

№42  
(507)

ТВ-программа с 25 по 31 октября 2021 года

# ТЕЛЕК

PRESSA.RU

**52**  
КАНАЛА  
ТВ

**ПРОСТУДА:  
ПОЛЕЗНЫЕ  
СОВЕТЫ, ЧТОБЫ  
НЕ ЗАБОЛЕТЬ**

стр. 10

**ПРИГОТОВИМ  
НА ОБЕД  
ВКУСНЕЙШИЙ  
ОМЛЕТ**

стр. 9

**ОСЕННИЙ УХОД  
ЗА ДАЧНЫМ  
ГАЗОНОМ**

стр. 12

**КАК УВЕЛИЧИТЬ  
РАСХОД  
КАЛОРИЙ  
И ПОХУДЕТЬ**

стр. 11

**КОГДА  
МОЖНО  
ДРУЖИТЬ  
С БЫВШИМ?**

стр. 4

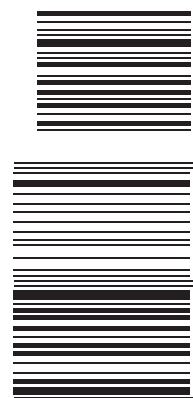
**ВАЛЕРИЯ  
ШКИРАНДО**

**ПУТЬ К МЕЧТЕ НЕ ТАК УЖ ДОЛОГ**

стр. 7

Фото из личного архива  
Валерии Шкирандо.  
Фотограф: Мария Шпеер.

ISSN 2226-6380



12+

9 772226 638770 21042

# ВПЕРЁД, В «СЧАСТЛИВОЕ НАСТОЯЩЕЕ»!

## Кто ещё способен так заботиться о позвоночнике?

«Будьте собой. Все остальные места уже заняты», – писал Оскар Уайльд. Да и не очень-то хотелось быть кем-то, кроме себя самого! Но что делать, если своё собственное «законное» место в жизни не позволяет занять боль? Острая мучительная боль в спине!

### Тиран, который не даёт жить

Чаще всего боль в спине – сигнал о неполадках с позвоночником. Сначала она еле заметная, но однажды может заявить о себе резким приступом. Так ведёт себя остеохондроз, связанный с воспалением и разрушением межпозвоночных дисков. Этот «спутник жизни» – настоящий тиран!

Он непредсказуемый – обострение может наступить внезапно и сорвать все планы. Вспыльчивый – связан с воспалением, которое усиливает разрушение и боль. Агрессивный – захватывает новые ткани, прогрессирует. Да ещё и грубо выражается – целым букетом неприятных симптомов: болью, спазмом, отёчностью в повреждённой области, дискомфортом и скованностью в спине и даже всём теле.

**Остеохондроз буквально не даёт жить здесь и сейчас!** Он способен не пустить в отпуск, на семейное торжество, на встречу с друзьями, растоптать мечты! Порой даже доводит до депрессии...

Совсем порвать с мучителем нельзя – это заболевание хроническое. Но, к счастью, усмирить, успокоить, приструнить, то есть привести в состояние ремиссии – возможно. Для этого необходимо прибегнуть к серьёзным лечебным мерам.

### Забота должна быть комплексной

В профессиональный комплекс лечения остеохондроза, утверждённый Минздравом РФ, входит импульсное магнитное поле – клинически проверенный и научно обоснованный физиотерапевтический фактор.

В наше время развитие инженерной мысли привело к созданию портативных аналогов стационарной лечебной техники – медицин-



ских аппаратов для лечения позвоночника – компактных, мобильных, технологичных и очень удобных. Именно поэтому их рекомендуется использовать не только в клинических, но и в домашних условиях – важный шаг навстречу пациенту!

**Аппарат АЛМАГ+ – пожалуй, самый современный и досконально проработанный специалистами образец магнитотерапевтической техники, обладающий массой достоинств и широкими лечебными возможностями: противовоспалительными, обезболивающими, кровоускоряющими.**

В основе действия аппарата – энергия импульсного магнитного поля, выраженная в трёх лечебных режимах. Методику сочетания двух режимов рекомендуется использовать уже в первый день возникновения острой боли!

Аппарат, в первую очередь, направлен на борьбу с обострениями при хронических заболеваниях – в том числе остеохондрозе. В комплексе с медикаментозными средствами он позволяет усилить их действие.

### АЛМАГ+ даёт возможность постоянно заботиться о позвоночнике:

- ✓ активизировать кровяной и обменные процессы;
- ✓ устранить воспаление, отёк, спазм и острую боль;
- ✓ уменьшить медикаментозную нагрузку на организм;
- ✓ замедлить развитие остеохондроза;
- ✓ повысить свободу движения и качество жизни.

При использовании вместе с наружными препаратами АЛМАГ+ способен усилить лечебное действие (**процедура магнитофореза**).

Усовершенствованная конструкция дарит дополнительное удобство и возможность менять положение индукторов при наложении, воздействуя как на всю длину позвоночника, так и направляя магнитный поток в самый эпицентр воспаления.

Аппаратом нужно лечиться курсами, несколько раз в год, чтобы поддерживать свой позвоночник и не страдать от боли. А ещё – чтобы следовать своим желаниям, жить активно, полноценно и ярко – здесь и сейчас!

**АЛМАГ+.  
Быть собой.  
Жить настоящим.**

РЭН 2017/6194



**Спешите купить АЛМАГ+! До 31 октября 2021 г. АЛМАГ+ со скидкой 1 000 руб.\***  
в аптеках, магазинах медтехники и интернет-магазинах Москвы и области

**ЗДОРОВ.ру**<sup>1</sup>  
8 (495) 363-35-00

**АПТЕКИ ГОРЗДРАВ**<sup>2</sup>  
8 (499) 653-62-77

**АПТЕКА**<sup>3</sup>  
8 (495) 419-19-19

**MED-МАГАЗИН.RU**<sup>4</sup>  
8 (800) 700-52-00

• Самсон-Фарма:<sup>9</sup> 8 (495) 587-77-77  
• Планета Здоровья:<sup>10</sup> 8 (495) 369-33-00  
• Диалог:<sup>11</sup> 8 (495) 363-22-62  
• Сбереаптека:<sup>12</sup> 8 (495) 730-53-00

• Грамикс:<sup>13</sup> 8 (495) 505-63-83  
• Плеер.ру:<sup>14</sup> 8 (495) 775-04-75  
• МЕДтехника №7:<sup>15</sup> 8 (499) 550-10-16

**Сеть аптек**<sup>5</sup>  
8 (800) 555-11-15

**неофарм**<sup>6</sup>  
8 (495) 585-55-15

**ОРТЕКА**<sup>7</sup>  
8 (800) 33-33-112

**medi**<sup>8</sup>  
8 (800) 511-77-39

\*Сроки акции с 01.10.2021 по 31.10.2021. Об организаторе акции, правилах ее проведения, размере скидок, сроках, месте и порядке их получения можно узнать по телефону 8-800-350-05-13

<sup>1</sup> ООО «ЗДОРОВ.РУ» г. Москва, Леснорядский пер., д. 18, стр. 1, пом. VI, оф. 4, ОГРН: 5147746345797. <sup>2</sup> ООО «ГОРЗДРАВ» ОГРН: 190013, г. Санкт-Петербург, ул. Рузовская, д. 8, лит. Б, офис 110. <sup>3</sup> ООО «Аптека-риэлти» ОГРН: 1067758346985, 117105, г. Москва, Нагорный пр-д, д. 12, корп. 1. <sup>4</sup> ООО «МЕД-МАГАЗИН.РУ», Московская обл., г. Химки, ул. Энгельса, 20 этаж, пом. 1/9. ОГРН 1175029014710. <sup>5</sup> ООО СЕТЬ СОЦИАЛЬНЫХ АПТЕК «СТОЛИЧКИ», г. Москва, ул. Гарибальди, д. 26, корп. 5, этаж 1, пом. I, ОГРН: 1167746476754. <sup>6</sup> ООО «НЕО-ФАРМ», г. Москва, ул. Обручева, д. 55А, ОГРН: 1037732007620. <sup>7</sup> ООО «ОРТЕКА», г. Москва, ул. Ухтомская, 17 ОГРН: 5087746138310. <sup>8</sup> ООО «Меди РУС», ОГРН: 1057749667975, 117342, г. Москва, ул. Бултерова, д. 17, Бизнес-центр «НЕО ГЕО». <sup>9</sup> ООО «САМСОН-ФАРМА» ОГРН: 1027700562141, 125565, г. Москва, Ленинградское шоссе, д. 80, стр. 1. <sup>10</sup> ООО «ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ» ОГРН: 1107746057517, 109451, г. Москва, ул. Братиславская, д. 16, корп. 1. <sup>11</sup> ООО «ДИАЛОГ», г. Москва, Шоссе Энтузиастов, д. 34, эт. 1, пом. I, к. 37, оф. 45, ОГРН 1187746096812. <sup>12</sup> ООО «Аптека», г. Москва, Фрунзенская наб., д. 42, цокольный этаж, помещение I, ком. 2; ОГРН 1147746631988. <sup>13</sup> ООО «ГРАМИКС» ОГРН: 1197746086449, 119021, г. Москва, Оболенский пер., д. 9, корп. 2, эт. 1, пом. V, ком. 7, офис 15. <sup>14</sup> ООО «ЭЛЕКТРОН», ИНН: 7720454931. ОГРН: 1197746152328, 111024, г. Москва, ул. Авиамоторная, д. 50, стр. 2, эт. 2, пом. XI, ком. 25, офис А32. <sup>15</sup> ООО «Медтехника М1» ОГРН: 1157746290305, 127018, г. Москва, ул. Складочная, д. 1, стр. 18, подъезд 12, эт. 1, офис 101.

Также заказать аппарат (в т.ч. наложенным платежом) вы можете по адресу: 391351, Рязанская обл., Касимовский р-он, р.п. Елатьма, ул. Янина, 25, АО «Елатомский приборный завод». Бесплатный телефон завода: 8 (800) 350-02-13. ОГРН 1026200861620  
Лицензия № ФС-99-04-005474 от 08.06.2018 г.

РЕКЛАМА 16+

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Народная артистка РФ Раиса Рязанова, получившая широкую популярность у зрителей разных поколений, за более чем полувековую деятельность в кинематографе сыграла порядка 200 ролей («Гуля Королева», «Белый Бим Чёрное ухо», «Охотник», «И всё-таки я люблю», «Не родись красивой»...).

**О**дин из самых известных кинофильмов с ее участием – оscarоносная мелодрама «Москва слезам не верит»...

### О работе с Владимиром Меньшовым

– Раиса Ивановна, хочу начать разговор, вспомнив Владимира Меньшова, недавно ушедшего из жизни. Его уход – потеря общая, национальная. Владимир Меньшов в своих фильмах нёс столько добра, позитива и светлой радости... А в жизни Владимир Валентинович был таким же?

– Он был всегда молодым. Это ощущение не покидало всех, кто с ним общался. Хотя, когда снимал фильм «Москва слезам не верит», Володя был

## Раиса РЯЗАНОВА:

# Пусть вам всегда сопутствует удача»

– Живу в реалиях. И, как все люди, мечтаю о добром и хорошем.



старше нас всего на пять лет. А поскольку по природе своей и по первому образованию он был артистом, то любил показывать, как надо сыграть ту или иную сцену, просил повторить. При этом он не ущемлял артистов, давал свободу, но за этой свободой следил. В нем не было самодурства, звездности, капризов... Меньшов всегда был в поиске, и каждый очередной замысел дарил ему новое общение, которое его подпитывало, добавляло сил.

– Но всё-таки с годами он стал жёстче...

– Может быть. Но он всегда был приветливым, отзывчивым человеком. Судите сами: за первую картину, «Розыгрыш», он получил Госпремию, за фильм «Москва слезам не верит» – Госпремию и «Оскара», к которому многие режиссеры даже не приблизились. При этом Володя

не задрал нос, всегда жил творчеством, и артисты к нему шли с радостью. Достаточно вспомнить картину «Шырлы-Мырлы»...

### И «Кукла для невесты»

– Владимир Валентинович, увы, не снял вас в другой своей популярной картине – «Любовь и голуби». Зато вас пригласили играть в одноимённый спектакль, и не кого-нибудь, а бабу Шуру, которую сыграла Наталья Тенякова.

– Да, Меньшов пусть опосредованно, но опять был где-то рядом. Когда режиссер Василий Мищенко сделал мне такое предложение, я категорически сказала «нет», уверенная, что нельзя переиграть Наталью Тенякову. Фильм «Любовь и голуби» настолько популярен, что каждая его фраза ушла в народ. Но Мищенко сказал: «Не надо никого переигрывать, играй свою историю, играй любовь». И я согласилась. Мы играем этот спектакль в паре с замечательным артистом Митшей Жигаловым (дед Митя).

– Но у вас ещё есть три антрепризных спектакля

и постановка в театре Табакова «Кукла для невесты», где вы играете одним составом уже 17-й сезон...

– Да, и это тоже подарок судьбы, который мне дорог.

### О творчестве и планах

– Вы не только плотно заняты на театральной сцене, но и снимаетесь в кино. Расскажите о своей последней работе.

– Режиссер Лариса Садилова снимает в трех областях, включая родной для нее Брянск, картину под рабочим названием «Огород», где мне доверили роль гадалки бабы Нины. Но она не из тех гадалок, которым этот дар дается свыше, а из тех, кто просто собирает деньги. Я не люблю, когда мою жизнь раскладывают на картах, но тут пришлось это делать самой. Но у меня в фильме не основная роль, главная – у замечательной актрисы Вали Теличкиной.

– Раиса Ивановна, о чём сегодня мечтаете?

– Живу в реалиях. И, как все люди, мечтаю о добром и хорошем.

Наталья АНОХИНА

### ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»

– Будьте здоровы! Берегите себя и близких! Пока они рядом, ничего не страшно. И пусть вам всегда сопутствует удача.

### КСТАТИ

#### Не раз участвовала в автогонках

– Вы производите впечатление человека спокойного, скромного и уж точно не азартного. Поэтому люди удивляются, узнав, что вы превосходный водитель с многолетним стажем, обладатель титула «Автоледи-2003», не раз участвовали в гонках, включая автогонки по льду гребного канала в Крылатском...

– В 1969 году я окончила театральную вуз, а годом раньше – курсы вождения. Помню, когда купила себе первую машину, «жигуленок», я жила на первом этаже. Так вот, вставала ночью и смотрела в окно: стоит ли она на месте? (Смеется.) А когда первый раз поехала самостоятельно на студию им. Горького, потом два дня не могла сесть за руль – так перенервничала. Теперь я водитель со стажем. В последнее время на дальние расстояния не езжу, разве что на дачу за 35 км от дома, во Внуково.

– Вы как-то говорили, что, возможно, любовью к машинам обязаны своему отцу, который работал водителем...

– Родилась во время войны. Среди ярких детских воспоминаний – хорошо помню, мама ставила меня маленькую на пенек и говорила: «Сейчас папа поедет, помаши ему ручкой, и он нас заберет». Отец приезжал, сажал меня на колени и давал подержаться за руль...

## ПЕРЕСЕЛЯЕМ В ПАНСИОНАТ

Поможем в переезде в пансионат для пожилых людей на постоянное проживание

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

Не откладываете на завтра, живите сейчас!

(495) 120·10·03

Только для жителей Москвы и области!

ООО «Полное доверие» ОГРН 1157746545483

Реклама



## ИНВЕСТИЦИОННЫЙ КАПИТАЛ

потребительский кооператив

www.invkap.ru



8 (495) 235-40-59

«Ул. 1905 года», 7 мин. пешком, г. Москва, Студенческий пер., д. 3 Мы работаем с 9.00 до 18.00, сб – вс выходной.

## ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ

ВЫПЛАТЫ ЕЖЕМЕСЯЧНО  
ФИНАНСОВЫЕ РИСКИ ДО 5 МЛН. РУБЛЕЙ  
ПОЛНОСТЬЮ ЗАСТРАХОВАНЫ

- 15% ГОДОВЫХ НА СРОК 6 МЕСЯЦЕВ
- 18% ГОДОВЫХ НА СРОК 1 ГОД
- 20% ГОДОВЫХ НА СРОК 2 ГОДА

от **15%** до **20%** годовых в рублях

Предложение действует только для членов Потребительского кооператива «Инвестиционный капитал». Вступительный взнос 100 руб. Срок размещения сбережений от 6 мес. до 2 лет. Суммы от 50 тыс. руб. до 5 млн. и выше со ставкой от 15% до 20% годовых. Сбережения (денежные средства) принимаются по договору займа. Страхование финансовых рисков осуществляет НКО ПОВС «СМАРТСТРАХ». Полную информацию можно получить по телефону. ИНН 9703003636. ОГРН 1197746628309

Реклама

**СЕКРЕТ УСПЕХА**

**Какие работники лишние?**

В каждом рабочем коллективе найдутся такие сотрудники, отсутствие которых полезнее для коллектива, чем присутствие. Следующая информация будет интересна и руководителям, и подчинённым. Если вы узнаете себя, есть смысл измениться и сохранить работу.



**СТРАДАЛЬЦЫ.** Это обиженные и несчастные люди, никогда не упустят шанса пожаловаться на свою тяжелую жизнь. И зарплата у них низкая, и надеть на корпоратив нечего, и работы вечно полно... Подобные сотрудники способны заразить пессимизмом и окружающих. А если таких людей в коллективе несколько, то достижение общих целей и вовсе может оказаться под угрозой.

**БУНТАРИ.** Это критики, каких еще поискать. Они хорошо знают свои права, правда, про обязанности частенько забывают. Их бы энергию во благо команды... Но, к сожалению, обычно она неконструктивна.

**«В ДОСКУ СВОИ».** С ними общаться – одно удовольствие, это просто душа компании! А потом они так же, по-дружески, переваливают работу на других. Затем начинают приходить попозже, а уходить пораньше. А что такого? Все же друзья! С такими людьми для начала следует серьезно поговорить о субординации, и если не поможет, увольнения не избежать.

**БОЛТУНЫ.** Это интриганы и сплетники. Могут себе позволить «слить» конкурентам важную информацию. Изменить этого человека вряд ли получится, а цена ошибки может быть слишком высока.

В начале семейной жизни супруги считают свою вторую половину самой лучшей.

Но с течением времени тот, кто еще несколько лет назад казался таким близким и любимым, кроме гнева, злости и раздражения больше ничего не вызывает. В итоге развод. Но порой есть смысл не просто порвать отношения, а перевести их на новый уровень.

Когда важно общаться?

**Ваш бывший вполне достоин стать вашим другом в будущем, если:**

- решение о разводе было обоюдным и без скандалов;
- у вас есть совместные дети;
- вы связаны финансовыми обязательствами, например, совместным бизнесом.

Если вы все-таки приняли решение о том, что лучше дружить с теперь уже бывшим мужем, то нужно действовать.

**ВАЖНО!** Если в прошлом у вас что-то не сложилось, то причина расставания не ликвидируется сама собой. Не нужно пытаться выстроить отношения заново через дружбу. Новая попытка будет так же обречена на провал. Подумайте об этом еще до того, как решите дружить с бывшим мужем.

# Стоит ли дружить с бывшим?



– Говорят, соседи опять сошлись?  
– Да. Вот такой у них был несчастливый развод.



**С чего начать?**

А начинать стоит с того, чтобы подождать, пока пройдет некоторое время. Страсти поутихнут, вы сможете привыкнуть к новой жизни без бывшего, а также к статусу свободного человека. Конечно, разводятся обычно люди «не от хорошей жизни», но постарайтесь вспоминать о бывшем супруге без злости, упреков и претензий.

Ведь кроме его отрицательных сторон были и положительные. Вы бы не вышли замуж за плохого мужчину? При наличии детей не стоит настраивать их против отца.

Для них ваш развод и так большой стресс и травма. Не усугубляйте ситуацию.

**Шаги навстречу**

Если вы можете вспоминать о бывшем муже спокойно, без эмоций (а на это может потребоваться до года), значит, настало самое время с ним встретиться и поговорить. После того, как вы оба решили, что лучше быть, делайте шаги друг к другу, но постепенно. Договоритесь иногда встречаться на нейтральной территории, например, в кафе или парке. При этом встречи поначалу должны быть не слишком долгими. Можно видеться и у общих друзей. Не забывайте поздравлять с праздниками друг друга, это будет приятно вам обоим.

И важный момент, о котором следует помнить: нельзя совмещать дружбу и интимные отношения. После ночи, проведенной вместе, вы не сможете просто приятельствовать. У вас снова появится связь как на психическом, так и на физиологическом уровне. Этого допускать не следует.

**СОВЕТ!** Перейти от развода к дружбе будет легче, если начинать новое общение в большой компании друзей и знакомых.



Несколько полезных фактов

Если один из бывших супругов сомневается в искренности другого, то дружеских отношений не получится.

Не бойтесь просить помощи у бывшего мужа. При этом будьте готовы и его выручить в трудную минуту.

Дети должны точно знать, что их папа – самый лучший. То, что он теперь не живет с ними вместе, – вовсе не их вина, просто так вышло.

НА ЗАМЕТКУ

Уважительно относитесь к новой избраннице своего бывшего мужа. Теперь он имеет на это право. Впрочем, теперь и вы можете свободно вступать в новые отношения.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

## Знакомьтесь: снежный барс

Ирбис, или снежный барс, относится к подсемейству больших кошек и выделен в отдельный род. Это крупное хищное животное водится в России в Алтае-Саянском экорегионе (насчитывают от 70 до 90 особей). На сегодня в дикой природе обитает всего около 4 тысяч снежных котиков. Вид занесён в Красную книгу России и Красный список МСОП (Международный союз охраны природы). Наша викторина – о снежном барсе.

1. В дикой природе ирбисы живут 11-13 лет, в неволе доживают до 20. Вес этого редкого животного достигает 50 кг, длина тела без учёта хвоста – более метра (плюс хвост, длина которого составляет 3/4 длины тела ирбиса), высота в плечах – 60 см. Чрезвычайно острое зрение позволяет животному видеть добычу

на белом снегу за много километров. Такую способность снежному барсу дает именно это...

- а) Круглые зрачки.
- б) Вытянутые зрачки.
- в) Горизонтальные зрачки.

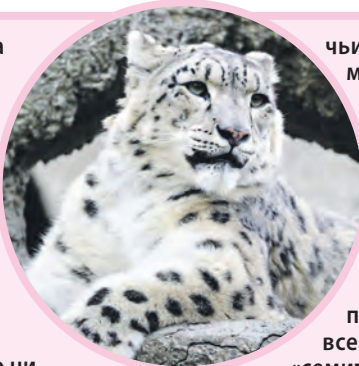
2. Судя по археологическим раскопкам, снежные барсы обитали на нашей планете уже 1,2-1,4 тысячи лет назад.

Именно такой возраст имеют окаменелые останки ирбиса, найденного в Пакистане. Белый барс, несмотря на это, в традиционной геральдике не встречается, однако его изображение на постсоветском пространстве можно встретить на гербах и флагах (Шушенский и Ермаковский районы Красноярско-

го края). А на гербе какой российской республики изображён стилизованный крылатый ирбис?

- а) Татарстана.
- б) Тувы.
- в) Хакасии.

3. Как только ни называют этого самого высокогорного обитателя – и снежный барс, и снежный леопард, и снежный кот, и ирбис. Максимальная высота, на которой был замечен этот представитель коша-



чьих, – 6 тысяч метров над уровнем моря. Вероятно, из-за такой особенности животного советским альпинистам, которые покорили

все пять гор «семитысячников», кроме звания «Покоритель высочайших гор СССР», присваивался и этот неофициальный титул?

- а) «Ирбис».
- б) «Снежный леопард».
- в) «Снежный барс».

**ОТВЕТЫ**

1. а. Крылатый ирбис – это неофициальный титул, присваивавшийся альпинистам, покорившим все пять гор «семитысячников», кроме звания «Покоритель высочайших гор СССР». 2. в. Горизонтальные зрачки. 3. б. «Снежный леопард».

## Легендарная группа Secret Service обновила мировой хит

Secret Service – это золотая классика 80-х, легендарная шведская поп-группа, созданная в 1979 году Тимом Нореллом, Ульфом Вальбергом и Улой Хоканссоном. Коллектив продолжает творческий путь, и в октябре 2021 года на всех цифровых площадках состоялся мировой релиз их песни «Lit de Parade». А на официальном YouTube-канале группы выпущен клип на эту песню. Напомним, хит Норелла прогремел на весь мир в 1994 году благодаря группе «Army of Lovers».

– Я проснулся посреди ночи со странной мелодией синтезатора, звенящей в моей голове. И понял, что это не что иное, как вступление к новой версии «Lit de Parade», но на этот раз в исполнении «Secret Service», – поделился историей создания релиза Тим Норелл.

Фото All Star Media



## «Закрытый показ» с Александром Гордоном

Спустя восемь лет в эфир Первого канала возвращается ток-шоу «Закрытый показ». Его ведущим вновь будет Александр Гордон. Никаких нововведений, по словам ведущего, в передаче не планируется.

– Многие, очень многие ждали этого события с нетерпением, – рассказывает Александр Гарриевич. – Правила программы остались прежними: до просмотра фильма я обращаюсь к каждому из собравшихся уважаемых гостей с просьбой объяснить, почему стоит или не стоит смотреть это кино. Потом мы все вместе смотрим фильм, ну а дальше – так же все вместе обсуждаем его.



Фото Вадима Тараканова

## Сокровища Ивана Грозного

В Москве кинокомпания «Централ Партнершип» приступила к съемкам приключенческого фильма «Сокровища Ивана Грозного». Съёмочная группа предложит свою версию исчезновения и обретения легендарной библиотеки Ивана Грозного.

По сюжету фильма при строительстве столичного метро рабочие обнаруживают драгоценный оклад, который доказывает: легендарная библиотека Ивана Грозного существует! Но находка оказывается забыта на долгие годы, и уже в наше время попадает в руки ни о чем не подозревающего Ильи. Теперь его жизнь в опасности, ведь за старинным артефактом начинают охоту могущественные силы...

В главных ролях снимаются Тихон Жизневский, Алексей Серебряков, Диана Пожарская, Артём Ткаченко, Сергей Газаров и другие.

Съемки пройдут в живописных локациях по всей стране, в том числе в Кирилло-Белозерском монастыре под Вологодой.

## Переделки на CTC Love продолжаются

Шоу «Сутки на декор» на CTC Love продолжает обрастать новыми поклонниками. Напомним, по



условиям проекта участники предоставляют декоратору свою комнату, а тот должен, имея 24 часа, 24 тысячи рублей и неограниченный запас своей фантазии, сделать из нее жилище мечты. Казалось бы, задача невыполнима. Но отзывы участников говорят об обратном.

– Декораторы, находясь в ограниченных условиях, смогли осуществить наши мечты. Теперь ни я, ни моя дочка Саша не можем никуда выйти, нам наконец-то хочется находиться дома, – рассказала нам Ольга Макарова, героиня третьего выпуска шоу «Сутки на декор».

Проект по-прежнему нуждается в участниках и декораторах. Узнать подробности и оставить заявку и те и другие могут на сайте телеканала.

Фото телеканала CTC Love

## ДЕТСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ «ЭТА-СТОМ»

Олимпийский проспект, д. 22



www.eta-stom.ru

В ШАГОВОЙ ДОСТУПНОСТИ  
от М «Проспект мира» – 15 мин.,  
от М «Марьяна роща» – 10 мин.,  
от М «Достоевская» – 10 мин.

ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ РЕКЛАМЫ СКИДКА

Скидки действуют  
до 30.11.2021 г.  
при оплате наличными\*

5%

на ортодонтию!

11%

на ортопедию!

25%

на лечение!

★ ПРИЕМ ВЕДЕТ ВРАЧ  
ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ

★ ВЕСЬ СПЕКТР УСЛУГ

★ ДЕЛИКАТНЫЙ ПОДХОД  
★ ИГРОВАЯ КОМНАТА  
★ РАЗДАЧА ПОДАРОКОВ  
И СЮРПРИЗОВ

☑ Консультация терапевта, составления комплексного плана лечения	БЕСПЛАТНО
☑ Анестезия	400 руб. БЕСПЛАТНО
☑ Панорамный рентген	400 руб.
☑ Компьютерная томография зубов 3D премиального качества	2500 790 руб.
☑ Пломба (светоотверждаемая пр-ва США)	от 780 руб.
☑ Обучение гигиене полости рта и зубов индивидуальное, подбор средств и предметов гигиены полости рта	БЕСПЛАТНО

★ ЗВОНИТЕ, ПРИХОДИТЕ, УБЕДИТЕСЬ!



8 (495) 181-01-01

Работаем  
без выходных!

ООО «ЭТА», Лиц. № ЛО 77-01-020888 15 декабря 2020 года

Реклама

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

## ПРЕПАРАТЫ НА ОСНОВЕ ЯИЧНОЙ СКОРЛУПЫ

Оптимальная форма кальция для организма



УКРЕПЛЯЮТ ИММУНИТЕТ

КАЛЬЦИД

(яичная скорлупа, витамины С и Д<sub>3</sub>)

- Восполняет недостаток кальция в организме
- Укрепляет костную ткань
- Улучшает состояние зубов, ногтей, волос



КАЛЬЦИД + МАГНИЙ

Усиленная форма

(яичная скорлупа, магний, витамины швейцарского производства – А, С, Д<sub>3</sub>, Е, РР, В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, В<sub>6</sub>, В<sub>12</sub>)

- Эффективно восполняет дефицит кальция и магния
- Улучшает состояние нервной и сердечно-сосудистой систем

Спрашивайте в аптеках!

Средняя стоимость препаратов около 180 руб.

Наличие препаратов уточняйте по тел: 8 (495) 775-79-57, 8 (800) 250-24-26

ООО «КомфортКомплекс» • «Кальцид» СОГР №RU.77.99.57.003.E.006712.08.14  
• «Кальцид+магний» СОГР №RU.77.99.57.003.E.006711.08.14 • Реклама

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

**В** этом многосерийном фильме присутствуют разные жанры: тут есть и драма, и комедия, немного черного юмора, и даже детектив. И смотреть его придется не отрываясь – потому что зрителя в каждом эпизоде будет ждать что-то интересное и неожиданный поворот событий. Роли в этом фильме исполняют Андрей Мерзликин, Денис Власенко, Алексей Серебряков, Аглая Тарасова, Любовь Толкалина, Михаил Полицеймако, Павел Чинарёв и другие. Мы побывали на съемочной площадке одного из эпизодов фильма.

## Поиски героя

Картина рассказывает о бандите по имени Борис (его играет Андрей Мерзликин), который просыпается после смерти и решает отомстить своим убийцам. В этом деле ему помогает Артём (эта роль досталась Денису Власенко) – студент-практикант из того самого морга, в котором и проснулся главный герой.

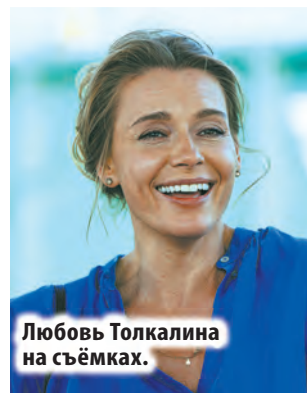
Режиссером выступил автор сценария Егор Чичканов, работавший на популярных картинах «Ёлки новые» и «Ёлки Последние», а также сериале «Совершенно летние».

Кастинг на главные роли не был быстрым. Изначально режиссер и съемочная группа предполагали, что бандита Бориса должен сыграть другой актер.

– В самом начале, когда ты только читаешь сценарий, то представляешь в этой роли какого-то амбала, – признается нам режиссер. – Но мы перепробовали разные варианты актеров на кастинге, и все было не то. Решили изменить подход. Мы подумали, что если не амбал, то каким герой должен быть? В итоге пригласили на пробы Андрея Мерзликина. Если честно, то он сам сомневался вначале, что это

Сериал «И снова здравствуйте!» будет, наверное, одним из самых ожидаемых проектов следующего года.

# «И снова здравствуйте!»



Любовь Толкалина на съемках.



Одна из ролей досталась Михаилу Полицеймако.



Главный герой в исполнении Андрея Мерзликина.

его персонаж. Но на пробах он отлично сыграл сцену, и ни у кого не возникло больше сомнений, что мы нашли главного героя.

## Не всё идёт по плану

Сцену из фильма, на съемках которой нам разрешили присутствовать, снимают в современном столичном жилом комплексе. Здесь в кафе главный герой встречается со своим знакомым и обсуждает общие дела. На улице по команде режиссера участники массовки изображают обычных людей, проходящих мимо кафе.

А случайные зрители, оказавшиеся рядом со съемочной площадкой, уже интересуются, что снимают и с кем в главной роли.

– О, с Андреем Мерзликиным! Интересно! Когда выйдет – посмотрим обязательно!

На съемочной площадке часто бывают нештатные ситуации, которые остаются за кадром, и зритель никогда не узнает, с какими сложностями иногда сталкиваются артисты и режиссер.

– Что касается различных нештатных ситуаций, то я частенько, приезжая на площадку, слушаю, что у нас не так пошло, – говорит нам режиссер Егор Чичка-

нов. – Вот сегодня, например, не работают автоматические ворота. Причем вчера все было хорошо – а сегодня мы приехали, а они не работают, пришлось вызывать ремонтника...

## «Решала», а не бандит

Пока на площадке объявлен небольшой перерыв, есть возможность спросить у Андрея Мерзликина, исполнителя главной роли, о его герое и о фильме.

– Мой герой – не совсем бандит, он больше такой «решала», – говорит нам Андрей о своем персонаже.

– Человек определенной профессии, которая требует жесткой харизмы. Но при этом он обладает каким-то детским восприятием мира, эмоциями и чувствами, которые мне очень близки. И я думаю, что за счет этого он будет так же близок многим зрителям. Этот человек не лишен душевной чистоты и простоты – чего-то такого, о чем мы забываем вместе с уходящим детством. Он меняет свою жизнь, делает ее совсем другой – и... с этого все только начинается! Сериал, с одной стороны, развлекательный, но у него есть серьезная смысловая нагрузка. И зритель будет ждать ответа на вопрос: для чего с героем происходят все эти метаморфозы? Если бы меня попросили описать коротко этот проект, то я бы сказал: так быть не могло – но это произошло! Или, как говорят: «Не было ни разу – и вот опять!»

– Говорят же, что жизнь богаче любой фантазии...

– Да. Только вопрос всегда один: зачем? Порой это становится целью – разгадать, почему это происходит. И потом становится вдруг понятно, для чего все это было. Мне кажется, что это очень интересная формула, ей подчиняется большинство героев хорошей драматургии. Потому что многие герои хороших фильмов и хорошей литературы – это обыкновенные люди, которые попадают в необыкновенную ситуацию. Что-то происходит, и они пытаются это понять.



Студента-патологоанатома играет Денис Власенко.

## ДЕТАЛИ

### Студент из морга

Отдельно стоит рассказать про второго главного героя – Артёма, который весь фильм будет помогать персонажу Андрея Мерзликина. Его, как мы уже сказали, играет Денис Власенко.

– Мой герой в чем-то милый, в чем-то смешной, – говорит нам Денис. – У нас игровое кино, причем по жанру это комедия. Поэтому не пришлось всерьез чему-то учиться – например, именно для этих съемок ездить в морг и смотреть, как работает патологоанатом.

**Посмотреть фильм зрители смогут уже в следующем году в онлайн-кинотеатре IVI.**

## ПОДРОБНОСТИ



Одна из сцен фильма, в которой задействованы Алексей Серебряков и Павел Чинарёв.

## Профессионалы на площадке

Как оказалось, режиссер просит от актеров четко следовать сценарию и тому, что в нем написано. Импровизация допустима, но не всегда.

– Если на репетиции мы смогли дополнительно что-то хорошее придумать – мы это включаем в сцену, – поясняет нам свою позицию Егор. – Но юмор в картине специфический. Иногда все зависит даже от порядка слов. Снимали одну сцену, и герой говорит в ней: «Ка-

кой ужас!» Но в сценарии было иначе: «Ужас какой!» Вроде все то же самое, но посмотрите, как от перестановки слов все меняется – и уже хочется улыбнуться...

В сценарии прописано много трюковых сцен. Какие-то актеры исполняют сами, а что-то делает за них профессиональный дублер.

– Есть такие трюки, которые профессиональный каскадер сделает лучше, качественней

даже хорошо подготовленного актера, – рассказывает нам режиссер. – Он знает, например, как правильно ударить в драке, чтобы никто не пострадал, и тому подобное. Но были и сцены, где Андрей Мерзликин снимается сам. Есть, например, эпизод, где его герой стреляет. Если вы стреляли хоть раз из оружия, то понимаете, что будет отдача – и тут ты как минимум моргнешь. А Андрей не моргнул ни разу – сняли с одного дубля!



Андрей Мерзликин в роли Бориса.

Валерия ХВАЩЕВСКАЯ

Уникальный проект требует уникальных участников, уникального ведущего и... уникальных продюсеров!

Валерия ШКИРАНДО:

# Путь к мечте не так уж долгов

**Н**овое стартап-шоу СТС «Купите это немедленно» – яркое тому подтверждение. Участники – изобретатели со всей России, жюри – богатые инвесторы, готовые профинансировать уникальные идеи; ведущий – Александр Пушкин, а один из продюсеров – Валерия Шкирандо. Неожиданно, потому что она известна публике как актриса и режиссер. Что привело ее в кресло продюсера? Это мы и попытались узнать.

**Для вас, «очумелые ручки»!**

– Валерия, проект «Купите это немедленно» – ваш первый продюсерский опыт. Почему именно он?

– Идею этого проекта нам подсказал Вячеслав Муругов (генеральный директор «СТС Медиа» – Прим. ред.), и мы подготовили продукт именно в таком формате. Есть в мире несколько подобных проектов, но мы сделали свой, оригинальный. Сейчас такой поворотный момент в истории России, когда люди наконец обретают смелость и энергию, чтобы делать свои маленькие бизнесы. И очень круто, что СТС поддерживает такую творческую инициативу.

– А вообще, тема инвестиций вам насколько близка?

– Тут вопрос не столько инвестиций, сколько изобретений и идей для стартапов. Не побоюсь этого слова, «очумелых ручек». Кстати, именно поэтому ведущий нашего шоу – Саша Пушкин. Потому что все те стартапы и изобретения, которые предлагают наши участники, они все, по большому счету, выросли из тех времен, когда Саша вел передачу «Галилео». И



вообще, тема изобретений близка каждому россиянину. Мы все – дети столетия, когда нужно было придумывать что-то из ничего.

– За что вы отвечаете как продюсер этого шоу?

– За все! Мы вместе с моими партнерами – Татьяной Матвеевой и Григорием Баратовым – придумали формат, договорились с инвесторами, разработали декорацию. Вместе придумали название, каждое слово сценария.

**Шоу, понятное всем**

– А как бы вы описали в нескольких словах концепцию проекта?

– Наше шоу в первую очередь для зрителей, и мы хотели, чтобы оно было понятно всем – и бабушке, и молодому тиктокеру. Не заумная история для инвесторов, а простая, яркая, веселая, классная передача для широкого зрителя.

– Самое главное в шоу – участники. Сколько заявок вы получили, откуда они приходили, какие были главные критерии отбора?

– Заявок пришло невероятное количество со всей России. Авторы были самого разного возраста.

По-моему, самому младшему участнику около десяти лет. Были и пожилые. И каждому из них было нужно постараться донести свою идею, продумать минимальный бизнес-план, сделать прототип. Были в том числе сложные изобретения, которые вполне можно назвать инновациями даже на мировом уровне.

**Инвестиции + советы**

– А что, кроме инвесторов, участники найдут в этом шоу?

– Никто, в том числе мы, не мог подумывать, что

Премьера шоу «Купите это немедленно» с Александром Пушкиным – в субботу, 23 октября, на СТС.



Инвесторы Игорь Рыбаков, Михаил Кучмент, Надия Черкасова и Александр Галицкий с ведущим шоу Александром Пушкиным.

**От первого лица  
Сверхзадача –  
всколыхнуть творчество**

– Мне бы хотелось, чтобы шоу «Купите это немедленно» саккумулировало творческую активность населения. Я верю, что в нашей стране огромное количество смелых идей, фантазий, креативных инноваций. Поэтому очень рассчитываю на второй сезон. Даже если человек с уникальной идеей не захочет участвовать в нашем шоу, он все равно благодаря ему поверит в себя и пойдет искать инвестора, чтобы воплотить затею в жизнь. Такова наша сверхзадача.

**Между Питером  
и Москвой**

– Вы уже несколько лет живёте в Москве. Что вам в ней нравится, а что не очень?

– Я так люблю Москву, мне так нравятся люди, энергетика, возможности! Москва не дает расслабиться, она бывает очень агрессивной, но она всегда живая. И это я люблю.

– Удаётся ли вам бывать в родном Петербурге?

– Да, у меня же там родители. И спектакль «Вернувшиеся», который я играю в Петербурге, – большая творческая радость.

**КСТАТИ**

члены жюри дадут нашим участникам такое количество умных, дельных, мудрых и тонких советов! Даже если у зрителя не появится желания что-то изобрести, эти советы наверняка помогут пересмотреть свой подход к решению проблем.

– Инвесторы – крупнейшие бизнесмены страны. Как их выбирали, договаривались на участие в шоу?

– Каждый из них понимает благую миссию нашего проекта. Мы не просто поощряем деньгами, но демонстрируем, насколько реален механизм получения инвестиций на действительно крутые продукты. Мы показываем, что путь к мечте не так уж долг. Если у тебя есть желание, то найдется человек, который протянет тебе руку или даже руку с деньгами (смеется).

**Роль без проб**

– Вам нравятся проекты, в которые вы сейчас приглашаете как актрису? Или считаете, что ваша главная роль ещё впереди?

– У меня нет роли мечты. У меня есть режиссеры мечты, сценаристы мечты, продюсеры мечты – те люди, с кем я хотела бы работать. Верю, что все сложится! С кем-то уже работаю. Сейчас, например, участвую в очень интересном проекте – «Неведомое» Александра Богуславского. У нас там уникальная актерская команда: Витя Добронравов, Егор Корешков, Никита Тарасов. Мы снимаем этот фильм на английском языке. Меня взяли без проб, режиссер сказал: «Это твоя роль!» Вот я в такие штуки верю – когда все естественно и точно происходит.

– Как вам работает на английском языке?

– У меня уже был опыт, когда я играла бельгийскую девушку, которая разговаривала на французском, английском и русском языках. Тогда это было действительно сложно. Сейчас проще, английский я знаю очень хорошо, и мне комфортно работать на нем.

**ПОДРОБНОСТИ**

**«Тема искусства для меня очень важна»**

– У вас очень интересная страничка в Инстаграм. Сами её ведёте или у вас есть специальный человек?

– Конечно, сама. Я понимаю, что как актрисе мне важно выкладывать побольше своих фото, потому что за этим следят режиссеры, продюсеры. Но мне также хочется поделиться своими впечатлениями. Сегодня перед тренировкой шла через парк, увидела потрясающее золото кленовых листьев и не

могла это все не сфотографировать и не выложить. Жалко, Инстаграм не передает запах! Вот, кстати, идея для следующего стартапа – соцсети, передающие запахи!

– А какое направление в искусстве вам интересно?

– Это отдельная тема, потому что у меня сестра художница. И мне очень повезло – я родилась в Царском Селе, мама работала экскурсоводом. Поэтому

тема искусства для меня очень важна. Живопись – моя одушина, мое любимое место в Петербурге – Эрмитаж. В сложные моменты, когда есть вопросы к себе и мирозданию, я иду посмотреть голландцев. Очень люблю Рембрандта. Например, «Портрет старика в красном» – картина, которая несет глубину и мудрость. Мне очень нравятся импрессионисты, к примеру, эмоциональность и яркость Дега. Что еще? Босха обожаю, он меня с ума сводит!

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

Анна Якунина, известная по главным ролям в фильмах «Мама Маша», «Зинка-москвичка», «Девочки не сдаются», «Ночной гость», «Погоня за тенью», «Наш домашний магазин», а также по популярному сериалу «Склифосовский», на днях отметила день рождения.

Поздравив актрису с этим важным событием, мы решили поговорить с ней о любимой и вкусной еде и кулинарных традициях. Анна, ответив на все вопросы, поделилась с нами любимыми рецептами.

## Простые продукты

— Анна, вас можно назвать гурманом?

— Не думаю. Но я очень люблю красиво сервированный стол, обожаю, когда на столе лежит красивая скатерть и стоит красивая посуда. Для меня все это имеет большое значение. Причем не так уж важно, что это: простой обед в кругу семьи или прием гостей в связи с каким-то торжеством. Я не сяду за стол и не получу должного удовольствия, если он накрыт кое-как. Что касается самой еды, то здесь я не гурман совершенно: я спокойно могу есть и то, и другое, и третье... Возможно, я вас удивлю, но больше всего приветствую гречневую кашу, квашеную капусту и соленые огурцы.

— Что ещё из продуктов вы держите на своей кухне?

— Кроме перечисленного на моей кухне всегда есть овощи, мясо, рыба.

— Простая и здоровая пища. Интересно, чем вы питаетесь здоровым питанием?

— Я совершенно не схожу с ума от здоровой еды —

## Анна ЯКУНИНА:

# ПРИВЕТСТВУЮ гречневую кашу и квашеную капусту



## Кстати

### Идеальный ужин для «совы»

— Расскажите о вашем любимом приёме пищи.

— К великому сожалению, это ужин, потому что я — жуткая «сова»! Образ жизни и профессии таков. Вечером у меня спектакль, поэтому утром, если куда ехать не надо, я люблю поспать...

— Тогда задаём ещё один вопрос: а каков ваш идеальный ужин?

— Мой ужин всегда очень простой.

Если я чуть-чуть набрала вес — значит, это будет что-то совсем простое, типа

рыбы и листов салата. Или же гречка с овощами. В моем питании все предельно просто, никаких изысков!

— А как обычно питаетесь в течение дня, если находитесь вне дома?

— В таких случаях обязательно беру с собой овощи или фрукты. Или же гречку в пакетиках. Вот такая я...



## Рецепт от звезды

### Киноа с овощами

Нам понадобятся: киноа (4 ст. л.), авокадо (300 г), помидоры черри (200 г), листья салата (100 г), лимонный сок, оливковое масло, соль, черный перец.

Киноа нужно отварить до готовности и затем охладить до комнатной температуры. Тем временем нарезаем авокадо дольками, а помидоры черри — половинками. Выкладываем нарезанные овощи в салатницу, добавляем листья салата и киноа. Заправляем солью, лимонным соком, оливковым маслом и перцем по вкусу и перемешиваем. Салат готов!



но, тем не менее, стараюсь питаться легкой пищей. Допустим, картошку с мясом я не ем — к рыбе и мясу у меня идут совсем другие овощи.

## «Я очень хлебосольный человек»

— Скажите, а что в своём детстве вы любили и не любили?

— Я дико не любила маслины, просто терпеть

их не могла. Мне даже страшно на них смотреть было — мне казалось, что это такая гадость... Зато теперь их обожаю! Как со временем меняются вкусы, да? А знаете, что было самым вкусным? Мы жили достаточно бедно, и я помню, как бабушка кормила меня черным хлебом с салом... Она клала хлеб с салом на тарелку и говорила: «Сейчас у нас будет ресторан!» Кусочек хлеба с кусочком сала — вот это у нас называлось «ресторан»!.. И для меня до сих пор это очень вкусно.

— Какими ещё угощениями вас радовала бабушка?

— Бабушка всегда пекла геркулесовое печенье. И я его тоже пеку...

— А гостей вы любите принимать?

— Да, я очень хлебосольный человек! На моем столе всегда много еды, мне нравится, когда все заставлено разными блюдами: пирогами, всевозможными интересными салатами и закусками, маринадами... Свои грибочки — ой, я это обожаю!



## Яблочный пай

— В приготовлении какого блюда вы особенно хороши? Чем радуете гостей?

— Одно из таких блюд — яблочный пай. Яблочную шарлотку я не люблю и не готовлю, а вот яблочный пай могу печь хоть каждый день, потому что это безумно вкусно. И потом, это прекрасный вариант к чаю!

— Поделись рецептом!

— Для теста нам понадобятся: пачка «Пышки» (маргарин), 2 стакана муки, 3 столовые ложки холодной воды, 1 желток. Белок оставьте для смазывания. Закрутите тесто и поставьте его пока в холодильник.



Нарежьте много яблок, выдавите сок лимона, потрите цедру лимона, посыпьте сахарком (где-то полстакана) и корицей. Достаньте тесто из холодильника, разделите

на пласт раскатайте, положите яблоки, а сверху закройте вторым пластом. Края смажьте белком — и поставьте пай в духовку на 30 минут. Просто, быстро — и великолепно!

Елена СОКОЛОВА

## ПОДРОБНОСТИ

# Питаться можно интересно

— Анна, какие блюда стали для вас открытием?

— Однажды я купила книжку «Здоровая пища» — и вдруг обнаружила, что питаться можно очень интересно! Там я нашла рецепты удивительных, совершенно гурманских блюд, которые можно приготовить из самых простых продуктов. Оказывается, можно сделать вкуснейшие конфеты из инжира и миндаля. Причем они будут полезными! А какое разнообразие блюд можно приготовить из киноа! Раньше я совер-

шенно не употребляла этот продукт, а теперь он есть в моем рационе, я постоянно его покупаю. Киноа, приготовленное с овощами, — это очень вкусно!

— Анна, можете вспомнить самое вкусное блюдо в своей жизни?

— Сейчас мало кого можно удивить и поразить какими-то кухнями. Все постоянно куда-то ездят и что-то там пробуют... Меня, наверное, больше всего впечатлила индийская кухня. Причем в Германии! Это было дико вкусно — я совсем не знала,

что все эти блюда с рисом и изобилием карри могут быть такими вкусными! В Москве есть несколько ресторанов с индийской кухней, и я все собираюсь пойти, посмотреть и попробовать, какова она у нас.

— А существуют продукты или блюда, которые вам не понравились совсем, хотя и считаются изысканными?

— В этом плане я необычна тем, что не люблю устриц. Эту гурманскую вещь я совершенно не понимаю.











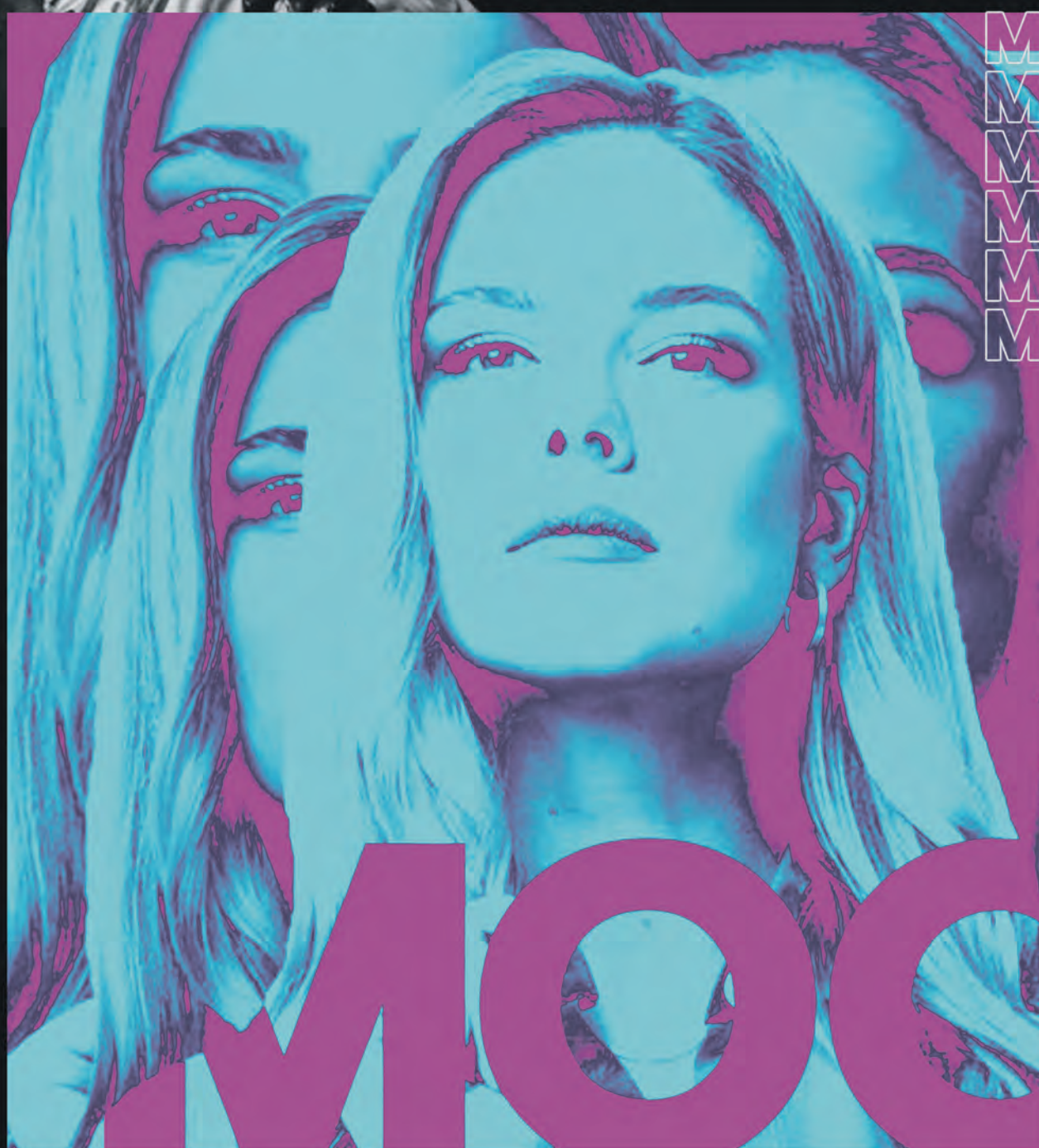






###МОСКВА24###  
###МОРЕ НОВОГО###

M24  
M24  
M24  
M24  
M24  
M24



**МОСКВА 24**

ТЕЛЕКАНАЛ

**МОРЕ НОВОГО**

18+

Свидетельство о регистрации СМИ телеканал «Москва 24» Эл № ФС77-73070, выданное 09.06.2018  
Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. РЕКЛАМА













REN	THT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 20.00 «ОТРЯД САМОУБИЙЦ». (16+)	 23.00 «Stand up». (16+)	 08.30 Добрый день с Валерией. (16+)	 16.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ». (16+)	 06.00 Новости	 06.15 «6 кадров». (16+)	
05.00 «Территория заблуждений». (16+) 06.00 «Док. проект». (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». (16+) 09.00, 15.00 «Засекреченные списки». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+) 12.00, 16.00, 19.00 ИПрограмма 112. (16+) 13.00 «Загадки человечества». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 17.00 «Тайны Чапман». (16+) 18.00, 02.35 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «ОТРЯД САМОУБИЙЦ». (16+) 22.20 «Водить по-русски». (16+) 23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+) 00.30 «ДЕВУШКА, КОТОРАЯ ЗАСТЯЛА В ПАУТИНЕ». (18+)	07.00 «ТНТ. Gold». (16+) 08.25 «Бузова на кухне». (16+) 09.00 «Звезды в Африке». (16+) Новая серия реалити-шоу с Ольгой Бузовой и Михаилом Галустяном, в котором перемешаются африканские приключения, тесты на прочность, юмор, челленджи и самые большие страхи российских знаменитостей. 10.00 «САШАТАНЯ». (16+) 13.00 «УНИВЕР». (16+) 16.00 «САШАТАНЯ». (16+) 21.00 «Импровизация». (16+) 22.00 «Talk». (16+) 23.00 «Stand up». (16+) 00.00 «Импровизация». (16+) 02.40 «Comedy Баттл». (16+) 03.35 «Открытый микрофон». (16+) 06.05 «ТНТ. Best». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+) 08.30 Добрый день с Валерией. (16+) 09.30 «Слепая». (16+) 11.10 Счастье быть! (16+) 11.15 «Слепая». (16+) 11.50 Гадалка. (16+) 13.00 Счастье быть! (16+) 13.05 Гадалка. (16+) 14.40 Мистические истории. (16+) 15.45 Гадалка. (16+) 16.55 Счастье быть! (16+) 17.00 Знаки Судьбы. (16+) 17.30 «Слепая». (16+) 18.30 «АВАНПОСТ». (16+) 20.30 Счастье быть! (16+) 20.35 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+) Чтобы победить Дика, Винчестеры должны найти три ключа. Кастиэль помогает им... 23.00 «РАЙСКИЕ ХОЛМЫ». (16+) 01.00 «ПЛЕННИЦЫ». (16+) 03.30 «Городские легенды». (16+) 05.00 «Тайные знаки». (16+)	06.00 Улетное видео. (16+) 06.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 07.30 Дорожные войны 02.0. (16+) 08.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+) 09.00 Решала. (16+) 10.00 Улётное видео. (16+) 13.00 «СОЛДАТЫ-6». (12+) 16.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ». (16+) 18.15 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-2: ИХ ПЕРВОЕ ЗАДАНИЕ». (16+) США, 1985 г. Комедия. В ролях: Стив Гуттенберг, Бубба Смит, Дэвид Граф. В одном из районов города творит безобразия жестокая банда преступников. 20.00 Решала. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.00 Улетное видео. (16+)	06.00, 09.00, 12.00, 21.30, 03.55 Новости 06.05, 14.40, 19.00, 23.45 Все на Матч! 09.05, 12.40, 05.40 Специальный репортаж. (12+) 09.25 «Karate Combat-2021. Голливуд». (16+) 10.30 Смешанные единоборства. (16+) 11.30 Бокс. Чемпионат мира. (0+) 12.05 «МатчБол» 13.00 Теннис. ATP. St. Petersburg Open. Пр.тр. 14.55, 16.55 Футбол. Бетсити Кубок России. Пр.тр. 19.25 Футбол. «Бабельсберг» - «Лейпциг». Пр.тр. 21.40 Футбол. «Челси» - «Саутгемптон». Пр.тр. 00.30 Футбол. «Арсенал» - «Лидс». Пр.тр.(0+) 02.30 «Голевая неделя РФ». (0+) 03.00 Несвободное падение. (16+)	06.30, 01.25 «Реальная мистика». (16+) 07.25 По делам несовершеннолетних. (16+) 08.30 Давай разведёмся! (16+) 09.35, 04.10 Тест на отцовство. (16+) 11.50, 03.10 «Понять. Простить». (16+) 13.05, 02.20 «Порча». (16+) 13.35, 02.45 «Знахарка». (16+) 14.10 «Верну любимого». (16+) 14.45 «НЕЗАБЫТАЯ». (16+) 19.00 «НЕ ОТРЕКАЮТСЯ ЛЮБЯ». (16+) Россия, 2021 г. Мелодрама. В ролях: Олеся Власова, Дима Сарансков, Виталий Кудрявцев. Милена после развода совершенно не готова к новым отношениям. 23.25 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-4». (16+) 05.50 Домашняя кухня. (16+) 06.15 «6 кадров». (16+)	



**ГОРОДСКАЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ СЛУЖБА**  
ПО ВОПРОСАМ ПОХОРОННОГО ДЕЛА

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ УМЕР БЛИЗКИЙ ЧЕЛОВЕК

Каждый, кто хоть однажды пережил смерть близкого человека, знает, как тяжелы первые часы после того, как случилось горе. Городская специализированная служба по вопросам похоронного дела «Ритуал-Сервис» (сайт в интернете [Ritual.RU](http://Ritual.RU)), информирует об участившихся случаях мошенничества и значительном завышении цен на оказание ритуальных услуг.

### Рекомендуемый порядок действий

#### Если горе случилось дома:

1. Вызовите скорую помощь и полицию для констатации смерти.
2. По круглосуточному номеру **8 (495) 300-3-300** можно вызвать сотрудника городской ритуальной службы.
3. Приготовьте паспорт и медицинский полис покойного, а также удостоверения личности всех, кто находится рядом.

#### Если горе случилось в больнице:

1. По круглосуточному номеру **8 (495) 300-3-300** можно вызвать сотрудника городской ритуальной службы прямо в больницу.
2. Вместе с прибывшим сотрудником отправляйтесь в морг для оформления документов и оплаты услуг медучреждения.

**Обязательно проверьте паспортные данные и номер служебного удостоверения приехавшего сотрудника, чтобы убедиться, что именно он является сотрудником городской ритуальной службы, которого вы вызвали, а не мошенник, получивший информацию от неизвестных источников.**

**Круглосуточная консультация по вопросам организации похорон по телефону 8 (495) 300-3-300 или на сайте службы RITUAL.RU**











КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
07.20 «ПЕНА». (12+)
08.50 «МЕРТВЫЕ ДУШИ». (12+)

TV 1000
05.00, 05.40 «ДОКТОР ХАУС». (18+)
06.40 «ДЮНКЕРК». (16+)

TV 1000 РУССКОЕ КИНО
06.00 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)

ДОМ КИНО
04.25 «ГАРДЕМАРИНЫ-III». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+
02.00 «НАПРОЛОМ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
00.05 «ДОМИНИКА». (12+)

КИНОКОМЕДИЯ
02.55 «НУ ЧТО, ПРИЕХАЛИ?» (12+)

РОДНОЕ КИНО
00.20 «МАЛЕНЬКАЯ ПРИНЦЕССА». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!
05.00, 04.50 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС+КИНО
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)

СТС LOVE
06.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)

TV 21 ВЕК
10.00, 18.00, 02.00 «ПОСТАНОВКА». (16+)

УСАДЬБА
08.55 Как построить дом. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА
09.10 На зарубежных водоемах. (16+)

ЖИВИ!
00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)

ANIMAL PLANET
06.00 На дне бездны. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. СКРЫТЫЙ ВРАГ». (16+)

ПОБЕДА
05.30 «Путь к Победе». (16+)

ПЯТНИЦА
05.00 Орел и Решка. Перезагрузка. Гаваи. Куба. (16+)

Ю
05.35 Папа попал. (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
00.00 Час истины. (12+)

VIASAT HISTORY
06.05 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC
06.00 Игры разума. (16+)

ANIMAL PLANET
06.00 На дне бездны. (12+)

Discovery DISCOVERY CHANNEL
06.00 Как это устроено? (12+)

TLC
06.00, 06.25 Оденься к свадьбе: Бенилюкс. (12+)



























СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА... EUROSPORT II EUROSPORT 1... 07.50, 10.00, 11.50, 13.50... 01.00 Снукер. Чемпионат мира-2020. Финал. (6+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

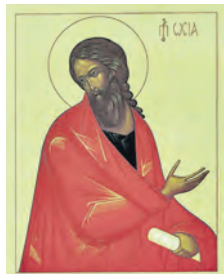
МУЛЬТ... КАРУСЕЛЬ... 05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)... 05.00 «Турбозавры». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС... 05.00 День Патриарха. (0+)... 11.00 Я очень хочу жить. Дарья Донцова. (16+)

Православный календарь

30 октября  
Седмица 19-я по Пятидесятнице. Глас 1.  
Прор. Осии.



Сщмч. Александра, архиеп. Симеополитского. Икон Божией Матери, именуемых «Прежде Рождества и по Рождестве Дева» и «Избавительница».

Поста нет.

Человеческий долг состоит не в том, чтобы покориться духу времени, а в том, чтобы время покорить Духу Божию. Свт. Николай Сербский (Велимирович)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ... 05.00 Золотая лихорадка. (16+)... 14.25 Восстание хитов: почему новые звезды хайпают на старых песнях? (16+)

УНИКУМ

05.33, 12.11, 21.35 «Бобр добр». (0+)... 05.00 «Тима и Тома». (0+)

О!

07.00 «Жужжалка». (0+)... 05.00 «Турбозавры». (0+)

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

Table with 2 columns: Date (25-31 Oct) and Sun/Moon data (rise/set times, moon phase).

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 25 ПО 31 ОКТЯБРЯ

Исторические события: 25 октября 1990 года вышел в эфир первый выпуск телеигры «Поле чудес».

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Андрон Звездочёт звёзды роняет – ветер нагоняет. 25 октября следили за звездами: яркие означали наступление морозов.

ТЕЛЕК Газета «ТЕЛЕК пресса.ру» Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций

КАРДОС Издательская группа Учредитель, редакция и издатель: ООО «Издательская группа «КАРДОС»

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С. Тел. 8-495-580-95-77 Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.

Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л. Заместитель директора департамента рекламы ГРИГОРЬЕВА Л.А.

42 (507). Время подписания в печать по графику: 01.00 час. 19.10.2021 г., фактическое: 01.00 час. 19.10.2021 г. Дата производства: 19.10.2021 г.



















# Новогодняя распродажа! Скидки на наборы до 72%!

**Сумка «Шоколад»**  
Сумка из кожи пэчворк – просто находка! 2 больших отделения, 5 карманов снаружи. Ремень отстегивается. Кармашек для зонта защитит вещи от промокания.



Материал: кожа, ПВХ.  
Размер: 31x24,5x10,5 см. КНР.

**В СОСТАВЕ НАТУРАЛЬНАЯ КОЖА**

**Рюкзак «Модерн»**  
Рюкзак из кожи пэчворк – прекрасная альтернатива сумкам! Одно большое отделение на молнии, наружные карманы. Можно носить на 1 или двух плечах.



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

**В СОСТАВЕ НАТУРАЛЬНАЯ КОЖА**

**СУМКА + РЮКЗАК + ПОДАРОК**



**Стильный зонт в подарок!**  
Материал: металл, полиэстер. КНР.

скидка **72%**    Лот 146 3723

~~7000₽~~    **1990₽**

**Ботинки «Норд»**  
Обувь на каждый день для всех! Защитная ткань, высокий подъем, антискользящая подошва.



Материал: полиэстер 100%, иск. мех. ПУ. КНР.

**РАЗМЕРЫ 37 - 41!**  
Уточняйте лот у оператора!

**Сумка «Шоколад Бордо»**  
Сумка в цвете бордо – элегантно и не как всех! 2 больших отделения, 5 карманов снаружи. Ремень отстегивается. Кармашек для зонта защитит вещи от промокания.



Материал: кожа, ПВХ.  
Размер: 31x24,5x10,5 см. КНР.

**В СОСТАВЕ НАТУРАЛЬНАЯ КОЖА**

**БОТИНКИ + СУМКА + ПОДАРОК**



**Стильный зонт в подарок!**  
Материал: металл, полиэстер. КНР.

скидка **67%**    Уточняйте лот у оператора!

~~6000₽~~    **1990₽**

**Занавеска «Кармен»**  
Узорчатая воздушная занавеска с круглой выемкой создает ощущение легкости и зрительно увеличивает площадь кухни.



Материал: 100% полиэстер.  
Размер: 170x223 см. Р. Беларусь.

**Скатерть «Ажурная»**  
Нежная кружевная скатерть надежно защитит ваш стол от пятен и станет настоящим украшением стола.



Материал: 100% п/э. Размер: 110x140 см. КНР.

**ЗАНАВЕСКА + СКАТЕРТЬ + ПОДАРОК**



**Вафельные полотенца в подарок!**  
Материал: 100% хлопок.  
Размеры: 40x60 см. Россия.

скидка **50%**    Лот 146 3792

~~2000₽~~    **990₽**



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

**8-800-250-21-76**

код заказа: **PM-21-605-ЛОТ**

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 составляет 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 31.12.2021 г. при условии наличия товара на складе. Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода PM-21-605-ЛОТ. Реклама.