦ»**. (16+)
00.40 «Самое яркое». (16+)

СТС




20.00 «2012». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.20 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
06.40 «Охотники на троллей». (6+)
07.00 **«90-Е. ВЕСЕЛО И ГРОМКО»**. (16+)
08.00 **«ФИЛАТОВ»**. (16+)
09.05 «Уральские пельмени». (16+)
09.30 **«КАК ОТДЕЛАТЬСЯ ОТ ПАРНЯ ЗА 10 ДНЕЙ»**. (12+)
11.55 **«ИСТОРИЯ РЫЦАРЯ»**. (12+)
США, 2001 г. Приключенческая комедия. В ролях: Хит Леджер, Марк Эдди, Рупус Сьюэлл.
14.40 **«ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН»**. (16+)
17.55 **«ФИЛАТОВ»**. (16+)
20.00 **«2012»**. (16+)
США, 2009 г. Фильм-катастрофа. В ролях: Джон Кьюсак, Аманда Пит, Чиветель Эджиофор. 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.
23.05 **«МУМИЯ»**. (16+)
01.10 **«КАК ОТДЕЛАТЬСЯ ОТ ПАРНЯ ЗА 10 ДНЕЙ»**. (12+)
03.10 **«ПОЛНОЧНОЕ СОЛНЦЕ»**. (16+)
04.35 «Дереза». (0+)
04.45 «Снегурочка». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.00 02.05 03.50 «Раскрытая тайны звёзд». (12+)
06.50 12.40 22.50 01.20 03.00
04.35 «Тайны кино». (12+)
08.00 14.55 **«ТЕНИ ИСЧЕЗАЮТ В ПОЛДЕНЬ»**. (16+)
10.35 20.00 **«СТАРЫЙ ЗНАКОМЫЙ»**. (12+)
СССР, 1969 г. Комедия.
12.10 «Это было смешно». (12+)
13.35 **«НЕ ХОДИТЕ, ДЕВКИ, ЗАМУЖ»**. (12+)
17.35 05.20 «Звёзды советского экрана». (12+)
18.10 23.35 **«ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА»**. (16+)
21.30 **«КАРУСЕЛЬ»**. (12+)

REN	THT	ТВ-3	Че	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 <p>20.00 «ТРОЙНОЙ ФОРСАЖ: ТОКИЙСКИЙ ДРИФТ». (16+)</p>	 <p>20.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)</p>	 <p>11.00 «Гадалка». (16+)</p>	 <p>03.40 «ПАРАНОРМАЛЬНОЕ ЯВЛЕНИЕ-4». (16+)</p>	 <p>19.45 Все на футбол!</p>	 <p>07.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)</p>	
<p>05.00 «Территория заблуждений». (16+)</p> <p>06.00 09.00 «Документальный проект». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)</p> <p>13.00 23.30 «Загадки человечества». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Неизвестная история». (16+)</p> <p>17.00 04.00 «Тайны Чапман»</p> <p>18.00 03.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>20.00 «ТРОЙНОЙ ФОРСАЖ: ТОКИЙСКИЙ ДРИФТ». (16+)</p> <p>22.00 «Обратная сторона планеты». (16+)</p> <p>00.30 «КРИМИНАЛЬНОЕ ЧТИВО». (18+)</p>	<p>07.00 THT. Gold. (16+)</p> <p>09.00 Дом-2. Lite. (16+)</p> <p>10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)</p> <p>11.30 Бородина против Бузовой. (16+)</p> <p>12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)</p> <p>13.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)</p> <p>15.00 «УНИВЕР». (16+)</p> <p>17.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)</p> <p>19.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)</p> <p>20.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)</p> <p>21.00 Студия Союз. (16+)</p> <p>22.00 «ДОМАШНИЙ АРЕСТ». (16+)</p> <p>23.30 Дом-2. Город любви. (16+)</p> <p>00.35 Дом-2. После заката. (16+)</p> <p>01.35 «НЕЦЕЛОВАННАЯ». (16+)</p> <p>03.10 «ВИНОВАТЫ ЗВЕЗДЫ». (12+)</p> <p>05.05 THT-Club. (16+)</p> <p>05.10 Открытый микрофон</p> <p>06.05 THT. Best. (16+)</p>	<p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.20 «Слепая». (16+)</p> <p>11.00 «Гадалка». (16+)</p> <p>12.00 «Не ври мне». (12+)</p> <p>15.00 «Мистические истории. Начало». (16+)</p> <p>16.00 «Гадалка». (16+)</p> <p>17.00 «Очевидцы». (16+)</p> <p>17.30 «Слепая». (16+)</p> <p>18.30 «СЛЕДСТВИЕ ПО ТелУ». (16+)</p> <p>Юная девушка исполняет студенческий ритуал, заключающийся в необходимости поцеловать за минуту как можно больше мужчин.</p> <p>20.30 «КАСЛ». (12+)</p> <p>Когда отношения между Каслом и Беккет становятся напряжёнными, Касл находит себе нового партнёра - детектива Итона Слоутера.</p> <p>23.00 «БАГРОВЫЕ РЕКИ: КРЕСТОВЫЙ ПОХОД ДЕТЕЙ». (16+)</p> <p>01.00 «ПЯТАЯ СТРАЖА. СХВАТКА». (16+)</p> <p>05.45 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>06.00 «Улетное видео». (16+)</p> <p>06.10 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)</p> <p>09.00 «Остановите Витю!» (16+)</p> <p>09.30 «Дорожные войны 2.0». (16+)</p> <p>10.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)</p> <p>11.30 «Дорожные войны 2.0». (16+)</p> <p>12.00 «+100500». (16+)</p> <p>13.30 «Улетное видео». (16+)</p> <p>14.30 «Улетное видео. Лучшее». (16+)</p> <p>16.00 «Улетное видео». (16+)</p> <p>16.30 «Решала». (16+)</p> <p>18.30 «Остановите Витю!» (16+)</p> <p>19.00 «Дорога». (16+)</p> <p>21.00 «Решала». (16+)</p> <p>23.00 «Опасные связи». (18+)</p> <p>00.00 «+100500». (18+)</p> <p>01.00 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)</p> <p>03.40 «ПАРАНОРМАЛЬНОЕ ЯВЛЕНИЕ-4». (16+)</p> <p>05.00 «Улетное видео». (16+)</p>	<p>06.00 «Вся правда про...» (12+)</p> <p>06.30 «Ген победы». (12+)</p> <p>07.00, 08.55, 11.00, 13.05, 14.55, 18.00, 19.35 Новости</p> <p>07.05, 11.05, 13.10, 15.00, 18.05, 00.55 Все на Матч!</p> <p>09.00 Футбол. «Лион» (Франция) - «Ювентус» (Италия).</p> <p>12.00, 14.00 Бобслей и skeleton. Чемпионат мира. Пр.тр.</p> <p>16.00 Футбол. Лига Европы. 1/16 финала. (0+)</p> <p>19.05 Спецрепортаж. (12+)</p> <p>19.45 Все на футбол!</p> <p>20.45 Футбол. «Порту» (Португалия) - «Байер» (Германия). Пр.тр.</p> <p>22.50 Футбол. «Манчестер Юнайтед» (Англия) - «Брюгге» (Бельгия). Пр.тр.</p> <p>01.25 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)</p> <p>03.25 Футбол. Пр.тр.</p> <p>05.25 Обзор Лиги Европы. (12+)</p>	<p>06.30 «Эффект Матроны». (16+)</p> <p>07.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)</p> <p>08.30 «Давай разведёмся!» (16+)</p> <p>09.35 «Тест на отцовство». (16+)</p> <p>11.35 «Реальная мистика». (16+)</p> <p>12.40 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>14.30 «Порча». (16+)</p> <p>15.00 «НЕСЛУЧАЙНЫЕ ВСТРЕЧИ». (16+)</p> <p>19.00 «ЧАСЫ С КУКУШКОЙ». (16+)</p> <p>23.00 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА-2». (16+)</p> <p>01.05 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ». (16+)</p> <p>02.55 «Порча». (16+)</p> <p>03.20 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>04.40 «Реальная мистика». (16+)</p> <p>05.30 «Тест на отцовство»</p> <p>06.20 «6 кадров». (16+)</p>	

ПОМОЩЬ В РАСТОРЖЕНИИ

- Договоров ренты;
- Договоров на оказание юридических услуг.

а также

- Возврат вкладов из МФО, КПК
- Оформление договоров ренты

ГАРАНТИЯ 100%

Более 100 профильных специалистов

8 (495) 298-90-75

Реклама

ДУАЛЬ

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

По горизонтали: Абразив. Друид. Виньетка. Сворец. Мичман. Физалис. Кивок. Сум. Сотка. Амуниция. Посыл. Крысолов. Ношение. Карга.

По вертикали: Практикум. Мировая. Блиц. Альбинос. Истома. Тайна. Веник. Силикон. Коронер. Укрытие. Сайка. Музыка. Киборг. Вол.



Объединение высококвалифицированных практикующих

АДВОКАТОВ И ЮРИСТОВ

ПОМОЖЕМ:

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

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

Реклама

НОВЫЕ ЗУБЫ ЗА 10 ДНЕЙ

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

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

– А как можно помочь этим пациентам?

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

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

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

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

Реклама
Лиц. ПО-77-01-004192
от 20.09.2011 г.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

КИНО И СЕРИАЛЫ

Table with columns for TV 1000, РУССКОЕ КИНО, ДОМ КИНО, and SONY CHANNEL. Lists programs like 'ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ-2', 'ПАРАГРАФ 78: ФИЛЬМ ВТОРОЙ', 'НЕЖДАННО-НЕГАДАННО', 'ЗАКОН И ПОРЯДОК. ПРЕСТУПНЫЙ УМУСЕЛ'.

Table with columns for ИЛЛЮЗИОН+, РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН, КИНОКОМЕДИЯ, and РОДНОЕ КИНО. Lists programs like 'БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ', 'ТАНЦЫ НА СМЕРТЬ', 'МАЧЕХА', 'ПОКА СТОЯТ ГОРЫ'.

Table with columns for СУПЕР, ФЕНИКС+КИНО, CTC LOVE, and TV 21 ВЕК. Lists programs like 'ОСТРОВ', 'САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА', 'ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ УБИЛ ДОН ХИХОТА', 'САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА'.

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

Table with columns for МИР, ПЯТНИЦА, Ю, and РЕТРО. Lists programs like 'ЗАКОН И ПОРЯДОК. ПРЕСТУПНЫЙ УМУСЕЛ', 'ПОЛОВИНКИ', 'Папа попал', 'МНЕ ДВАДЦАТЬ ЛЕТ'.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

Table with columns for 365 ДНЕЙ ТВ, VIASAT HISTORY, and NATIONAL GEOGRAPHIC. Lists programs like 'Историада', 'Невероятные изобретения', 'Научные глупости'.

УВЛЕЧЕНИЯ

Table with columns for УСАДЬБА, ОХОТА И РЫБАЛКА, and ЖИВИ!. Lists programs like 'История одной культуры', 'Сам себе охотник', 'Наперекор мифам с доктором Холли'.

Table with columns for ANIMAL PLANET, Discovery, DISCOVERY CHANNEL, TLC, and TLC. Lists programs like 'Укротитель скунсов', 'Неизвестная экспедиция', 'Мастер макияжа'.

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА... 06.00 Кёрлинг. Чемпионат мира среди юниоров. Мужчины. Финал. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ... 05.00, 08.25, 13.25, 18.00 PRO-новости. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ... 06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)... КАНАЛ DISNEY... 05.00 «Мини-Моплеты». (0+)

УНИКУМ... 08.08, 09.43, 15.10 Мультфильмы. (0+)... О!... 05.00 «В мире малышей». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС... 05.00, 00.45 День Патриарха. (0+)... 09.30, 14.30 Монастырская кухня. (0+)

Православный календарь

27 февраля Седмица сырная (Масленица) – сплошная. Глас 3. Равноап. Кирилла, учителя Словенского.



Прп. Авксентия. Прп. Марона, пустытника Сирийского. Свт. Авраамия, еп. Каррийского. Прп. Шпо Мгвимского.

Поста нет, из трапезы исключается мясо. Никогда не делай ничего постыдного, хотя оно нравится многим, и не оставляй доброго дела, хотя оно и ненавистно порочным.

Large crossword puzzle grid with various words and clues. Includes a central advertisement for 'Slavianka' tours in Russia.

РЕН	ТНТ	ТВ-3	Че	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 23.00 «ДЖОНА ХЕКС». (16+)	 20.00 НАМ НАДО СЕРЬЕЗНО ПОВОРОТИТЬ. (16+)	 19.30 «ДЖОН УИК». (16+)	 16.55 «СМЕРТЕЛЬНАЯ БИТВА». (16+)	 07.05 Все на Матч!	 06.30 «6 кадров». (16+)	
05.00 «Территория заблуждений». (16+) 06.00 09.00 15.00 «Документальный проект». (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 «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 с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 17.00 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 21.00 Документальный спецпроект. (16+) 23.00 00.40 «ДЖОНА ХЕКС». (16+) «ТАЙНЫ БЕРМУДСКОГО ТРЕУГОЛЬНИКА». (16+)	07.00 ТНТ. Gold. (16+) 09.00 Дом-2. Lite. (16+) 10.15 Дом-2. Остров любви 11.30 Бородина против Бузовой. (16+) 12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+) 13.25 Большой завтрак. (16+) 14.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+) 15.00 «УНИВЕР». (16+) 17.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 18.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+) 20.00 Нам надо серьезно поговорить. (16+) 21.00 Комеди Клуб. (16+) 22.00 Comedy Баттл. (16+) 23.00 Дом-2. Город любви 00.05 Дом-2. После заката 01.05 «Такое кино!» (16+) 01.30 «ОБЩАК». (18+) 03.10 «ОТЕЛЬ «МЭРИГОЛД»: ЛУЧШИЙ ИЗ ЭКЗОТИЧЕСКИХ». (12+) 05.00 Открытый микрофон. (16+) 06.15 ТНТ. Best. (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+) 09.20 «Слепая». (16+) 11.00 «Гадалка». (16+) 11.30 «Новый день». (12+) 12.00 «Не ври мне». (12+) 15.00 «Мистические истории. Начало». (16+) 16.00 «Гадалка». (16+) 17.00 «Очевидцы». (16+) 17.30 «Слепая». (16+) 19.30 «ДЖОН УИК». (16+) США, Китай, 2014 г. Боевик. В ролях: Киану Ривз, Микаэл Нюквист, Алфи Аллен, Уиллем Дефо. После смерти жены, у Джона из самого ценного остается только старый 69-года «Мустанг» и маленькое преданное существо - щенок по имени Дейзи, подарок покойной супруги. 21.45 «РЕПРОДУКЦИЯ». (16+) 23.45 «УЛИЧНЫЙ БОЕЦ. ЛЕГЕНДА О ЧАН ЛИ». (16+) 01.45 «Психосоматика». (16+)	06.00 «Улетное видео». (16+) 06.10 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+) 09.00 «Остановите Витю!» (16+) 09.30 «Дорожные войны 2.0». (16+) 10.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+) 11.30 «Дорожные войны 2.0». (16+) 12.00 «Улетное видео. Лучшее». (16+) 14.15 «ВЕРТИКАЛЬНЫЙ ПРЕДЕЛ». (12+) 16.55 «СМЕРТЕЛЬНАЯ БИТВА». (16+) 18.50 «СМЕРТЕЛЬНАЯ БИТВА-2. УНИЧОЖЕНИЕ». (16+) 20.30 «ПАТРИОТ». (16+) США, 2000 г. 00.00 «+100500». (18+) 01.00 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+) 03.40 «ПАРАНОРМАЛЬНОЕ ЯВЛЕНИЕ. МЕТКА ДЬЯВОЛА». (16+) 04.45 «Улетное видео». (16+)	06.00 «Вся правда про...» (12+) 06.30 «Ген победы». (12+) 07.00, 08.25, 10.30, 12.35, 15.55, 17.50, 19.50, 21.55 Новости 07.05, 16.00, 17.55, 22.00, 00.40 Все на Матч! 08.30 Баскетбол. вролига. Мужчины. (0+) 10.35, 12.40 Футбол. Лига Европы. (0+) 14.40 Все на футбол! 15.00 Футбол. Лига Европы. ЖеребьевкаПр.тр. 15.25, 17.00, 04.05 Бобслей и скелетон. Чемпионат мира. Пр.тр. 18.20 «Новая школа. Молодые тренеры России». (12+) 18.50 Все на футбол! Афиша. (12+) 19.55 Баскетбол. Евролига. Мужчины. Пр.тр. 22.20 «Точная ставка». (16+) 22.40 Футбол. Чемпионат Франции. Пр.тр. 01.10 Конькобежн. спорт. (0+) 02.05 Футбол. «Фортуна» - «Герта». Чемпионат Германии. (0+)	06.30 «6 кадров». (16+) 06.35 04.15 «Эффект Матроны». (16+) 07.35 «По делам несовершеннолетних». (16+) 08.35 «Давай разведёмся!» (16+) 09.40 «Тест на отцовство». (16+) 11.40 «Реальная мистика». (16+) 12.45 «Понять. Простить». (16+) 14.35 «Порча». (16+) 15.05 «ЧАСЫ С КУКУШКОЙ». (16+) 19.00 «СЛЕПОЙ ПОВОРОТ». (16+) 23.20 «Про здоровье». (16+) 23.35 «СПЕШИТЕ ЛЮБИТЬ». (16+) 01.30 «Порча». (16+) 02.00 «Понять. Простить». (16+) 03.25 «Реальная мистика». (16+) 05.50 «Домашняя кухня». (16+) 06.15 «6 кадров». (16+)	



Февраль 2020
МОЯ УРОЖАЙНАЯ ДАЧА
Дачный спец с/в № 1

С этим номером **СЕМЕНА В ПОДАРОК**

почему не бывает яблок стр. 12

образцовая рассада стр. 18

стр. 16

вкусные сорта малины

семя по-новому стр. 22

лучшие сорта лука стр. 34

С 1-м НОМЕРОМ ПАКЕТИК* СЕМЯН В ПОДАРОК!

В ПРОДАЖЕ С 15 ФЕВРАЛЯ!

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

* Пакетик семян упакован с журналом в полиэтилен. Семена в ассортименте. 12+ РЕКЛАМА

КИНО И СЕРИАЛЫ

Table with columns: TV1000, РУССКОЕ КИНО, ДОМ КИНО, SONY CHANNEL. Lists programs like 'К-9: СОБАЧЬЯ РАБОТА', 'ЛАСКОВЫЙ МАЙ', 'МАЧЕХА', 'СВАТЫ'.

Table with columns: ИЛЛЮЗИОН+, РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН, КИНОКОМЕДИЯ, РОДНОЕ КИНО. Lists programs like 'ДЕТИ СЕКСУ НЕ ПОМЕХА', 'ЦЕЛЬ ВИЖУ', 'СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА'.

Table with columns: СУПЕР, СУПЕР, ФЕНИКС+КИНО, CTC LOVE, TV 21 ВЕК. Lists programs like 'ОСТРОВ', 'РОДИТЕЛИ', 'САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА'.

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

Table with columns: МИР, ПЯТНИЦА, Ю, РЕТРО. Lists programs like 'ЗАКОН И ПОРЯДОК. ПРЕСТУПНЫЙ УМЫСЕЛ', 'ПОЛОВИНКИ', 'Папа попал'.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

Table with columns: 365 ДНЕЙ ТВ, VIASAT HISTORY, NATIONAL GEOGRAPHIC. Lists programs like 'Тайное становится явным', 'Титаник', 'Испытание пустыни'.

УВЛЕЧЕНИЯ

Table with columns: УСАДЬБА, ОХОТА И РЫБАЛКА, ЖИВИ!, ANIMAL PLANET. Lists programs like 'ЗаСада', 'Наперекор мифам', 'Укротитель сунсов'.

Table with columns: ANIMAL PLANET, Discovery, DISCOVERY CHANNEL, TLC. Lists programs like 'Неизвестная экспедиция', 'Джош Гейтс путешествует по всему миру'.

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

REN	TNT	ТВ-3	Че	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
19.20 «ГНЕВ ТИТАНОВ». (16+)	16.30 «ДУБЛЁР». (16+)	17.15 «ХИТМЭН: АГЕНТ 47». (16+)	14.30 «ПАТРИОТ». (16+)	09.00 Все на футбол! Афиша. (12+)	19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)	
05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	07.00 TNT Music. (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.00 «Улетное видео. Лучшее». (16+)	06.00 Футбол. Чемпионат Испании. (0+)	06.30 «Эффект Матроны». (16+)	
07.40 «Садко». (6+)	07.30 TNT. Gold. (16+)	11.15 «БАГРОВЫЕ РЕКИ: КРЕСТОВЫЙ ПОХОД ДЕТЕЙ». (16+)	06.30 «Особенности национальной работы». (16+)	08.00, 14.20, 18.05, 21.35 Все на Матч!	07.15 «НАХАЛКА». (16+)	
09.15 «Минтранс». (16+)	11.00 «Народный ремонт». (16+)	13.15 «12 РАУНДОВ: БЛОКИРОВКА». (16+)	12.00 «ВЕРТИКАЛЬНЫЙ ПРЕДЕЛ». (12+)	08.30 Спецрепортаж. (12+)	11.15 «АРТИСТ». (16+)	
10.15 «Самая полезная программа». (16+)	12.00 «Где логика?» (16+)	15.00 «РЕПРОДУКЦИЯ». (16+)	14.30 «ПАТРИОТ». (16+)	09.00 Спецрепортаж. (12+)	Украина, 2019 г. Криминальная мелодрама. В ролях: Михаил Гаврилов, Евгения Лоза, Александр Пожарский. Максим Нестеренко - актёр, который в сериалах играет полицейских. Он вечно на вторых ролях, берётся за любой проект, лишь бы заработать какие-то деньги.	
11.15 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)	13.00 Студия Союз. (16+)	17.15 «ХИТМЭН: АГЕНТ 47». (16+)	США, 2000 г. Военная драма. В ролях: Мэл Гибсон, Хит Леджер, Джоэли Ричардсон, Джейсон Айзекс, Крис Купер.	10.00, 12.00, 14.55, 18.00, 21.25 Новости	19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)	
15.20 Засекреченные списки. (16+)	14.00 Импровизация. (16+)	19.00 «Последний герой. Зрители против звёзд». (16+)	Южная Каролина, 1776 год. Великобритания ведёт войну против Америки, борющейся за свою независимость. Бенджамин Мартин, имеющий богатый боевой опыт, отказывается воевать в составе Добровольческой милиции...	10.10 Смешанные единоборства. One FC. (16+)	Хюррем отправляет Изабелле ядовитый подарок, принцессу спасает почтовый голубь, принёсший вести от родных. Сулейман запрещает Хюррем общаться с Изабеллой.	
17.20 «БИТВА ТИТАНОВ». (16+)	15.00 Комеди Клуб. (16+)	20.15 «ДЖОН УИК-2». (16+)	18.00 «Улетное видео. Лучшее». (16+)	12.05, 15.00 Биатлон. Чемпионат Европы. Пр.тр.	00.00 «ЛЮБОВЬ ПОД НАДЗОРОМ». (16+)	
19.20 «ГНЕВ ТИТАНОВ». (16+)	16.30 «ДУБЛЁР». (16+)	22.45 «22 ПУЛИ: БЕССМЕРТНЫЙ». (16+)	19.00 «Улетное видео». (16+)	17.00 Бобслей и скелетон. Чемпионат мира. Пр.тр.	01.50 «АРТИСТ». (16+)	
США - Испания, 2012 г. Приключенческий фильм. В ролях: Сэм Уоррингтон, Лиам Нисон, Рэйф Файнс. Боги Олимпа теряют свою силу: им не хватает целовеческой веры и любви.	18.15 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)	01.00 «КРИП». (16+)	23.00 «+100500». (18+)	18.55 Футбол. «Ахмат» (Грозный) - «Ростов». Пр.тр.	04.55 «Эффект Матроны». (16+)	
21.15 «ЗВЕЗДНЫЙ ДЕСАНТ». (16+)	20.00 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2». (16+)	02.30 «Охотники за привидениями. Битва за Москву». (16+)	01.00 «Особенности национальной работы». (16+)	20.55 «Жизнь после спорта». (12+)		
23.40 «ЗВЕЗДНЫЙ ДЕСАНТ-2: ГЕРОЙ ФЕДЕРАЦИИ». (16+)	21.50 «Женский Стендап. Дайджесты». (16+)	05.30 «Охотники за привидениями». (16+)	05.40 «Улетное видео». (16+)	22.40 Футбол. Чемпионат Италии. Пр.тр.		
01.20 «ЗВЕЗДНЫЙ ДЕСАНТ-3: МАРОДЁР». (18+)	22.00 «Женский Стендап». (16+)			00.40 Конькобежный спорт. (0+)		
03.00 «Тайны Чапман». (16+)	23.05 Дом-2. Город любви			02.15 Бобслей и скелетон. Чемпионат мира. (0+)		
	00.05 Дом-2. После заката			03.00 Прыжки в воду. (0+)		
	01.05 TNT Music. (16+)			04.00 Футбол. Чемпионат Германии. (0+)		
	01.30 «ПОСЛЕДНИЙ КОРОЛЬ ШОТЛАНДИИ». (16+)					
	03.25 «ДЕВЯТЬ МЕСЯЦЕВ». (12+)					
	04.55 «Открытый микрофон». (16+)					
	06.35 TNT. Best. (16+)					

ПРАВОСЛАВНЫЕ!

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

Храм Преподобного Серафима Саровского
в поселке Уваровка Можайского района Московской
области молитвенно просит посильной помощи
в восстановлении храма.

Средства необходимы для отделки цокольного этажа,
обустройства территории и воскресной школы.

Спаси Вас, Господи!

Реквизиты храма для перевода денег через банк:
Местная религиозная организация Православный приход Серафимовского храма пос. Уваровка Можайского района Московской области Московской Епархии Русской Православной Церкви

Номер счета в (российских рублях) в ПАО Сбербанк:
40703810240000001454
ИНН 5028023906 / КПП 502801001

Реквизиты банка:
Банк: ПАО Сбербанк
БИК: 044525225
Кор/счет: 30101810400000000225
ИНН банка: 7707083893 / КПП банка: 775002002
ОГРН банка: 1027700132195
Расч/счет банка: 30301810340006004000
Почтовый адрес: 109544, г. Москва, ул. Большая Андроньевская, д.8.
Тел: (49638)27167

Тел. для справок: 8 (903) 771-01-12, Надежда Никитична

Нам 15 лет

СТОМАТОЛОГИЯ

«ДЕНТО-ЛЮКС»

www.dento-lux.ru

ВСЕ СПЕКТР УСЛУГ

Лечение зубов под микроскопом
Лазерная стоматология
Лечение ультразвуковым аппаратом Вектор
Пер. уд. №ФСЗ 2010/06682 от 14.08.2018 г.

ЦЕНЫ ДЛЯ ПРЕДЪЯВИТЕЛЯ КУПОНА:

- Консультация, диагностика, составление комплексного плана лечения**бесплатно**
- Пломба (светотверждаемая, пр-ва США)**от 500 р.**
- Металлокерамическая коронка (ед.)**3300 2 900 р.**
- Съёмный протез (отеч.)**8-500 7 500 р.**
- Безметалловая коронка, **ВИНИР****16-000 7 200 р.**
- Установка импланта**24-000 18 000 р.**
- Панорамный рентген**470 400 р.**
- Компьютерная томография зубов 3D**2500 1500 р.**
- Отбеливание Zoom 4 (ZOOM - White Speed)**21-000 17 850 р.**

*Акция действительна до 15.03.20. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения по телефону у администраторов клиник.

ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ
СКИДКА*

30%
на лечение

11%
на протезирование

10%
на имплантацию

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ!
Скидки действуют при оплате наличными!

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

м. «Медведково», ул. Тихомирова, д. 1, (495) 656-956-1, 656-96-85
м. «Медведково», Студёный пр., 14, (495) 656-94-42, 656-94-27
м. «ВДНХ», Ярославское ш., д. 6, корп. 1, (495) 656-13-13, (499) 183-19-19
ООО «Денто-Люкс» Лиц. № ЛО-77-01-017255; № ЛО-77-01-005014. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

REN	TNT	ТВ-3	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>20.20 «ФОРСАЖ-8». (16+)</p> <p>05.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>08.10 «ЗВЕЗДНЫЙ ДЕСАНТ». (16+)</p> <p>10.30 «ФОРСАЖ-4». (16+)</p> <p>12.30 «ФОРСАЖ-5». (16+)</p> <p>15.00 «ФОРСАЖ-6». (16+)</p> <p>17.40 «ФОРСАЖ-7». (16+)</p> <p>20.20 «ФОРСАЖ-8». (16+)</p> <p>США - Китай - Япония, 2017 г. Боевик. В ролях: Вин Дизель, Дуэйн Джонсон, Джейсон Стэйтем, Мишель Родригес, Тайриз Гибсон. Наконец, известная команда отчаянных героев-гонимых смогла начать спокойную жизнь. Но однажды таинственная женщина заставляет Доминика вернуться к прошлой жизни...</p> <p>23.00 Добров в эфире. (16+)</p> <p>00.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</p> <p>03.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>04.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)</p>	<p>20.30 «ХОЛОСТЯК». (16+)</p> <p>07.00 TNT. Gold. (16+)</p> <p>09.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>11.00 Перегрузка. (16+)</p> <p>12.00 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2». (16+)</p> <p>13.40 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>20.30 «Холостяк». (16+)</p> <p>Премьера! Главным героем нового сезона «Холостяка» стал потомственный медик, правнук одного из основателей советской стоматологии, Антон Криворотов.</p> <p>22.30 «Stand Up. Дайджест». (16+)</p> <p>23.00 Дом-2. Город любви. (16+)</p> <p>00.05 Дом-2. После заката. (16+)</p> <p>01.05 «Такое кино!» (16+)</p> <p>01.35 TNT Music. (16+)</p> <p>01.55 «ПОРОЧНЫЕ ИГРЫ». (18+)</p> <p>03.25 «ОТЛИЧНИЦА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)</p> <p>04.55 «Открытый микрофон». (16+)</p> <p>06.35 TNT. Best. (16+)</p>	<p>16.30 «ДЖОН УИК-2». (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>11.30 «ПОМНИТЬ ВСЕ». (16+)</p> <p>14.15 «ДЖОН УИК». (16+)</p> <p>16.30 «ДЖОН УИК-2». (16+)</p> <p>США, Гонконг, 2017 г. Боевик. В ролях: Киану Ривз, Риккардо Скамарчо, Иэн МакШейн, Руби Роуз. Возвратив себе «Мустанг» и заключив с Тарасовым мир, Джон решает отойти от дел. Но не тут -то было...</p> <p>19.00 «ФИНАЛЬНЫЙ СЧЁТ». (16+)</p> <p>21.15 «ХИТМЭН: АГЕНТ 47». (16+)</p> <p>23.00 «Последний герой. Зрители против звезд». (16+)</p> <p>00.15 «12 РАУНДОВ: БЛОКИРОВКА». (16+)</p> <p>02.00 «КРИП». (16+)</p> <p>03.15 «Охотники за привидениями. Битва за Москву». (16+)</p> <p>05.30 «Охотники за привидениями». (16+)</p>	<p>23.00 «+100500». (18+)</p> <p>06.00 «Улетное видео. Лучшее». (16+)</p> <p>06.20 «Особенности национальной работы». (16+)</p> <p>Тревел-шоу, ведущие которого отправляются за границу на поиски самых экзотических и опасных профессий. Они должны не только найти работу, но и опробовать её на себе.</p> <p>08.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)</p> <p>19.00 «Улетное видео». (16+)</p> <p>Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя. Это лучший антидепрессант и панацея от плохого настроения.</p> <p>23.00 «+100500». (18+)</p> <p>00.50 «Особенности национальной работы». (16+)</p> <p>02.40 «ПАРАНОРМАЛЬНОЕ ЯВЛЕНИЕ-5: ПРИЗРАКИ». (18+)</p> <p>04.00 «Улетное видео». (16+)</p>	<p>21.25 «После футбола»</p> <p>06.00 Футбол. «Валенсия» - «Бетис». (0+)</p> <p>08.00, 13.35, 00.40 Все на Матч!</p> <p>08.30, 10.20, 11.55, 14.05 Биатлон. Чемпионат Европы. (0+)</p> <p>10.10, 11.50, 15.45, 18.25, 22.35 Новости</p> <p>15.10 Биатлон с Дмитрием Губерниевым</p> <p>15.50 Хоккей. КХЛ. 1/4 финала конференции «Восток». Пр.тр.</p> <p>18.30 Английский акцент</p> <p>19.25 Футбол. «Астон Вилла» - «Манчестер Сити». Кубок Английской лиги. Финал. Пр.тр.</p> <p>21.25 «После футбола» с Черданцевым</p> <p>22.40 Футбол. «Ювентус» - «Интер». Чемпионат Италии. Пр.тр.</p> <p>01.25 Конькобежный спорт. (0+)</p> <p>02.20 Бобслей и скелетон. Чемпионат мира. (0+)</p> <p>04.00 Футбол. (0+)</p>	<p>06.05 «Домашняя кухня». (16+)</p> <p>06.30 «6 кадров». (16+)</p> <p>06.55 «ПРОВОДНИЦА». (16+)</p> <p>07.55 «Пять ужинов». (16+)</p> <p>08.10 «СПЕШИТЕ ЛЮБИТЬ». (16+)</p> <p>Россия, 2014 г. Мелодрама. В ролях: Светлана Иванова, Павел Трубинер. Лётчик Антон разводится с женой-стюардессой, забирает дочь и переезжает в коммуналку. Его соседка Ася в штучки принимает Антона...</p> <p>10.05 «СЛЕПОЙ ПОВОРОТ». (16+)</p> <p>14.10 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)</p> <p>Хатидже вскрывает вены. Ибрагим принуждает Хюррем прочесть дневник Луки султана...</p> <p>00.10 «Про здоровье». (16+)</p> <p>00.25 «ФАБРИКА СЧАСТЬЯ». (16+)</p> <p>02.15 «АРТИСТ». (16+)</p> <p>05.15 «Эффект Матроны». (16+)</p> <p>06.05 «Домашняя кухня». (16+)</p>	

НАШ ДЕТЕКТИВ-ЗАГАДКА

И снова обиженный учёный

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.

Я уверяю вас, мои разработки мог украсть только Михаил Добрынин, лишь он имел доступ к моему компьютеру и лаборатории, где хранились макеты и образцы, знал все пароли, – твердо заявил мужчина вида встрепанного и нервного.

– Давайте по порядку, – прервал его Илья Сергеевич, – Валентин Эдуардович, вы работали над... ?

– Устройством для точного определения месторождения природных минералов в скальной породе.

Алмазы добывать планировали? – улыбнулся следователь.



– Я ученый, а не горняк, – вздернул подбородок мужчина, – моя задача – облегчить труд тем, кто занимается горными разработками.

И ваши проекты были застрахованы на кругленькую сумму, так ведь?

– Конечно! – ничуть не колеблясь, ответил ученый. – Я довольно известная личность

в научных кругах, меня переманивают крупные компании, за моими разработками гоняются конкуренты. Конечно, все мои проекты, даже неоконченные, застрахованы.

То есть, если эти вот ваши «алмазные» разработки не найдутся, вы получите кругленькую сумму?

– На что вы намекаете? – взвился ученый, – я чест-

ный человек. Да к тому же страховку я получу только в том случае, если будет доказан факт кражи.

– И вы уверены, что украл разработки ваш помощник Михаил Добрынин. Почему?

– Я вчера был в библиотеке, делал кое-какие выписки. Привык, знаете ли, работать по старинке. Погрузился в работу, ушел с головой в свои записи, как появился Добрынин. Он просил денег, грозил мне разоблачением – у него есть на меня некоторый компромат, – замялся ученый.

– Какой же? – любопытно спросил Илья Сергеевич.

Я видите ли, игрок. Знаю-знаю, – замахал руками мужчина в ответ на поднятую бровь следователя, – порок постыдный, гордиться нечем. Но это не имеет никакого отношения к делу. Я отказал Добрынину,

тот кричал, возмущался, угрожал, но так ничего и не добился от меня, вот тогда-то, я уверен, он пришел в лабораторию и поживился разработками. Не удивлюсь, если вскоре они всплывут у конкурентов.

Кто-то может подтвердить факт вашего пребывания вчера в библиотеке?

– Не знаю, это ваша задача выяснить. Вообще, конечно, я личность довольно известная.

– Согласен, – кивнул Илья Сергеевич, – тем более странно, что вас вчера никто не заметил – в библиотеке я, видите ли, был утром.



Почему Илья Сергеевич так решил?

Ответ читайте в след. номере «Телека».

Ответ на загадку в № 7: племянница пострадавшего мужчины четко назвала вещество, на которое у ее дядюшки была аллергия: капсаицин. Не сказала, как обычно говорят в таких случаях – аллергия на острый перец. Значит, она хорошо разбирается в вопросе. Наверняка отлично знала, что капсаицин добавляют в краску, которой покрывают подводную часть судна. Это делается для борьбы с моллюсками на днищах плавсредств. К тому же странно, что, находясь рядом с дядюшкой, ни один из племянников не поддержал его в момент падения. О чем красноречиво свидетельствует гематома на затылке мужчины.

БЕСТСЕЛЛЕР СЕЗОНА – РЮКЗАК «BLACK TOP»

ПО СПЕЦИАЛЬНОЙ ЦЕНЕ И ПОДАРОК ДЛЯ ВАС!

Реклама

Прекрасная альтернатива дамским сумкам, этот рюкзак – настоящий тренд последнего года и бестселлер, который мгновенно раскупается. И это неудивительно: натуральная кожа, оптимальный размер, исключительная вместимость – вот секрет успеха. У рюкзака одно внутреннее отделение и несколько внешних карманов на молнии. Надежно закрывается на молнию. Благодаря застегивающимся лямкам можно носить на одном плече.

Если вы поклонница элегантного стиля, но при этом не прочь поэкспериментировать, то этот рюкзак создан для ВАС! Гарантируем: уже через пару дней вы не будете понимать, как жили без рюкзака «Black Top» раньше.

Звоните, заказывайте ваш рюкзак, и вы **ПОЛУЧИТЕ ПОДАРОК: ЭЛЕГАНТНЫЙ ПАЛАНТИН.**

Такого предложения вы еще не получали, поэтому **ЗВОНИТЕ И ДЕЛАЙТЕ ЗАКАЗ ПРЯМО СЕЙЧАС!**

ВСЕГО
990 р.

ВМЕСТО
~~3500 р.~~

ПРЕДЛОЖЕНИЕ ОГРАНИЧЕНО

+ ПОДАРОК

Рюкзак «Black Top»

Материал: натуральная кожа,
ПВХ. Размер: 24x30x12 см.
КНР.



**ЗАКАЖИТЕ рюкзак «Black Top»
в течение 48 часов
и ПОЛУЧИТЕ ПОДАРОК!**

**ВАШ
ПОДАРОК**

Палантин «Элеганс»

Материал: 50% вискоза, 50% акрил.
Размер: 182x70 см. КНР.



МОЙ МИР
moymir.ru

Звонок по России и с городского,
и с мобильного **БЕСПЛАТНЫЙ!**

8-800-250-21-76

код заказа:
PM-20-225-РЮК

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, 105523, город Москва, Щелковское шоссе, дом 100, корпус 1, офис 3090. 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 20.03.2020 г. при условии наличия товара на складе. Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода PM-20-225-РЮК. Реклама. Подробности об организаторе, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения по телефону 8 800 250 21 76.