

ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

**№39
(412)**

ТВ-программа со 2 по 8 октября 2023 года

ТЕЛЕК

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

36

**КАНАЛОВ
ТВ**

**КАК
«ПРИРУЧИТЬ»
ДОВЕРИЕ?**

стр. 4

**КАЛЕНДАРЬ
КРАСОТЫ
И ЗДОРОВЬЯ
НА ОКТЯБРЬ**

стр. 12

АЛЕКСЕЙ МАКЛАКОВ

**МЕЧТАЮ ВЫЙТИ
НА МАНЕЖ ЦИРКА**

стр. 6

**7 ДЕЛ В ТЕПЛИЦЕ
В КОНЦЕ
СЕЗОНА**

стр. 31

**БОРЕМСЯ
С ОСЕННЕЙ
ХАНДРОЙ**

стр. 32

**ПИЦЦА:
НА СКОВОРОДЕ
ВКУСНЕЕ**

стр. 34

Фото Александра Воротнева/Starface.ru

ISSN 2313-4933



9 1772313 114937 701 23039

12+

Осень с комфортом! СКИДКИ НА ХИТЫ И ЛИДЕРЫ ПРОДАЖ ДО -75%

Размеры 46-64

Материал: 30% шерсть, 70% акрил.
Длина: 75 см. Россия.
Лот 200 48556



Жилет
Жаккардовый жилет из плотного шерстяного полотна, в котором вам будет тепло и комфортно в любые холода. Модель удобного фасона с модным орнаментом.

скидка 50%

~~3490~~ **1690** Р

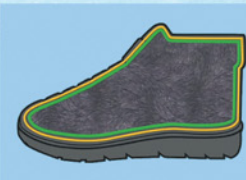
TV РЕКЛАМА



Теплые ботинки «Комфорт Норд»

Теплые ботинки защитят от осенней непогоды. Широкий проём с фиксирующей резинкой комфортен для ног с любой полнотой и подъемом, застёжка-липучка обеспечивает плотную фиксацию на ноге. Антискользящая подошва с протектором защитит от падений, а амортизирующая пяточная вставка облегчает нагрузку на ноги.

Размеры 37-45



3-слойный материал:
• Трикотажный слой
• Термослой
• Слой экомеха



Материал: верх – полиэстер 100%, внутри – иск. мех. Подошва – ПУ. КНР. Спрашивайте Ваш размер при заказе! Лот 137 0832 Черные Лот 137 0784 Бордо

скидка 50%

~~2990~~ **1490** Р

Кепка вязаная

Необыкновенно теплая кепка рельефной вязки защитит в любые холода. Глубокая посадка, модный в этом сезоне дизайн. Материал: 60% шерсть, 40% акрил. Размер универсальный. Россия. Лот 128 0384



скидка 50%

~~2990~~ **1490** Р



Карман для зонта

Сумка «Шоколад»

Сумка из кожи пэчворк – просто находка! 2 больших отделения на молниях, 5 карманов снаружи, крепкие ручки и съемный ремень на плечо. Материал: кожа, ПВХ. Размер: 31x24,5x 10,5 см. КНР. Лот 200 47520 Коричневый

скидка 75%

~~3990~~ **990** Р



Ножницы для плотных ногтей + щипцы

С длинными ручками и коротким захватом. Они создают большее усилие при обрезании ногтя на пальцах ног. Щипцы. Материал: нерж. сталь, пластик. Размер: 11x6 см. КНР.

Ножницы. Материал: сталь, пластик. Размер: 21 см. КНР. Лот 689 883

+ ПОДАРОК

~~790~~ **790** Р



Умный зонт
С обратным механизмом сложения. Материал: металл, полиэстер. Длина в сложенном виде: 23,5 см. Диаметр купола: 105 см. КНР. Лот 200 47527

скидка 53%

~~1490~~ **690** Р



Кошелек
Удобный и вместительный. Материал: кожа, подкладка – 100% полиэстер. Размеры: 20x10,5x3,8 см. КНР. Лот 156 6130 Коричневый Лот 155 7907 Черный

скидка 65%

~~1990~~ **690** Р

TV РЕКЛАМА



Размеры 46-72

Материал: 80% хлопок, 20% полиэстер. Длина: брюки 100 (±3) см, кофта 74 (±3) см. Р. Узбекистан. Лот 200 48587 Черный Лот 200 48574 Бордо

Костюм «Леопард»

Из приятного телу хлопка с добавлением полиэстера, отлично сохраняет форму и обладает хорошей воздухопроницаемостью. Кофта с боковыми карманами. Костюм не сковывает движений и красиво смотрится на женщине любой комплекции!

НОВИНКА

скидка 65%

~~5990~~ **1990** Р

МОЙ МИР

Заказ на moymir.ru или по бесплатному тел.

8 (800) 350-35-73

код заказа: **ТЕЛ_550_23_ШАП**

Минимальная сумма заказа составляет 400 рублей без учета сервисного сбора. Сервисный сбор, стоимость доставки и пересылка перевода наложенным платежом оплачиваются дополнительно. Сервисный сбор составляет 179 руб. Стоимость почтовой доставки соответствует тарифам АО «Почта России». Стоимость пересылки перевода наложенным платежом соответствует 2,5% от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: ООО «Хом шопинг раша», ОГРН 1137746372290, адрес: РФ, 111024, г. Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Лефортово, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 6, этаж 4, помещ. 2. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок, срок службы, срок годности в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок действия акции с 25.09.2023 г. до 25.11.2023 г. при условии наличия товара на складе. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов или выигрышей по результатам акции, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по тел. 8 (800) 350-35-73 и на сайте www.moymir.ru. Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода ТЕЛ_550_23_ШАП. Реклама.

Иван Колесников берётся за новые дела

2 октября на телеканале НТВ – премьера третьего сезона сериала «Первый отдел». В основе сюжета – будни сотрудников первого отдела Второго следственного управления СК России, которым поручают расследовать самые запутанные и опасные преступления. Справиться с такой задачей могут только давние друзья и коллеги – Юрий Брагин (Иван Колесников) и Михаил Шибанов (Сергей Жарков).

– Мне кажется, что сериал набрал такую популяр-



ность за счет дуэта Брагина и Шибанова, – поделился с нами впечатлениями Иван Колесников. – У нас с Серёжей отличные дружеские отношения, и я думаю, что зрители это видят. К тому же мы уже дополняем все, что происходит в кадре. Наверное, мы настолько хорошо вжились в эти роли, что уже понимаем их лучше сценаристов. Иногда нас приходилось тормозить, потому что в каких-то моментах нас было просто не остановить.

Фото PR НТВ

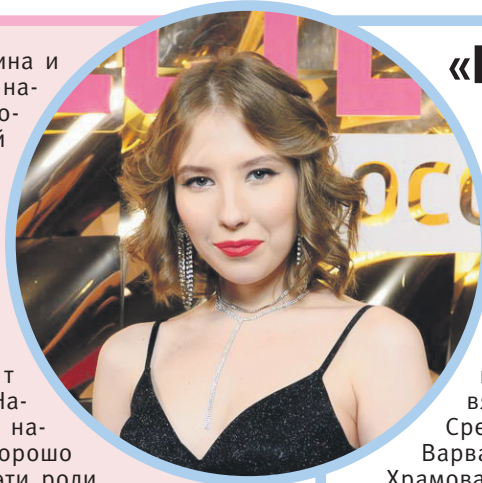
«Ну-ка, все вместе!» уезжает на гастроли

Стартовал гастрольный тур финалистов шоу «Ну-ка, все вместе!» (выходит на телеканале «Россия»), он будет проходить под названием «Новые голоса России». Вместе с ведущим Владимиром Маркони двадцать самых ярких звезд шоу отправятся покорять города нашей страны. Среди участников – Сергей Павловский, Варвара Убель, Дмитрий Венгеров, Даша Храмова, Мария Кирпичева, Эрик Панич и другие отличившиеся в шоу солисты.

– Параллельно с телевизионным эфиром проекта будут проходить наши гастроли: впервые мы делаем концертный тур под названием «Новые голоса России», где будут выступать победители и участники шоу «Ну-ка, все вместе!», – рассказывает генеральный продюсер телеканала «Россия» Игорь Шестков. – В нашей стране такое огромное количество невероятно одаренных людей, и очень хотелось, чтобы они сделали себе имя, имели собственные гастрольные туры. Для них, да и для нас, это очень важно!

Выступления пройдут в Нижнем Новгороде, Самаре, Уфе, Екатеринбурге, Воронеже (30 октября) и других городах, а завершится тур 21 ноября грандиозным концертом в Москве.

Фото телеканала «Россия»



Игорь Петренко получил консультацию врачей

На телеканале «Россия» – премьера сериала «Доктор Краснов» с Игорем Петренко, Александрой Никифоровой, Ольгой Красько и Александром Ратниковым в главных ролях. Это история о враче Андрее Краснове, который заведовал терапевтическим отделением. После травмы он потерял память, и теперь ему надо начинать все заново...

Перед началом работы над сериалом съемочную группу консультировали врачи, так как во многих эпизодах затрагивалась медицинская тематика.

– Практически каждый день у нас на площадке были врачи-консультанты – молодые, энергичные действующие специалисты, работающие в разных клиниках, многие из института скорой помощи имени Склифосовского, – рассказывает о съемочном процессе исполнитель роли Краснова Игорь Петренко. – Мы учились и повязки накладывать, и пациентов слушать, и пользоваться медицинскими аппаратами. Я с интересом наблюдал за врачами, изучал их действия, в чем-то даже начал разбираться... Радость актерской профессии как раз в том, что нам удастся познать азы других профессий.

Фото телеканала «Россия»



Павел Воля и Ляйсан Утяшева отправились в Самарканд

Совсем недавно на ТНТ завершился первый сезон шоу «Выжить в Дубае», ведущими которого были Павел Воля и Ляйсан Утяшева. Напомним, что за победу боролись 14 участников, выигрыш в десять миллионов рублей достался Павлу Мамаеву.

Как нам удалось узнать, продюсеры шоу уже начали съемки второго сезона. На сей раз работа над выпусками идет в Узбекистане – в древнем Самарканде. По правилам проекта за главный приз будут бороться две команды участников: «звездная» и «народная» – в последней собраны участники из разных городов России, отобранные из шести тысяч претендентов.

В каждом выпуске команды проходят непростое испытание, по результатам которого определяются их дальнейшая жизнь в Самарканде. Победители отправляются в шикарные апартаменты отеля, где наслаждаются жизнью, а проигравшие – в горный лагерь со спартанскими условиями проживания. Каждую неделю один из участников покидает проект.

Фото из личного архива Ляйсан Утяшевой



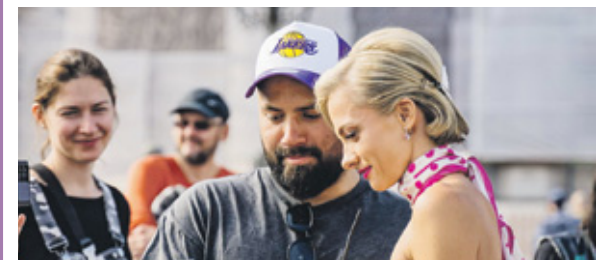
Полина Максимова стала Евой

В Москве стартовали съемки романтической фантастической комедии «Адам и Ева 2.0». Роли в картине исполняют Дмитрий Чеботарев и Полина Максимова. Режиссером выступает Илья Фарфель.

Герои киноленты Марина и Виктор – единственные оставшиеся люди в огромном городе, а возможно, и на всей планете. После того, как герои обустроили быт, перед ними встал куда более серьезный вопрос: как возродить человечество? Особенно если учесть, что они не нравятся друг другу.

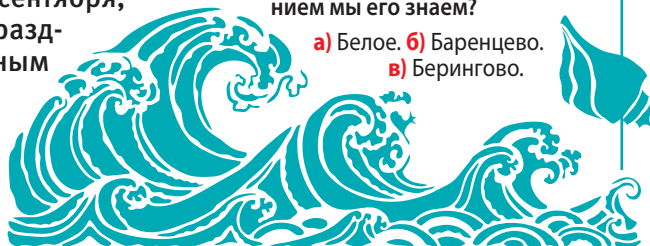
Съемки комедии пройдут в Екатеринбурге и Рязанской области, а также в знаковых локациях Москвы: на Красной площади, у Большого театра, в ГУМе, на Кремлевской набережной и других местах столицы.

Фото пресс-службы фильма



Море, с праздником!

Россию омывают три океана и 15 морей (если считать и Каспийское). А это значит, что Всемирный день моря, который отмечается 28 сентября, мы можем праздновать с полным правом. А много ли мы вообще о морях знаем?



1 Это море древние скандинавы называли Гандвик. Такое обозначение встречалось на картах до 1592 года, пока какой-то голландский астроном и картограф одним из первых не закрепил на карте мира его русское название. Кстати, это море является внутренним для нашей страны и не граничит с другими государствами. Под каким названием мы его знаем?

а) Белое. б) Баренцево.
в) Берингово.

2 Древние греки опасались этого моря, потому что вода в нём к концу лета светилась ярко-синим цветом (как оказалось, благодаря одноклеточным водорослям – ночесветкам) и пугала путешественников. Плюс добираться туда было неудобно, отсюда и бытовавшее в VII-VI веках до н. э. название – Негостеприимное (Понт Аксинский). Но в V веке греки нашли короткий путь от Босфора к северному побережью и переименовали море в Гостеприимное (Понт Эвксинский). О каком море идёт речь?

а) Об Эгейском. б) О Чёрном. в) О Средиземном.



3 На островах этого холодного моря в разные времена было найдено множество останков доисторических животных. Яркое открытие 2013 года – находка останков самки мамонта на Малом Ляховском острове. В мягких тканях 50-60-летней Малоляховской мамонтихи участники экспедиции обнаружили кровь животного, умершего 43 тысячи лет назад. Учёные вновь заговорили о клонировании древних гигантов. В каком море находится клондайк ископаемой фауны?

а) В Северном море.
б) В море Лаптевых.
в) В море Бофорта.

СЕКРЕТ УСПЕХА

Переговоры «от А до Я»

С людьми, соблюдающими правила ведения переговоров, проще договориться, а значит, заключить взаимовыгодное соглашение. Отправляясь на встречу, четко ответьте себе на два вопроса: «Чего я хочу добиться от этой встречи?» и «Как я собираюсь этого добиться?». Если вы знаете ответ на эти вопросы, то 90 % успеха на вашей стороне. Из каких же компонентов состоит успешное проведение переговоров?



Пунктуальность

Начать переговоры вовремя – значит, проявить уважение друг к другу. Быть пунктуальным очень важно, поэтому постарайтесь прийти на встречу заблаговременно, но не слишком рано.

Информация четко и по делу

Не стоит загружать партнеров лишними подробностями, размышлениями и предположениями. Выражайте мысли тезисно и информативно. Партнеры это оценят.

Внимание к оппоненту

Правила ведения переговоров предполагают предоставление обеим сторонам возможности высказаться, а также выслушать друг друга.

Первое впечатление важно

Отправляясь на деловые переговоры, соблюдайте правила дресс-кода. Строгая одежда поможет не только настроить себя на работу, но и показать партнеру ваше уважение к нему.

В процессе переговоров важно не обещать того, чего не сможете выполнить. Гораздо честнее сразу отказать. Старайтесь наладить диалог, даже если разговор пошел не по вашему сценарию. Умение договариваться – это целое искусство, которое оттачивается с годами.

Как «приручить» доверие?

Доверие основывается на поступках и подтверждается годами счастливой жизни.

Но вот потерять его можно в один день, причем не всегда по своей вине. Что делать, оказавшись в подобной ситуации?



Ошибка в прошлом

Если вы когда-то обманули любимого человека, то удивляться, что теперь вам не доверяют, не приходится. Причем вовсе не обязательно, что ваш обман был связан с изменой. Ведь однажды обманутый человек ждет подвоха отовсюду.

КАК БЫТЬ? Если вы сами создали проблему, честно признайте свою ошибку и скажите волшебные слова: «Я готова сделать все, что угодно, чтобы ты мне верил». Держите свое слово: будьте честной во что бы то ни стало. Только ежедневные «добрые дела» помогут вам изменить ситуацию, а единственная ошибка станет полным крахом доверия (и ваших отношений).

Предыдущий обман

Если вы сами никогда не обманывали любимого, но все равно чувствуете его недоверие, обязательно попытайтесь понять, в чем корень подобного поведения. Скорее всего, ваш мужчина имеет негативный опыт отношений с женщинами. Узнайте, не было ли в его прошлом измены и предательства.

КАК БЫТЬ? Откровенно поговорите с любимым, попытайтесь убедить его, что новые отношения отличаются от старых. Всякий раз подчеркивайте, как для вас важно его уважение и доверие. Повторяйте, что вы никогда не обманете, потому что не хотите сделать ему больно. Не провоцируйте, даже в шутку. В случае, когда обманывали не вы, шансы научить вашего мужчину доверию очень велики.

Проблемы из детства

Недоверие и порождаяемая ею ревность могут иметь и более глубокие корни. Речь идет о так называемом «базовом доверии» к миру, окружающим людям, которое формируется в первые годы жизни. Оно прежде всего зависит от поведения матери и ее эмоционального контакта с ребенком. Человек, у которого не сформировано базовое доверие, не доверяет никому, включая самого себя.

КАК БЫТЬ?

Если вы догадываетесь, что причина недоверия к вам вашего мужчины именно в этом, то исправить ситуацию будет очень трудно. Это работа для профессионального психолога. Вы можете лишь помочь любимому осознать проблему и убедить его обратиться к специалисту. Но если он не захочет помочь себе сам, ваши действия, увы, ничего не изменят.

Кстати Иногда лучше уйти

Вы, уступая требованиям мужа, перестали встречаться с подругами и общаться в соцсетях, а он по-прежнему недоволен? Значит вы столкнулись с абьюзером: он придирается тем сильнее, чем больше пытаетесь угодить. Попробуйте не потакать ему. Он или успокоится, или уйдет. Бойтесь? А стоит ли вам терпеть недоверие ради неполноценных, по сути, отношений?

Ольга БЕЛЬСКАЯ

На заметку 5 признаков, что человеку можно доверять

- Рядом с таким человеком вам не нужно притворяться, он не пытается вас переделывать и принимает со всеми достоинствами и недостатками.
- Он не считает себя безупречным и умеет признавать свои ошибки. Если он умеет делать это по отношению к себе, то не будет делать трагедии и из ваших промахов.
- Ему необходимо знать ваше мнение о важных для него вещах. В ответ вам тоже захочется поделиться сокровенным.
- Он не ставит пароль на смартфон и компьютер (или вы знаете этот пароль). При этом о доверии говорит не то, что вы можете регулярно просматривать его переписку, а то, что вам не хочется это делать.
- Готовность делиться эмоциями – еще один признак доверия. Когда человек увидел что-то, что его зацепило, он обязательно перешлет вам ссылку или расскажет об этом – чтобы и вы испытали приятные эмоции.

Доверие – это когда вам говорят:

– Знаешь, а муж-то у тебя гуляет...

А вы отвечаете: – Пусть, он тепло одет!



БЫВАЕТ И ТАКОЕ

Утренний ростомер

А знаете ли вы, что по утрам человек выше, чем вечером? Разница может достигать 3 см. Это происходит из-за того, что во время сна позвоночник расслабляется, и расстояние между позвонками становится больше. А в течение дня позвоночник немного «оседает» из-за воздействия силы тяжести.



Будь здоров, киви!

Австралийские птички киви хоть и обладают клювом, на птиц не очень похожи. Во-первых, их перья больше напоминают мех – мягкие на ощупь. Во-вторых, они буквально вынюхивают свою добычу (жучков-червячков), поэтому ноздри у них расположены не у основания клюва, а ближе к кончику. А еще они чихают! Потому что частички земли постоянно попадают им в нос.



Очки справедливости

Дата создания солнцезащитных очков не сохранилась. Но точно известно, что более 800 лет назад в Китае изготавливались подобные предметы – из дымчатого кварца. Правда, защищали они не от солнца, а от взглядов недоброжелателей. Очки делались не прозрачными, а с гранями, как драгоценности. Их носили судьи, чтобы во время заседания никто не мог догадаться по их глазам, в чью сторону склоняется решение.



Торжественно помолчим

Сложно найти взрослого человека, который не знает слова национального гимна хотя бы частично. А вот в Испании полно таких людей. Все дело в том, что последний раз гимн содержал текст еще в середине прошлого века. И хотя талантливых поэтов в Испании предостаточно, договориться о каком-то едином варианте не удалось. Было решено оставить только музыку.

Светлана СИДОРЧУК

Как раньше лечили простатит? Да просто лекарствами. А значит с переменным успехом. После курса таблеток и процедур действительно становилось лучше. Но через месяц-другой болезнь возвращалась вновь. И даже прогрессировала. Почему так происходило? Потому что лекарства не могли до конца устранить саму причину возникновения простатита. И ликвидировать застойные явления в органах малого таза.

И тогда терапию приходилось повторять заново. А сколько крепких с виду мужчин так потеряли навсегда? «Аденома и простатит» — всякий раз это звучало как приговор. А ведь так и до рака простаты недалеко... Согласитесь, удручающая картина.

Что же делать в этой ситуации? Как вылечить простатит? И не зря потратить деньги, и главное — не упустить время? Спешим успокоить. Теперь больше никаких платных клиник и дорогостоящих лекарств. Как это возможно? Сравнительно недавно произошла настоящая революция. Возможно, Вы и не слышали о ней. Но она перевернула все ранее существовавшие представления о лечении простатита.

Что же помогло изменить ситуацию? Всё поменялось благодаря смелой идее и нестандартному подходу. А воплотить его в жизнь помогла гениальная команда специалистов. Это были медики и конструкторы завода по производству медицинской техники «Невотон» (г. Санкт-Петербург). Они смогли осуществить до сей поры невозможное. Им удалось реализовать мечту о портативном аппарате. Так был создан ЭРЕТОН.

В нём соединились все самые передовые методы лечения мужских болезней. И самое главное — он предназначен для домашнего применения. Согласитесь, это существенно облегчает лечение. Дома ведь и стены помогают. Кроме того, по своей эффективности он ни в чём не уступает стационарным аппаратам частных клиник.

ВЫСОКАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ 91,9 % В ЛЕЧЕНИИ ПРОСТАТЫ

ЭРЕТОН блестяще прошёл все необходимые испытания в ведущей клинике страны — Национальном медико-хирургическом центре им. Н.И. Пирогова (г. Санкт-Петербург). Его доказанная эффективность составила 91,9 %. Только представьте, он вылечивает 9 из 10 человек. Просто фантастический результат! И поэтому аппарат был одобрен как медицинское изделие (Рег. уд. Росздравнадзора № ФСР 2012/13666). И за это время ЭРЕТОН уже помог тысячам мужчин по всей стране. С тех пор многое произошло. Изменился и сам аппарат. Сейчас он производится под маркой SELFDOCS ЭРЕТОН. Тем самым было подчёркнуто его важное для потребителя свойство. То, что именно он позволит Вам самостоятельно избавиться от простатита. «Сами себе доктора» — так звучит

НЕИЗЛЕЧИМЫЙ ПРОСТАТИТ?

ТЕПЕРЬ ЭТО ТОЧНО НЕ ТАК!

в переводе с английского языка первое слово в названии аппарата. Кроме того, ЭРЕТОН стал ещё мощнее и эффективнее. И, как следствие, продолжил получать престижные награды в своей послужной список.

НАГРАДЫ И ПРИЗНАНИЕ ЭРЕТОН

*Дипломант программы «100 лучших товаров России»

*Платиновый знак «Всероссийская марка. Знак качества XXI века»

И это твёрдое признание его надёжности, безопасности и эффективности. На самом высоком уровне. И альтернативы ему нет. Потому что он устраняет саму причину возникновения простатита. ЭРЕТОН ликвидирует застойные явления в органах малого таза.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

- * Хронический простатит
- * Гиперплазия предстательной железы (аденома)
- * Функциональная эректильная дисфункция
- * Отсутствие или потеря сексуального влечения
- * Синдром хронической тазовой боли
- * Простатодистит
- * Уретропростатит

УНИКАЛЬНЫЙ ИМПУЛЬСНЫЙ ТОК ЭРЕТОН

В чём же заключается преимущество ЭРЕТОН? Сегодня мы откроем Вам все его секреты. Прежде всего это импульсный ток. В чём состоит его уникальность? В том, что ЭРЕТОН воздействует непосредственно на простату. Такая особенность конструкции в разы повышает эффективность процедуры.

Что Вы при этом почувствуете? Приятное покалывание и сокращение мышц малого таза. А вот, скажем, усиление микроциркуляции крови просто так не «пощупаешь». Как и повышение тонуса мышц предстательной железы и очищение её протоков. Зато результат превзойдёт все Ваши ожидания. Даже самые смелые. Многие пациенты часто отмечают бы-

строе избавление от боли. И это сразу после первых применений! Потому что улучшенное кровоснабжение и лимфодренаж снимут отёчность. Как следствие, у Вас исчезнет сдавливание и боль. Казалось бы, чего ещё желать? Однако разработчикам ЭРЕТОН удалось сделать эту процедуру ещё более эффективной.

БИПОЛЯРНЫЙ ТОК ЭРЕТОН ОТПРАВИТ ПРОСТАТИТ В НОКАУТ!

Как такое возможно? За счёт смены полярности тока прямо в процессе процедуры. Именно так достигается максимальный лечебный эффект. Это как «двоечка» в боксе. Хук справа, затем хук слева. И, образно говоря, Ваш простатит отправится в нокаут! Каждая клетка воспалённой простаты получит оздоровительную встряску. И в итоге ЭРЕТОН просто выбьёт из неё всю хворь.

И Вы почувствуете, как мучавшая Вас боль уходит. Спадает отёчность и нормализуется мочеиспускание. Как следствие, Ваш сон станет глубоким и ровным.

А утреннее пробуждение подарит радость. Радость нового дня, без боли и страданий! Но это ещё не всё, на что способен ЭРЕТОН.

НИЗКОЧАСТОТНАЯ МИКРОВИБРАЦИЯ ЭРЕТОН

Вы слышали про «ручной» массаж простаты? Очень важная и нужная процедура. Если, конечно, её делает профессионал. А если нет? То тогда последствия могут быть весьма печальными. Это может усугубить течение болезни. Так вот, низкочастотная микровибрация с ЭРЕТОН служит её полноценной заменой. И проводит её на самом высоком профессиональном уровне! И главное, теперь массаж простаты можно сделать самому. Просто не выходя из дома. Как говорится, без посторонних глаз и рук. Представляете, как это удобно?

А что даёт Вам профессиональный массаж? Он многократно усиливает действие импульсного тока. Что ещё

больше способствует улучшению микроциркуляции крови. И, значит, снабжению простаты кислородом. Вибромассаж с ЭРЕТОН также помогает выводу продуктов воспаления. Снятию отёчности и уменьшению боли. И самое важное, восстановление мужских способностей!

Вы ощутите, как проснутся Ваши силы и уверенность. Как будто молодость вернулась.

Вы вновь поверите в себя. И это очень важно для мужчины. Хотя в срок, хоть в семьдесят лет. Однако самые невероятные возможности этого уникального аппарата ещё впереди!

МАГНИТНОЕ ПОЛЕ ЭРЕТОН

Вы будете просто поражены! Под воздействием магнитного поля каждая клетка простаты «просыпается». Ускоряются обменные процессы на клеточном и тканевом уровне. Это значит, включаются ранее угнетённые защитные функции самого организма. Только представьте, под воздействием ЭРЕТОН организм начинает лечить себя сам. Просто потрясающий эффект. Это как цепная реакция при делении атома. Возникает лавинообразный эффект исцеления!

Однако это не всё, что может магнитное поле. Благодаря ему ЭРЕТОН мощно стимулирует выработку антитромбина. Именно он препятствует сгущению крови. И улучшает её текучесть. Это многократно усиливает действие импульсного тока и вибромассажа. Как Вам такой результат?! Просто высший уровень терапии!

НОВЫЙ ПОДХОД В ЛЕЧЕНИИ ПРОСТАТИТА

Однако в чём секрет именно феноменального успеха ЭРЕТОН? В совместном применении импульсного тока, магнитного поля и массажа. Именно вместе они создают так называемый эффект синергии. При котором лечебные факторы не складываются, а умножаются! Как говорится, один в поле не воин. И ЭРЕТОН — это не просто три богатыря. Это целая армия!

Чем же ещё терапия с ЭРЕТОН отличается от обычных лекарств? Она не распыляется. Не «оседает» в печени. И не выводится из организма, так и не достигнув цели. Аппаратное воздействие направлено прямо на простату. Все его мощности используются на 100 %!

На устранение самой причины возникновения простатита — преодоление застойных явлений. Именно такой подход и есть основа потряса-

ющей эффективности аппарата.

ЗДРАВСТВУЙ, НОВАЯ ЖИЗНЬ!

С ЭРЕТОН Ваша жизнь действительно изменится! Вы забудете о беспокоящих Вас болях. И для этого всего-то нужно 10–12 минут в день. А после курса процедур Вы почувствуете себя Мужчиной. Именно с большой буквы. Вернётся само желание жить и творить. Эти чувства вновь захлестнут Вас.

И подхватят в круговорот событий. Рыбалка, охота, грибы или внуки? Всё нужно и, главное, можно успеть!

А всё потому, что восстановится сон. Ведь больше ничего его не тревожит. Вы забудете про свои бессонные ночи. Для Вас они останутся в кошмарном прошлом. Разве это не здорово? Просыпаться рано утром полным бодрости и сил? Теперь это станет возможным. Спасибо за всё, ЭРЕТОН!

РЕЗУЛЬТАТ ИЛИ 100 % ГАРАНТИЯ ВОЗВРАТА ДЕНЕГ!

Эффективность ЭРЕТОН поражает и проверена временем. Он вылечивает 9 из 10 пациентов! И это очень весомый довод. Именно ЭРЕТОН способен Вас спасти. И принести мир и покой в Ваш дом! И главное — обеспечить долгую и счастливую жизнь. Жизнь без боли, тревог и волнений!

Кроме того, такая высокая эффективность ЭРЕТОН позволяет дать дополнительную гарантию для аппарата. Что это значит? При отсутствии улучшений при его использовании мы готовы вернуть Вам деньги. Удивлены? А как иначе? Когда речь идёт о лидере в лечении простаты!

Закажите его по бесплатной «горячей линии» 8 (800) 777-93-14.

СДЕЛАЙТЕ ЭТО СЕЙЧАС, ПОКА НА ЭРЕТОН ЕСТЬ СКИДКА.

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ по номеру телефона:

8 (800) 777-93-14

ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ И АНОНИМНЫЙ!

НЕ ОТКЛАДЫВАЙТЕ ШАНС ВЕРНУТЬ ЗДОРОВЬЕ НА ЗАВТРА!

ВНИМАНИЕ! Количество физиотерапевтических аппаратов «Эретон» ограничено!

Также вы можете сделать заказ на сайте apteka.ru

ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ! 0+

5 октября САНКТ-ПЕТЕРБУРГ Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной переулок, д. 3 9:00-12:00

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. *Акция действует с 27.09.2023 г. до 27.10.2023 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. **Подробную информацию о возврате денежных средств уточняйте у оператора. АО НПК «КАТREN» ОГРН 1025403638875 Юридический адрес: 630559, Новосибирская область, рп. Кольцово, пр-кт Академика Сандахчиева, зд. 11. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

В Санкт-Петербурге завершился II Международный фестиваль циркового искусства «Без границ». 200 лучших артистов из 16 стран мира, десятки тонн декораций и реквизита, более 150 эксклюзивных костюмов, 3 дня конкурсной программы, 22 цирковых номера, которые поднимали зрителей с места, заставляя аплодировать без остановки.

Фестиваль стал не только ярким культурным событием, но и свидетельством того, как сотрудничество и совместные усилия способны создать нечто восхитительное и по-настоящему грандиозное.

Экзамен на мастерство

Участниками фестиваля, организованного компанией ФКП «Росгосцирк» и Большим Московским государственным цирком, стали представители практически всех цирковых жанров: клоуны, дрессировщики, акробаты, гимнасты, жонглеры, приехавшие из самых разных уголков мира: Италии, Германии, Японии, Мексики, Гватемалы, Казахстана, Монголии, Австралии, Китая, Вьетнама, Эфиопии, Испании...

У входа в старейший цирк страны Чинизелли зрители в лучших традициях спрашивали лишней билетик. И пока зрители ждали начала представления, артисты за кулисами переживали волнение и надежды.

На кону – не только признание международного жюри и зрителей, золотые награды, но и контракты от импресарио, приехавших отовсюду на лучший цирковой смотр. Как заметил председатель жюри генеральный директор компании «Росгосцирк» Сергей Беляков, «для артиста цирка фестиваль – это экзамен, который он готовит не раз в году, а всю свою жизнь».

И пусть цирк для артистов – семья, на фестивале, который предполагает конкурс, между ними серьезная конкуренция. Статус наград фестиваля высокий, и за них стоит побороться.

Алексей МАКЛАКОВ:

Мечтаю выйти на манеж цирка



Цирк с философией

«Выступление российского дуэта (гимнасты на ремнях Елена Мизенина и Дмитрий Ефребкин, номер «Анна»). – Прим. авт.) никого не оставило равнодушным, – признался член жюри фестиваля заслуженный артист России Алексей Маклаков. – Номер, который показали ребята, – величайшее прочтение великого произведения Льва Толстого. Оказывается, цирк может быть гораздо тоньше, чем многие думают. Признаюсь: меня сложно потрясти, потому что прожита большая часть жизни, потому что много чего переиграл. Но я плачу, когда смотрю номера, в которых существует философия, а цирк этим богат. Так что

слава цирку и «Росгосцирку»!

Народный любимец также признался, что мечта его жизни – выйти на манеж в роли клоуна. Он верит, что однажды это непременно произойдет, «потому что цирк – это вера в невозможное!». «Я давно искал площадку, где бы можно было воплотить свою мечту. Гендиректор «Росгосцирка» Сергей Беляков предложил мне попробовать это сделать, за что сердечно ему благодарен, – продолжал рассказывать артист. – Теперь мечтаю приостановить кино- и театральные проекты и переключиться на цирк. Это долг моей любви к нему и желание почувствовать совершенно другой адреналин. В цирке он более завораживающий, чем в театре и кино».



Триумфаторы фестиваля, воздушные гимнасты на ремнях Елена Мизенина и Дмитрий Ефребкин.



Дрессировщик Карлос Брешиани нашёл подход к полосатым питомцам.

Номер «Подкидные доски» под руководством Алексея Зарипова.



«Раскрутили» на золото

Конкурсная программа фестиваля показала, что не только статус наград высокий, но и уровень исполнения артистами номеров. Неудивительно, что члены жюри оказались перед сложным выбором, так что пришлось учредить сразу три золотые награды, три серебряные и четыре бронзовые. Тем не менее, были номера, в отношении которых зрители и жюри оказались единодушны. Один из них восхитил и заставил переживать всех без исключения – номер «Анна» по мотивам «Анны Карениной» в исполнении гимнастов «Росгосцирка» и продюсерского центра «Королевский цирк Гии Эрадзе» Елены Мизениной и Дмитрия Ефребкина. С первой секунды они в напряжении весь свой мини-спектакль, эмоционально, головокружительно исполняя невероятные трюки в воздухе. По окончании выступления зал устроил им такие овации, что было понятно – эти артисты сумели завоевать любовь зрителей.

в мире женский коллектив, обратившийся к мужскому виду циркового искусства. Больше того: на этом фестивале девушки установили мировой рекорд, впервые исполнив сальто-мортале вперед согнувшись с поворотом на 180 градусов на одной ходуле. Поверьте – это впечатляет! И вполне заслуженно (помимо золотой награды) девушки получили спецприз от генерального директора Китайской национальной акробатической труппы Ли Чи, и – что особенно важно – контракт от него же на дальнейшее сотрудничество. Так что скоро, надеемся, наши красавицы будут покорять зрителей Поднебесной.

Это будут делать еще одни золотые призеры – коллектив из Китая, выступивший с номером «Игра с диаволом». В прошлом году китайская национальная группа не смогла добраться до Петербурга из-за ковидных ограничений. В этом году они взяли реванш во всех отношениях и вернулись на родину с золотой наградой, показав на легендарном манеже цирка Чинизелли высочайшее мастерство.

Там же, в том же месте

Всего за время фестиваля было заключено четыре контракта. Кто знает, возможно, их будет больше. Сравнивая первый и второй фестивали, председатель жюри Сергей Беляков отметил, что оба были успешными, но при этом получились абсолютно разными. И верит, что третий фестиваль, который пройдет через год в том же месте, будет отличаться от двух предыдущих. Потому что растёт уровень мастерства, расширяется состав участников, и уже сегодня международный фестиваль «Без границ» называют самым значимым событием года в области циркового искусства. То ли еще будет!

Наталья АНОХИНА



СПЕЦТИРАЖ
01.10.2023

Мечталлион

ВСЕ ВЫИГРЫШИ

X2

СУПЕРПРИЗ

ОТ 200 МЛН ₽



«ВГЛ-2Т СПОРТ СОЮЗ», АЛГОРИТМ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ВЫИГРЫШЕЙ № 4 («МЕЧТАЛЛИОН»), СРОК ПРОВЕДЕНИЯ ЛОТЕРЕИ — ДО 29.08.2034. ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОРГАНИЗАТОРЕ ЛОТЕРЕИ, ПРАВИЛАХ ЕЕ ПРОВЕДЕНИЯ, ПРИЗОВОМ ФОНДЕ ЛОТЕРЕИ, КОЛИЧЕСТВЕ ПРИЗОВ ИЛИ ВЫИГРЫШЕЙ, СРОКАХ, МЕСТЕ И ПОРЯДКЕ ИХ ПОЛУЧЕНИЯ — НА САЙТЕ WWW.NLOTO.RU (HTTP://WWW.NLOTO.RU/) И ПО ТЕЛЕФОНУ 8 800 333-7-333. В СЛУЧАЕ НАЛИЧИЯ НЕСКОЛЬКИХ ПОБЕДИТЕЛЕЙ В КАТЕГОРИИ «СУПЕРПРИЗ» СРЕДСТВА ПРИЗОВОГО ФОНДА, ОТВЕДЕННЫЕ НА КАТЕГОРИЮ ВЫИГРЫША, РАСПРЕДЕЛЯЮТСЯ В РАВНЫХ ДОЛЯХ МЕЖДУ ВСЕМИ ВЫИГРАВШИМИ В НЕЙ ЛОТЕРЕЙНЫМИ СТАВКАМИ. ОПЕРАТОР ЛОТЕРЕЙ ООО «СПОРТИВНЫЕ ЛОТЕРЕИ», ООО «СПОРТИВНЫЕ ЛОТЕРЕИ», ОГРН 1195027010386, АДРЕС: 142210, МОСКОВСКАЯ ОБЛАСТЬ, Г.О. СЕРПУХОВ, Г. СЕРПУХОВ, ПЕР. КЛУБНЫЙ, Д. 1/2, ПОМЕЩ. 203

18+

РЕКЛАМА

Уже стало хорошей традицией перед Новым годом смотреть новую часть фильма «Ёлки».

За годы своего существования эта история менялась, появлялись новые сюжеты и новые герои – но всегда оставалось хорошее настроение, добрый юмор и немного сказки. Кстати, есть еще одна традиция у этого фильма: съемки в теплое время года. Ведь даже в старой поговорке говорится: готовь сани летом. Так что снег, который вы видите в «Ёлках», – обычно искусственный, а новогоднее настроение в кадре приходится создавать в самый разгар жары.

Этот год не стал исключением. Продюсер и соавтор сценария Евгений Кулик обещает зрителям захватывающий сюжет и звездный актерский состав. И особо отметим, что это будут десятки, юбилейные «Ёлки». Производством картины занимается студия Bazelevs и продюсерская компания Kulik Production при участии «НМГ Кинопрокат».

Снова теория рукопожатий

Новогодние истории вновь будут связаны теорией шести рукопожатий – но уже на новый лад. По замыслу авторов, новая часть «Ёлок» будет состоять из четырех новелл, объединенных общей сюжетной линией. В первой истории мужчина, которого все зовут Геннадич (по его отчеству), коротающий век в доме престарелых под Санкт-Петербургом, обретет свою настоящую семью. Во второй начинающей блогерше Ларисе из Тюмени предстоит узнать, на что ради своих близких готов решиться ее супруг. В третьей Марине из Татарстана надо научиться любить то, что действительно важно для ее мужа. А в четвертой девушка-геймерша по имени Тана из Нижнего Новгорода поймет, что настоящая любовь – это совсем не игра. Ведь в самую волшебную ночь года каждый имеет шанс обрести свое персональное счастье!

Звездный состав

Звездный состав в юбилейной части фильма впечатляет. Зрители увидят много знакомых лиц: это

Юбилейные «Ёлки» устроили Новый год



Съемки одного из эпизодов. В кадре Регина Тодоренко и Егор Корешков.

Детали

Роль Регины Тодоренко

Несмотря на то что все нюансы сюжета создатели фильма держат в строжайшей тайне, нам все же удалось узнать некоторые подробности. Так, Регина Тодоренко появится в одной из новелл вместе с Егором Корешковым. Они будут играть супругов. Для Регины съемки в этой истории – своеобразный дебют. Артистка раньше принимала участие в других фильмах, но это были эпизодические роли. Эта – для нее главная.

– Когда продюсеры предложили мне роль, я согласилась, даже не прочитав сценарий, – признается Регина Тодоренко. – Ведь «Ёлки» – это не просто хорошее кино, уже ставшее культовым новогодним фильмом. Это и прекрасная возможность сходить в кинотеатр всей семьей, чтобы разделить с близкими прекрасные добрые эмоции, снова поверить в чудо. Моя героиня в фильме – мама девятилетнего мальчика, который хочет помочь людям и верит в то самое чудо.



Филипп Киркоров сыграл сам себя.

В фильме появятся Елена Валушкина и Виталий Кищенко.

и народные артисты, любимые поколениями россиян, и звезды, завоевавшие популярность в интернете и на телевидении. В «Ёлках» появятся Филипп Киркоров, Елена Валушкина, Галина Польских, Юрий Кузнецов, Борис Щербаков, Егор Корешков, Виталий Кищенко, Ольга Дибцева, Александр Баширов, Эльдар Калимулин, Амиран Сардаров и многие другие.

– «Ёлки» – это всегда семейный поход в кино, поэтому нам важно, чтобы каждый участник от мала до велика увидел на экране любимого персонажа, – говорит генеральный директор кинокомпании

Bazelevs и один из продюсеров картины Тимур Асадов.

Съемки в этот раз проходили в Москве и области, а также в Республике Татарстан – в городе Альметьевске.

Съемки у Филиппа Киркорова

У Филиппа Киркорова – большой опыт работы в кино. За его плечами уже более 40 ролей, да и в «Ёлках» он снимается уже третий раз. Как вы догадываетесь, играет певец самого себя. Как нам уда-

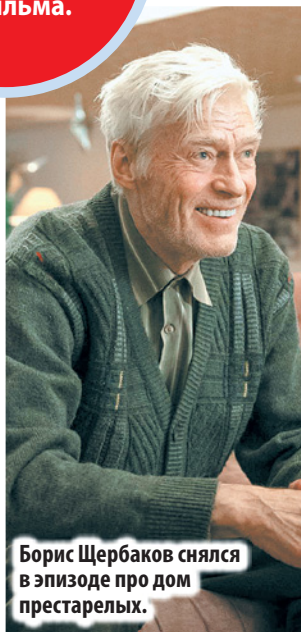


Евгений Кулик и Даша Дошик.



Съемки с Галиной Польских.

К выходу в прокат готовится десятая часть легендарного фильма.



Борис Щербаков снялся в эпизоде про дом престарелых.

лось узнать, в фильме прозвучит и несколько его новых песен.

Надо сказать, что работа над эпизодами с участием Киркорова проходила в его доме. Киногруппа украсила двор яркими новогодними декорациями, привезла машину для создания снега. Сам Филипп с интересом лично попробовал, как она работает, – и «создал» пару сугробов.

– Я стал домоседом, и меня из этого места клещами не вытащить, – признается Филипп Киркоров. – Кроме того, я еще решил на это ради своего дорогого папы Бедроса, который также получил небольшую роль в новом фильме. Ему должно быть комфортно

на съемочной площадке. В этом году ему исполнился 91 год, и лишних тревог не хочется ему доставлять. Когда попадаешь на съемочную площадку, то становишься актером кино, поэтому я готовился к работе, учил роль. Рассказать вам подробности сюжета я не имею права. Но отмечу, что я сам до сих пор верю в чудеса, в Деда Мороза. И наш фильм будет настоящей сказкой!

Что же, предложение интересное... Но мы с вами пока будем ждать традиционных «Ёлок», которые, согласно плану, выйдут на экраны уже 7 декабря. Осталось совсем недолго...

Валерия ХВАЩЕВСКАЯ

А вы знали, что один прадед, как и одна прабабушка актрисы, с которой мы сегодня общаемся, были дворянами?

А другой прадед и прабабушка-дворянка – оперными певцами? Она и сама поет, причем может разными голосами. А еще она, как и прадедушка – декан юридического факультета, преподает и руководит Московским государственным театром Роста в Царицыно. Она играет в театре, снимается в кино и участвует в телешоу, пишет книги. Она заслуженная артистка России. И еще она, конечно, бесконечно любимая всеми, талантливая, запоминающаяся и неповторимая... Нонна Гришаева.

О ролях и героинях

– Вас часто ассоциируют с комедийной актрисой. Каким вы проектом вы развеяли этот миф о себе?

– Посмотрите сериал «Непридуманная жизнь». Это моя любимая роль, серьезная драматическая история. И еще совсем скоро выйдет новое кино «Про мою маму и про меня». Фильм уже победил на одном фестивале, а официальная премьера будет в ноябре. Режиссер – Дмитрий Губарев.

– Если не ошибаюсь, то спектакль «Про мою маму и про меня» есть в театре Роста...

– Этот фильм – по спектаклю. Лена Исаева, автор пьесы, перделала ее в сценарий.

– Чем-то кино отличается от спектакля?

– В спектакле я играю только маму, а в кино – и маму молодую, и маму 80 лет, и взрослую дочку Лену. Мне как актрисе это интересно: три ипостаси, три характера, три возраста...

– А почему роль взрослой дочери досталась вам?

– В спектакле девочка вырастает в писателя, а в фильме – в певицу. К этому фильму композитором Иваном Урюпиным написаны оригинальные песни, и я их с удовольствием исполняю.

– Есть и ещё новые проекты. Например, комедийный сериал «Наследство» для ТНТ...

– О, у меня там потрясающие партнеры: Саша Робак и Алёна Бабенко! Это такой подарок судьбы, когда на площадке такие партнеры.

Нонна ГРИШАЕВА:

Я как Мэри Поппинс – строгая, но добрая!



Детали

Об учителе и детях

– Вы строгий руководитель?

– Как и положено Мэри Поппинс – строгая, но добрая!

– Учитывая ваш съёмочный график и работу в театре – причём не только в своём – как вы успевали ещё и преподавать?

– Когда мне мой учитель, режиссер, педагог Михаил Борисович Борисов предложил возглавить курс, я отказывалась и говорила, что у меня нет физически времени. А он мне сказал: «Ты обязана, пока ты играющий тренер, делиться своим мастерством!»

– И вы, как прилежная ученица, пошли...

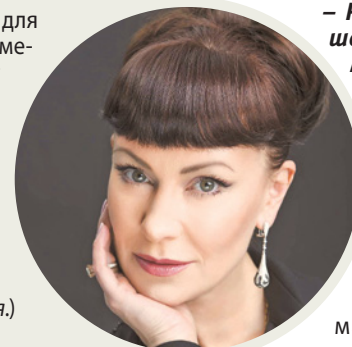
– Да, его мнение было всегда для меня определяющим, он вел меня по жизни. И я безумно ему благодарна, что он меня заставил, уговорил, сподвиг...

– А что остаётся родным Илье и Насте?

– Это главные люди в моей жизни! Они не обделены, поверьте, они на первом месте у меня стояли, стоят и будут стоять всегда! (Смеется.)

– Чем они занимаются?

– Илье 16, и он еще в школе. Снимается иногда: пару лет назад в сериале «Гелий» сына моего сыграл. Но он не стремится в артисты. А Настя – художник, работает в рекламной фирме, немножко подрабатывает в анимационной компании, иногда бывают предложения по иллюстрации книг... Кстати, в конце августа вышло третье переиздание нашей книги «Советы дочкам» – моя, как автора, и Насти (ей было 15 лет), как иллюстратора.



– Репертуару вашего театра может позавидовать любой другой театр. На некоторые спектакли можно и без детей придти...

– Мы придумали такую концепцию: растем

вместе с театром. С трех лет начинаем ребенка приглашать в театр – и дальше, дальше, до бабушек и дедушек, для которых есть замечательный спектакль «Карусель» и «Пять вечеров» в постановке Паши Сафонова. Мне всегда хотелось, чтобы родителям не было скучно на детских спектаклях.

– Думаю, те, кто видел в вас только комедийную актрису, читают и удивляются. Вы – и художественный руководитель...

– Это самая сложная моя ипостась! (Улыбается.) Художественный руководитель – большая ответственность, а я по жизни гиперответственная, поэтому для меня все очень непросто. Театр – это семья. И театр – огромный дом, сложный организм, который и болеет, и в нем случаются пожары, ремонты, непредвиденные ситуации, пандемии. И все надо пережить, сломить, победить, выбить средства, закупить и доставить...

«Мне не хватает моря...»

– Если есть время на отдых, как вы его проводите?

– Идеальный отдых – на море. Мне очень его не хватает...

– Если в вашей жизни что-то идет не так, не по плану – это вас...

– Расстраивает. Но я пытаюсь максимально собраться и снова войти в нужное русло. Мне очень помогают молитвы. Господь укрепляет и дает силы справляться с трудностями.

Светлана МАРГОЛИС

ПОДРОБНОСТИ

О «Папиных дочках», перформансе и мюзикле

– «Папины дочки. Новыё». Удивило ли вас решение снять продолжение?

– Очень! Не скрою, я скептически была настроена. Но когда прочитала сценарий и увидела, насколько это талантливо и смешно написано, – сомнений, сниматься ли, не осталось. Но эта история – не про нас, это про семью Веника и Даши. А меня все так же будет

немного: я всего лишь бабушка, которая помогает управляться с четырьмя внуками.

– Одна из ваших «дочек» Лиза Арзамасова уже выросла в серьезную актрису. И у вас есть «взрослый» совместный короткометражный проект «Две диафрагмы»...

– Лиза в «Двух диафрагмах» сыграла прекрасно! А недавно она меня позвала при-

«Растём вместе с театром»

– У вас много всего связано с детьми: руководите детским областным театром, играете с детьми в фильмах, вели курс в ГИТИСе...

– Все в нашей жизни и в нашей судьбе не просто так, все предназначено. Я сама с десяти лет в профессии – когда впервые вышла на сцену Одесского театра оперетты. Играла девочку Венди в спектакле «Остров детства» по исто-

рии о Питере Пэне. А спустя много лет в Одесском ТЮЗе сделала меценатский проект – спектакль «Варшавская мелодия», где раз в месяц играла Гелю, собирая аншлаги, и все деньги передавала театру... А потом мне предложили возглавить Подмосковский ТЮЗ (сейчас – Театр Роста в Царицыно. – Прим. авт.) – и я поняла: когда ты что-то отдаешь, обязательно Господь тебя наградит, тебе воздастся. Я это предложение восприняла как кульминацию моей миссии для детей.

глашенной «звездой» в свой перформанс «ЧП» в Доме Булгакова. Я там появилась на две песни, как сюрприз, и досмотрела весь спектакль. Была покорена ее актерской работой.

– В упомянутом проекте «Две диафрагмы» снимался и ваш муж Александр Нестеров. Он же – режиссер спектакля «Люся. Признание в любви» в те-

атре Вахтангова. Как работаете вместе?

– Замечательно и легко! Он не только актер и режиссер – он еще и педагог на нашем курсе. Поставил потрясающий дипломный спектакль: мюзикл «Голый король» Исаака Шварца, который мы взяли в репертуар нашего театра Роста. Сейчас он у нас репетирует «Бесприданницу» Островского...

На телеканале «Домашний» закончились съёмки сериальной мелодрамы «Переворот». В главной роли – великолепная Надежда Бахтина, которую зритель узнал и полюбил после выхода на экраны картины «Кармелита».

С тех пор фильмография актрисы заметно пополнилась, а поклонники с нетерпением ждут каждой новой ее работы.

Превратности судьбы

– Надежда, расскажите, пожалуйста, о чём картина и кого в ней играет?

– Пока фильм не вышел на экраны, не могу рассказывать весь сюжет. Но если кратко, жизнь моей героини Ольги Шуминой резко меняется после того, как ее любимый муж попадает в автотрагедию. Причем не один, а... с любовницей. Этот несчастный случай перевернет всю ее жизнь. Ольге выпадет столько страданий, что мне придется пролить немало слез в борьбе за ее счастье (улыбается). Самое тяжелое, что придется пережить моей героине, – это предательство близких людей. Но она все преодолевает и выйдет из этой истории победителем.

«Буду играть комических старух»

– Кинематографисты предлагают вам исключительно драматические роли, в то время как вы и комедийная актриса замечательная. Вас это не огорчает?

– Да, в кино используют лишь часть моих возможностей, хотя я могу быть острохарактерной комедийной актрисой. И сейчас в театре «Живая вода», где служу, есть комедийные роли. Например, играю жену грузина, музейного работника в спектакле «Мама Габриэли». Придумала для этой роли очень интересный яркий образ: рыжий парик, вязаная беретка с розой и нелепое с воланами пла-

Надежда БАХТИНА:

Могла бы быть доктором, если бы не стала актрисой



тье... Получаю большой кураж от этой работы. Такие роли тем еще хороши, что их можно исполнять в любом возрасте. То есть, когда состарюсь, стану играть комических старух (смеется).

Текст учила в самолёте

– Недавно довелось вас увидеть в антрепризном спектакле

«Куплю мужа», где вы играете с народными артистами Еленой Сафоновой и Валентином Смирнитским...

– В этот спектакль я ввелась недавно, хотя он играется много лет. Меня попросила выручить подруга-однокурсница Маша Климова, которой надо было надолго уехать. Ввод, тем более срочный, всегда стресс для актера. К тому же со спектаклем нужно было ехать на гастроль в Светлогорск. А у меня были съемки, которые закончились за два дня до гастролей. Не успела восстановиться, как сразу погрузилась в новый материал, текст доучивала уже в самолё-

те. Выходить на сцену с такими актерами, как Смирнитский и Сафонова, – большая ответственность. И, конечно, я получила огромное удовольствие от работы с такими партнерами.

Море снимает негатив

– Вы снова приступили к репетициям – теперь уже нового спектакля «Тёркин жив!». А отдохнуть удалось?

– Перед съемками картины «Переворот» успела съездить на неделю в Дагомыс. Еще удалось несколько дней провести на даче с родителями, братьями и племянниками.

– Вы, случаем, не садовод-любитель?

– Нет. Огород – не моя стихия. Может, с годами начну выращивать розы, но пока к земле не тянет (смеется). Но я очень люблю природу, нигде так хорошо не сплю, как на нашей даче в деревне. Люблю лес, здешнее озеро. Но если появляется время, стараюсь путешествовать, обожаю море. Мне кажется, море снимает весь негатив. И я при первой возможности стараюсь туда поехать.

Наталья АНОХИНА

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Будьте оптимистами и радуйтесь жизни – вокруг столько всего интересного! А когда наступит хандра, просто вспомните, что рядом есть люди, которым гораздо хуже, чем вам. И тогда поймете, что на самом деле у вас всё не так уж и плохо.

Детали

«В монастырь не уйду»

– В интернете появилась неожиданная информация о том, что вы на пять лет ушли в монастырь. Как-то не увязывается с тем, что происходит в вашей жизни сегодня...

– Потому что это чистой воды вымысел. Кто распустил эти слухи – сказать не берусь. Но, думаю, поводом для этого послужил тот факт, что одно время я действительно много ездила по монастырям. У меня в то время была потребность пересмотреть свою жизнь, привести в порядок мысли, понять что-то важное для себя. Эти поездки мне многое дали, стала более зрелой, изменились акценты в жизни. Но в монастырь не уйду. И по-прежнему нахожусь в любимой профессии.

ПОДРОБНОСТИ

В медицину нужно идти по призванию

– В одном из интервью прочитала ваше признание о том, что, если бы не стала актрисой, занялась бы врачеванием. Это правда?

– Дело в том, что я выросла в семье врачей. Дедушка – Владимир Сергеевич Баранчев – был военным хирургом, бабушка – Надежда Васильевна – фельдшером, операционной сестрой. Именно она учила меня бинтовать и ставить

уколы. Мама – врач-педиатр. Стоит ли говорить, что я преклоняюсь перед этой профессией. Я видела настоящих докторов – это наша семья. Мой дедушка всегда говорил: «Главное для врача – милосердие. Он должен любить своих пациентов». Такого же мнения придерживается моя мама – человек большого сердца. И когда меня пригласили вести благотворительные вечера, средства от которых должны

были пойти на создание паллиативного отделения в Центральной клинической больнице святителя Алексия, сразу согласилась. Так я стала другом больницы, где есть учебный центр, в котором проводят курсы сестер милосердия. Также у больницы есть филиалы и в других городах. Я, например, прошла эти курсы в Переславле-Залесском, где получила бесценные знания по оказанию паллиативной помощи тяжелобольным. Добровольцы, которые прошли такое обучение, могут оказывать сестринскую помощь в самых разных больницах. Это еще раз подтверждает известный факт, что в жизни нет ничего случайного. Я сейчас поняла, что, наверное, могла бы быть доктором, если бы не стала актрисой.

Одна из самых распространённых травм опорно-двигательного аппарата – вывих.

О т вывиха не застрахован никто, он может произойти в любой момент, поэтому о том, что это за травма, и о первой помощи при ней необходимо знать каждому.

Вывих – это что?

Вывих происходит из-за чрезмерного механического воздействия на сустав. Строение сустава при этой травме нарушается, его подвижность полностью ограничивается. Часто вывих происходит одновременно с ушибом, разрывом связок и/или сухожилий, переломом. Травму, при которой суставные поверхности смещаются не полностью, а частично, называют подвывихом. Вывихи в одном и том же суставе, повторяющиеся неоднократно и возникающие из-за ничтожного внешнего воздействия, называются привычными вывихами. Как мы уже писали, от вывихов не застрахован никто, эта травма может произойти в любом возрасте, но по статистике чаще всего страдают от нее пожилые люди. Вывихи рук встречаются чаще, чем вывихи в суставах ног. Наиболее часто встречающиеся вывихи – в плечевых суставах.

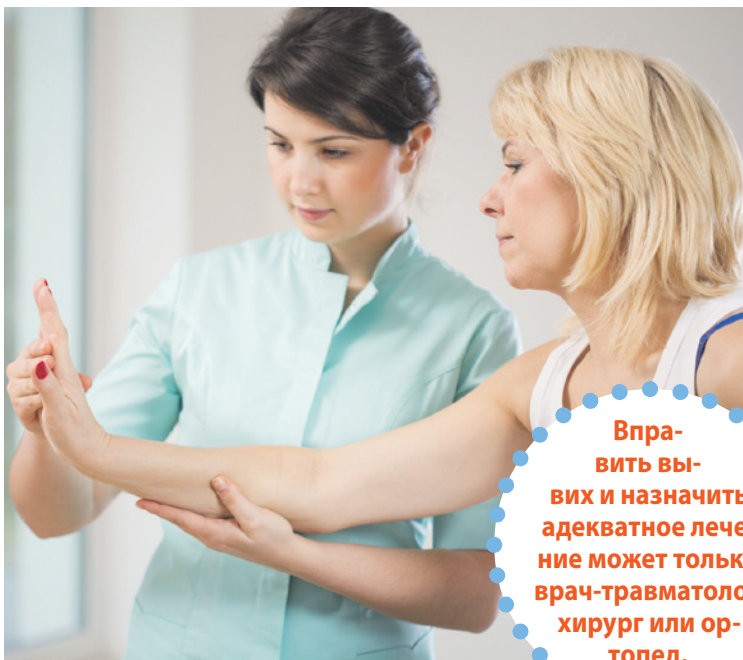
Что делать, если случился Вывих



Какие вывихи бывают чаще

Чаще всего встречаются следующие виды вывихов:

- вывих плечевого сустава;
- вывих акромиально-ключичного сустава;
- вывих локтевого сустава;
- вывих кисти;
- вывихи пальцев;
- вывих бедра;
- вывих голени (часто сопровождается разрывом связок);
- вывих стопы (нередко сопровождается разрывом связок и переломом лодыжки);
- вывих челюсти;
- вывих позвонка.



Вправить вывих и назначить адекватное лечение может только врач-травматолог, хирург или ортопед.

Как распознать

Самыми характерными симптомами вывиха являются:

- деформация сустава;
- щелчок (его слышно в момент вывиха);
- очень сильная боль в месте вывиха;
- сильный отек и/или обширное кровоизлияние (синяк);
- ограничение подвижности травмированного сустава.

Как лечить

Вывих недостаточно только вправить – то есть поставить сустав на место. Эта травма требует комплексной реабилитации. Поврежденный сустав фиксируется в состоянии покоя на период от трех недель до двух месяцев – в каждом конкретном случае продолжительность определяет врач. Если снять фиксирующие повязки раньше определенного врачом времени, вывих может стать привычным и повторяться постоянно.

Знай и помни!

Возможны осложнения

Вывихи без должного лечения приводят к печальным последствиям. Нарушения в поврежденном суставе прогрессируют, что приводит к тяжелым вторичным изменениям его структуры. Результатом таких изменений может стать искривление позвоночника, развитие деформирующего остеохондроза, а также тяжелой формы остеоартроза тазобедренного сустава – коксартроза, – приводящего к полной потере его функций.

А есть ли профилактика?

Увы, не существует какой-либо специфической профилактики вывихов. Однако можно снизить вероятность возникновения этой травмы. Травматологи считают, что тренированные мышцы существенно снижают вероятность возникновения вывихов. Поэтому в качестве профилактики вывихов рекомендован спорт, адекватные физические нагрузки, гимнастика, плавание и т.п.

Мужчина навел своего приятеля в больницу и рассказывает жене: – Ну, он долго ещё будет лечиться. – Ты разговаривал с доктором? – Нет, я видел медсестру.



Важно!

Вывих требует неотложной медицинской помощи, поэтому при любой травме с подозрением на вывих необходимо как можно скорее обратиться к врачу (как минимум в травмпункт).

Если в течение трех суток не обратиться за медицинской помощью, вправление вывиха значительно осложняется, а процесс реабилитации увеличивается. Застарелый же вывих (свыше двух недель) исправляется только хирургическим путем на операционном столе. Дальнейшая реабилитация определяется лечащим врачом. Как правило, это оздоровительная гимнастика, лечебный массаж и т.п.

Светлана ИВАНОВА

Английское средство для потенции: ДОЛГИЙ СЕКС, ЯРКИЙ ОРГАЗМ!

Мужчин, столкнувшихся с проблемой раннего семяизвержения, миллионы. Преждевременная эякуляция может случиться с каждым, независимо от возраста. Согласно статистике: 20% мужчин регулярно страдают от ранней эякуляции, а 35% мужчин хотят увеличить продолжительность полового акта.

ЧТО ДЕЛАТЬ? Есть надежный способ – биокомплекс «Король РИЧАРД I», разработанный английскими экспертами и произведенный в Англии. Это мужская формула без химических добавок, в состав которой вошли 9 растительных компонентов высочайшего качества с направленным действием на потенцию. 6 компонентов «Король РИЧАРД I» обладают стимулирующим действием на центры сексуального возбуждения в головном мозге и выработку тестостерона. А еще 2 – способствуют улучшению кровообращения в органах малого таза, обеспечивая приток крови

к половому органу и стойкую длительную эрекцию.

Действие биокомплекса «Король РИЧАРД I» направлено на:
✓ УСИЛЕНИЕ возбуждения и потенции;
✓ БЫСТРУЮ готовность к сексу;
✓ ПРОДЛЕНИЕ полового акта.

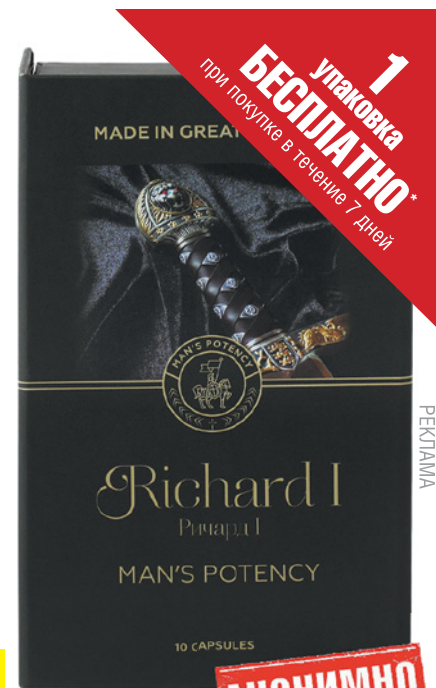
ВАЖНО! Мощное действие начинается уже через 30-40 минут после приема. И еще – биокомплекс «Король РИЧАРД I» совместим с крепкими напитками, любой пищей и любыми лекарственными средствами.

ТЕСТ! Если Вы хотя бы 2 раза ответили «ДА», закажите «Король РИЧАРД I»!

- Вы старше 50 лет;
- есть проблемы с эрекцией;
- быстрая эякуляция;
- сниженная чувствительность;
- слабые и не яркие оргазмы;
- ослабленное либидо.

Звоните по бесплатному номеру
8 (800) 100-55-60

Код Вашего подарка «КОРОЛЬ»



упаковка 1
БЕСПЛАТНО*
при покупке в течение 7 дней

РЕКЛАМА
АНОНИМНО

*Акция действует с 01.09.2023 г. по 01.04.2024 г. при покупке 3 шт. и более. Количество подарков ограничено. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 1217700093159, 127287, г. Москва, Петровско-Разумовский пр., д. 29, стр. 4, этаж 1, пом. 1, ком. 28. БАД, СГР № RU.77.99.11.003.R.003405.09.19 от 18.09.2019 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел.: 8 (800) 100-55-60. РЕКЛАМА. На упаковке: Made in Great Britain – Сделано в Великобритании. Man's potency – Мужская потенция.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Календарь красоты и здоровья

ПОНЕДЕЛЬНИК

ВТОРНИК

СРЕДА

ЧЕТВЕРГ

ПЯТНИЦА

СУББОТА

ВОСКРЕСЕНЬЕ

2 октября

Убывающая Луна в Тельце
Велика вероятность сегодня стать объектом восхищения и собрать букет комплиментов. Совсем не лишним будет подчеркнуть в макияже глазки и скулы; примерить тренч и высокие сапоги-случи.

3 октября

Убывающая Луна в Близнецах
Самое время отдаться в руки массажиста, быть может, даже практикующего тайский лечебный массаж. А вот скребками Гуаша можно и самой неплохо подтянуть кожу лица.

4 октября

Убывающая Луна в Близнецах
Хороший день для смены цвета волос и макияжа. Выглядеть ярче, когда природа разлила вокруг акварель, значит, поселить в сердце радость.

5 октября

Убывающая Луна в Раке
В эти сутки здорово будет посетить магазин нижнего белья и побаловать себя чем-то необычным и супердержким. Не лишним будет и начать комплекс упражнений для красивой, балетной осанки.

6 октября

Луна в Раке, последняя четверть
Согласитесь, здорово иногда, вооружившись женским романом, завернуться в плед и, прихлебывая из чашки какао, забыть о проблемах. Сегодня для этого как раз самое время.

7 октября

Убывающая Луна в Раке
Внимание, тавтология: бег на пробежку! День обещает подарить море энергии и заряд позитива. Не упустите возможность подкорректировать бровки и как следует пропотеть в сауне.

1 октября

Убывающая Луна в Тельце
Не стоит сегодня заниматься самолечением – будь то головная боль или акне. Здоровье и красоту лучше доверить профессионалам. А вот масочку питательную для волос будет сделать неплохо.

8 октября

Убывающая Луна во Льве
Чтобы не слишком поддаваться осенней хандре, порауйте себя ярким макияжем. Увлажните губы помогут уколы гиалуроновой кислоты. И да, осень – время присмотреться к лосьонам для тела.

9 октября

Убывающая Луна во Льве
День подходит как для инъекционной, так и для хирургической косметологии. Можно отдохнуть в SPA или понежиться в хаммаме. Кстати пригодятся скрабирование, горячие обертывания и массаж.

10 октября

Убывающая Луна в Деве
Пришло время обновить содержимое косметички. Распродажи в онлайн-магазинах придется кстати. Чтобы защитить глаза от ветра, посоветуйтесь с врачом насчет применения искусственной слезы.

11 октября

Убывающая Луна в Деве
В салонах красоты сегодня ждут рыжих charоvниц для освежения цвета волос. В меню дня неплохо бы ввести кисломолочные продукты и цельнозерновые каши. Время неплохо подходит для депиляции.

12 октября

Убывающая Луна в Деве
Прекрасный день для шопинга. Новая сумочка, шарфик, чашка в виде забавной зверушки... Любые приятные мелочи здорово поднимут настроение. Можно записаться также на чистку лица.

13 октября

Убывающая Луна в Весах
Лунные сутки подходят для санации полости рта. Пора привести в порядок зубы, поухаживать за деснами. Сегодня приветствуется макияж в стиле нюд, а в меню – сезонные фрукты и ягоды.

14 октября

Луна в Весах, новолуние, солнечное затмение
Легкая растяжка, медитация, дыхательные практики – сегодня важно гармонизировать свою внутреннюю энергию и не давать волю негативным эмоциям.

15 октября

Растущая Луна в Скорпионе
К покупке уходовой косметики сегодня стоит подойти скрупулезно – обратите внимание на гипоаллергенные варианты. Время подравнять кончики волос, оформить челку.

16 октября

Растущая Луна в Скорпионе
Если вы давно мечтали о длинных волосах, то знаете, день прекрасно подходит для наращивания и ботокса волос. В меню неплохо ввести морепродукты, зелень и орехи.

17 октября

Растущая Луна в Стрельце
В фаворе дня аппаратная косметология. Если еще не пользуетесь, рассмотрите вариант приобретения мезороллера. И неплохой результат обещает начатый сегодня курс кислотного пилинга.

18 октября

Растущая Луна в Стрельце
Луна предлагает немного «поворожить» над домашней косметикой. Приготовить убитан, подходящий вашему типу кожи, маски для лица и волос на основе алоэ вера. А для ЖКТ – тыквенный сок.

19 октября

Растущая Луна в Стрельце
День как нельзя лучше подходит для встреч с подругами и болтовни в кофейне за чашечкой латте. А с надоедливыми морщинками и пигментными пятнами обещает справиться биорепарация.

20 октября

Растущая Луна в Козероге
Октябрьский лес невероятно прекрасен! Сегодня он приглашает в гости тех, кто жаждет естественного румянца, покоя в душе и счастливого блеска в глазах. Захватите с собой термос с травяным чаем.

21 октября

Растущая Луна в Козероге
Интралипотерапия – процедура для тех, кто хочет быстро привести фигуру в порядок, не меняя привычного ритма жизни. Но все же рациональное питание и спорт тоже стоит включить в жизнь.

22 октября

Луна в Водолее, первая четверть
Время отдохнуть, посвятить время хобби. Примите ванну, посмотрите добрую комедию. Позвольте себе просто быть в моменте и никуда не бежать, ни за чем не гнаться.

23 октября

Растущая Луна в Водолее
Брюнетки, пришло ваше время! Окрашивание дня еще долго будет радовать насыщенностью цвета. Неплохо обещает пройти и процедура фотоомоложения. И да, время для депиляции.

24 октября

Растущая Луна в Рыбах
Сегодня никаких суррогатов! Еда только натуральная и свежеприготовленная. Встречи с друзьями и родными в реальности, а не онлайн. И ткани в одежде – натуральные, обувь – комфортная, по размеру.

25 октября

Растущая Луна в Рыбах
Хороший день для амплотерапии. Можно увеличивать нагрузки в спортзале – акцент делайте на силовых тренировках. Время поухаживать за шеей и зоной декольте. И берегите горло.

26 октября

Растущая Луна в Овне
Не бойтесь каблучков, смело выбирайте платья и силуэты, расчехлите алюю помаду. И кудри-кудряшечки, для них сегодня во всех салонах зеленый свет.

27 октября

Растущая Луна в Овне
Антицеллюлитный массаж и мезотерапия, сделанные в эти лунные сутки, обещают сногшибательный эффект – решайтесь. Неплохое время для водных процедур – баня, бассейн, контрастный душ.

28 октября

Луна в Тельце, полнолуние
Еще один день лунного цикла, когда отдых, сон и расслабляющий массаж обещают преобразить любую женщину лучше, чем дорогие салонные процедуры. Иногда очень важно замедлиться.

29 октября

Убывающая Луна в Тельце
Контурная пластика и волюметрия нынче для смелых charоvниц, а для более осторожных – скульптурный массаж лица и антивозрастные маски для кожи. Можно делать ламинирование ресничек.

30 октября

Убывающая Луна в Близнецах
Берегите суставы – не стоит давать им серьезную нагрузку. День чудесно подходит для выбора новой оправы для очков – модной и идеально вписывающейся в образ.

31 октября

Убывающая Луна в Близнецах
Чистка лица, восковая эпиляция, борьба с бородавками, морщинами и пигментными пятнами – конец октября прекрасно подходит для избавления от всего лишнего.

Октябрь

Человек принимает решение легко только тогда, когда созрел для него окончательно. В этом случае он просто переходит к действию.

Я решительно постучала в дверь директора нашей компании и, получив разрешение войти, оказалась в кабинете. Мельком взглянув на меня, Ирина Викторовна уткнулась в монитор. Еще вчера я бы робко стояла у двери в ожидании снисходительного взгляда руководителя. А сейчас быстро подошла к столу и положила на него листок бумаги.

– Что это? – сквозь зубы процедила наша мегера.

– Заявление об уходе.

– Основания?

– Просто больше не хочу здесь работать.

– Две недели, а потом можешь идти на все четыре стороны, – тем же тоном ответила директориса, не поднимая головы.

Белое – чёрное

В этом рекламном агентстве я трудилась со дня основания. Его открыли молодые креативные ребята Станислав и Максим. Они были очень разными: Стас – шутливый непоседа, выдумщик и прекрасный переговорщик; Макс – тихий, немного стеснительный, предпочитавший оставаться в тени, «мозг» компании. Сотрудники подбирали методом проб и ошибок: «свои» оставались, «чужие» отваливались. В конце концов, мы стали одной большой семьей и лучшими в своем деле. Как бы ни было тяжело, сколько бы сил и нервов ни отнимали дела, я всегда с удовольствием бежала в наш офис. И казалось, так будет всегда.

А потом белая полоса сменилась черной. Это случилось в начале зимы, когда холод и осадки обрушились в одночасье после затянувшегося тепла. Стас возвращался на своей машине с очередных переговоров. На крутом повороте машину на летней резине закрутило и вынесло на встречную полосу. Он ушел через неделю после аварии, не приходя в сознание.

Без компаньона Максим сник, не обладая харизмой и органи-

ЖИЗНЬ В ПОЛНОМ ЦВЕТЕ



Если человек не потерял способность ждать счастья – он счастлив. Это и есть счастье».

Иван Бунин

глаза-бусинки смотрели одновременно с надеждой и обреченностью. Подхватив щенка на руки, я отправилась с ним в офис.

Замаскировав собаку за мусорной корзиной, стала собирать бумаги. Нам надо было продержаться с ним до обеденного перерыва. Но через несколько минут громкий писк привлек всеобщее внимание.

– Мне кажется, или у нас завелся какой-то зверь? – удивленно спросил Владимир, мнивший себя крутым дизайнером.

В этот момент из-под моего стола показалась любопытная мордочка, и снова раздался писк.

– Полина, ты в своем уме? Или это твой прощальный привет? – уже болезненно сморщился Владимир. – Немедленно уберу его из помещения.

Дизайнера поддержала всегда улыбчивая секретарь Даша. Ее личико скривилось в брезгливой гримасе.

– Как можно? Здесь же люди работают!

Вскоре уже почти бывшие коллеги разделились на два лагеря. Я с удивлением наблюдала, как с сотрудников нашей некогда дружной организации слетают человеческие маски. Лицемерие, ханжество, двуличие против любви, доброты, гуманности...

И странное дело: вроде бы отзывчивые добродушные люди на глазах превращались в бездушных наблюдателей. И наоборот.

Когда в комнату зашла главный бухгалтер Ираида Александровна, все притихли. Правая

рука директора была женщиной суровой, вечно уставшей и ворчливой. Неожиданно ее лицо расплылось в милой улыбке:

– Ой, кто тут у нас такой хвостатенький? Новый сотрудник или клиент? Ребята, чего застыли? Он же голодный! Что там есть для него в холодильнике? А еще лучше отправить гонца в зоомагазин, что на соседней улице. Денег на корм я дам.

Не только моему удивлению не было предела. А я считала Ираиду бессердечной теткой.

Чтобы кто-то ждал...

Но самое настоящее изумление вызвала реакция Ирины Викторовны.

– Это Жулька! – воскликнула удивленно начальница и счастливо засмеялась. – Она словно жужжит, когда собирается произнести звуки. У меня в детстве была точно такая же собака. Жулька.

У нас на глазах слетала маска неприступного деспотичного руководителя. Смущенно улыбаясь, Ирина Викторовна спросила:

– Можно я заберу щенка себе? Я только кивнула в ответ, не веря в происходящее.

Она осторожно взяла на руки маленький чумазый комочек и прижала его к себе, не обращая внимания на белоснежную блузку. А потом повернулась ко мне:

– Полина, у вас сегодня последний рабочий день. Вы прекрасный сотрудник, и мне очень не хочется, чтобы вы уходили.

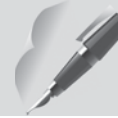
И тут произошло чудо. В окно проник золотистый луч, и наше обычно унылое помещение засияло радужным светом. Я стояла в окружении коллег и слушала их добрые слова.

Теперь я поняла, чего хочу – получать удовольствие от каждого момента жизни. Надоели черно-белые полосы. Отныне буду жить в полном цвете.

ПОЛИНА

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

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



заторскими способностями, он стал заваливать проекты. Бизнес рухнул в глазах. Приглашение поработать в столичной фирме стало для него спасением. Он продал компанию и уехал.

Собственники агентства сменялись еще несколько раз, пока не появилась Ирина Викторовна. Ей было чуть за сорок. Не замужем, без детей, она все силы бросила на развитие своей компании. Ее авторитарный стиль управления, частные смены настроения и патологическая нелюбовь к людям стали причиной увольнения большинства сотрудников. Она могла унижить человека, не повышая голоса.

Меня она невзлюбила с первого мгновения, а когда узнала, что у нас со Стасом были отношения и далеко идущие планы, которым уже никогда не сбыться, ненависть умножилась в разы.

Работать в такой обстановке не было ни сил, ни желания, и я решила уволиться.

Сорванные маски

Я шла по улице с ощущением пустоты везде и во всем. Сегодня последний день моей трудовой деятельности в компании, которой я отдала семь лет жизни. Разве могла представить, что так удачно складывающаяся карьера и начавшаяся личная жизнь рухнут безвозвратно? Решила уехать из этого города, в котором меня больше ничего не держит и никто не ждет.

До здания, где размещался наш офис, оставалось пройти еще метров сто. Погруженная в свои невеселые мысли, я не сразу услышала тихое подвывание, похожее на детский плач. Этот странный звук настиг меня, когда я уже почти свернула за угол.

Он лежал под кустом, маленький испуганный грязный щенок. Его тощее тельце сотрясал озноб, а на передней лапке запеклась кровь от раны. Черные

Судоку

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

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

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

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

1 ★★★★★

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

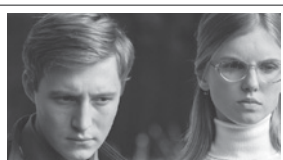
2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

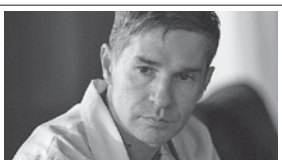
ПЕРВЫЙ



22.00 «СПРОСИ МАРТУ». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «АнтиФейк». (16+)
- 10.00 «Жить здорово!». (16+)
- 10.50 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 18.30 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 19.55 Премьера. «Куклы на следника Тутти». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «СПРОСИ МАРТУ». (16+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.00 «1993. Осень в огне». (16+)
- 01.00 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ



21.20 «ДОКТОР КРАСНОВ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Наши». (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ДОКТОР КРАСНОВ». (16+)
- В больницу поступает пациентка, она на несколько минут теряет память на улице. Поставить ей диагноз - трудная задача. У Краснова вспышками появляются воспоминания.
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
- 03.50 «МОРОЗОВА». (16+)

НТВ



08.25 «ПЁС». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ПЁС». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ПЁС». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.30 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
- 22.15 «ДАЙВЕР». (16+)
- Навестив художника Виталика, Пелагея с удивлением видит у него камень, очень похожий на образец костяного янтаря.
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «ДАЙВЕР». (16+)
- 00.50 «МЕДИАТОР». (16+)
- 03.15 «ГЛАЗА В ГЛАЗА». (16+)

СТС



23.05 «ВЕЛИКИЙ УРАВНИТЕЛЬ-2». (18+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.55 «Мультфильмы». (0+)
- 07.25 «Простоквашино». (0+)
- 07.40 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 08.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
- 09.05 Уральские пельмени. (16+)
- 09.15 «Приключения мышонка Переса». (0+)
- 11.20 «Приключения мышонка Переса-2». (0+)
- 13.10 «ТАКСИ». (12+)
- 15.00 «ТАКСИ-2». (12+)
- 16.45 «ТАКСИ-3». (12+)
- 18.30 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
- 20.00 «ТРАНСФОРМЕРЫ: ПОСЛЕДНИЙ РЫЦАРЬ». (12+)
- 23.05 «ВЕЛИКИЙ УРАВНИТЕЛЬ-2». (18+)
- 01.35 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (12+)
- 04.45 «6 кадров». (16+)
- 05.30 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



16.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
- 09.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
- 16.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
- 19.30 «ИВАНЬКО». (16+)
- Макар в ярости от приезда бывшей жены, но ее, как совладельца его бизнеса, вызвали в Следственный комитет. Поэтому он вынужден мириться с ее присутствием в доме. Вале эта ситуация очень не нравится, она сбегает домой, несмотря на его уговоры пожить втроем.
- 21.00 «МЕНДЕЛЬСОН». (12+)
- 22.00 «Однажды в России». (16+)
- 23.00 «3 ДНЯ НА УБИЙСТВО». (12+)
- В ролях: Кевин Костнер, Эмбер Хёрд.
- 01.30 «Импровизация. Команды». (16+)
- 03.05 «Студия «Союз». (16+)
- 05.00 «Импровизация. Дайджесты». (16+)

РЕН



20.00 «ШАН-ЧИ И ЛЕГЕНДА ДЕСЯТИ КОЛЕЦ». (16+)

- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна». (16+)
- 10.00 «СОВБЕЗ». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 «ШАН-ЧИ И ЛЕГЕНДА ДЕСЯТИ КОЛЕЦ». (16+)
- 22.35 «Водить по-русски». (16+)
- 23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
- 00.30 «РЫЦАРИ СПРАВЕДЛИВОСТИ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- ПЯТНИЦА**
 - 05.00 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
 - 06.20 Пятница News. (16+)
 - 07.00 Кондитер. (16+)
 - 08.30 На ножах. (16+)
 - 11.00 Руссо-экспрессо. (16+)
 - 12.00 На ножах. (16+)
 - 19.00 Сердце Клавы. (16+)
 - 21.40 Битва шефов. (16+)
 - 00.00 «ТВИН ПИКС: СКВОЗЬ ОГОНЬ». (18+)
 - 02.10 Пятница News. (16+)
 - 02.30 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
 - 04.00 Инсайдеры. (16+)
 - 04.40 Пятница News. (16+)
- ЧЕ**
 - 06.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
 - 06.50 Дорожные войны 2.0. (16+)
 - 07.45 Дорожные войны. (16+)
 - 09.00 Охотники. (16+)
 - 10.00 «СОЛДАТЫ-12». (12+)
 - 17.00 Улётное видео. (16+)
 - 20.00 Охотники. (16+)
 - 22.00 Заступницы. (16+)
 - 00.00 Опасные связи. (18+)
 - 02.50 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
 - 04.20 Невероятные истории. (16+)
 - 05.50 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
- ОТР**
 - 06.00 «Утро вместе». (12+)
 - 09.05 09.35 13.10 14.05 18.20 Отражение
 - 10.10 11.35 20.30 03.45 «ГУРЗУФ». (12+)
 - 12.30 «Вспомнить всё». (12+)
 - 15.10 «ВРЕМЯ ЖЕЛАНИЙ». (12+)
 - 16.45 «Друг детства». (0+)
 - 17.00 «Такие разные». (12+)
 - 18.00 «Губернские новости». (12+)
 - 18.15 «Вечер вместе». (12+)
 - 22.15 «СТРЕЛЕЦ НЕПРИКАЯННЫЙ». (16+)
 - 23.50 «#Яздесь». (16+)
 - 00.55 Отражение. Главное. (12+)
- ПОБЕДА**
 - 04.30 «Путь к победе» (16+)
 - 05.30 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
 - 06.40 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. СКРЫТЫЙ ВРАГ». (16+)
 - 10.20 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. ЛИСЬЯ НОРА». (16+)
 - 13.50 «АПОСТОЛ». (16+)
 - Петр - вор-рецидивист, бесчестный негодяй, работавший против СССР на немецкую разведку и погибший во время исполнения задания. Павел - тихий добрый сельский учитель, которому придется занять место брата, чтобы по заданию НКВД раскрыть немецкую шпионскую сеть...
 - 23.59 «Путь к победе» (16+)
 - 01.00 «ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)

ДЕТСКИЕ

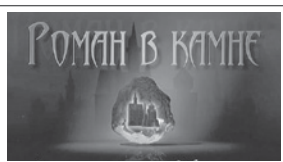
- КАРУСЕЛЬ**
 - 05.00 Ранние пташки. (0+)
 - 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 - 07.30 «Петроникс». (0+)
 - 08.00 «Маша и Медведь». (0+)
 - 09.00 «Цветяшкис!» (0+)
 - 09.35 «Маша и Медведь». (0+)
 - 10.25 «Морики Дорики». (0+)
 - 10.45 «ТриО!» (0+)
 - 11.05 «Турбозавры». (0+)
 - 12.30 «Петроникс». (0+)
 - 12.50 «Диностер». (6+)
 - 13.20 «Дикие Скричеры!» (6+)
 - 13.45 «Инфинити Надо». (6+)
 - 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
 - 14.10 «Барбоскины». (0+)
 - 15.00 «Час «Союзмультфильма». (0+)
 - 16.05 «Клуб Винкс». (6+)
 - 17.00 «Царевны». (0+)
 - 18.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
 - 18.15 «Кошечки-собачки». (0+)
 - 19.20 «Оранжевая корова». (0+)
 - 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 - 20.45 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
 - 22.00 «Флип Чейнджер». (6+)
 - 22.30 «Фьюжн Макс». (6+)
 - 22.50 «КЛАССНАЯ ШКОЛА». (6+)
 - 23.45 «Самый маленький гном». (0+)
 - 00.25 «Барбоскины». (0+)
 - 01.20 «ТУФЛИ С ЗОЛОТЫМИ ПРЯЖКАМИ». (0+)
 - 02.30 Давайте рисовать! (0+)
 - 02.55 «Грузовичок Лёва». (0+)
 - 03.20 «Лабораториум». (0+)
- МУЛЬТ**
 - 06.00 «Малышарики». (0+)
 - 06.25, 11.30, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 - 07.00, 12.00, 16.00 Время малышки. (0+)
 - 08.00, 13.00, 19.00 «Барбоскины». (0+)
 - 08.30, 13.25 «Маша и Медведь». (0+)
 - 09.00, 20.00 «Сказочный патруль». (0+)
 - 09.30, 21.30 «Простоквашино». (0+)
 - 10.00, 17.25, 22.25 «Фиксики». (0+)
 - 10.30 «Кошечки-собачки». (0+)
 - 11.00 «Катя и Эф». (0+)
 - 14.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
 - 14.30, 21.00 «Смешарики». (0+)
 - 15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
 - 15.25 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
 - 17.00 «Друзья на все времена». (0+)
 - 18.00 «Школьный автобус Гордон». (0+)
 - 18.35, 03.00 «Лунтик». (0+)
 - 20.30 «Маша и Медведь». (0+)
 - 20.55 «Машины сказки». (0+)
 - 22.00 «Мотофайтеры». (6+)
 - Братья Леон и Дени любят соревноваться на спиннерах. У них очень разные характеры, но когда ребята сталкиваются с серьезными соперниками, они объединяются и помогают друг другу.
 - 23.00 «Тайны Медовой долины». (0+)
 - 23.25, 05.00 «Белка и Стрелка» (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- 365 ДНЕЙ ТВ**
 - 00.00 Историада. (12+)
 - 05.00, 09.10, 12.50, 18.45, 21.05 «Герои подполья». (12+)
 - 01.05, 18.20 «Книжные аллеи». (12+)
 - 03.00, 07.00, 11.00 Великие живописцы. (12+)
 - 06.10 «Пешком по Москве». (6+)
 - 06.25 «Сыны России». (12+)
 - 07.55 «КОТОВСКИЙ». (12+)
 - 09.20 «Урарту. Забытое царство». (12+)
 - 10.20 «Сальск. Карьер смерти». (12+)
 - 12.00 «Люди, сделавшие Землю круглой». (12+)
 - 13.05 «Фау-2. Ракета нацистов». (12+)
 - 14.00 «Николай Некрасов. Тайна парадного портрета». (12+)
 - 14.30 «Тайны рос. дипломатии». (12+)
 - 15.10 «Исторические г. Британии». (12+)
 - 16.00 «Хроники обществ. быта». (12+)
 - 16.10 «Легенды науки». (12+)
 - 16.40 «Н.М. Карамзин». (12+)
 - 16.55 Историкограф. (12+)
 - 17.40 Семь дней истории. (12+)
 - 17.50 «Сквозь времена». (12+)
 - 19.00 «План Розенберга». (12+)
 - 19.50, 22.55 Обыкновенная история. (6+)
 - 20.00 «Девочки». (12+)
 - 21.15 «Выбор полковника Абеля». (12+)
 - 22.00 «Сопровождение. Русские французы». (12+)
 - 23.05 «История оружия». (16+)
- VJU HISTORY**
 - 06.05 «Смертоносная техника». (12+)
 - 07.40 «Древняя история Сибири». (12+)
 - 08.15 «Расшифрованные сокровища». (12+)
 - 09.55 «Меч из огня». (12+)
 - 11.45 «Убийство на железной дороге». (16+)
 - 13.30 «Великопленные памятники Франции». (12+)
 - 14.30 «Истоки Испании». (16+)
 - 15.25 «Тамплиеры». (16+)
 - 16.20 «Расшифрованные сокровища». (12+)
 - 17.10 «Таинственные города». (12+)
 - 18.05 «Меч из огня». (12+)
 - 19.00 «Загадка костей: гендерная революция». (12+)
 - Новые археологические находки ставят под сомнения привычный взгляд на гендерные роли. Казалось, в доисторические времена мужчины были добытчиками и охотились, а женщины занимались племенем и собирательством.
 - 20.00 «Убийство на железной дороге». (16+)
 - 21.45 «Смертоносная техника». (12+)
 - 23.25 «Расшифрованные сокровища». (12+)
 - 01.10 «Меч из огня». (12+)
 - 02.50 «Убийство на железной дороге». (16+)
 - 04.20 «Лермонтов». (12+)
 - 05.10 «Таинственные города». (12+)
 - 05.30 «Древняя история Сибири». (12+)
- ДОКТОР**
 - 06.00 О самом главном. (12+)
 - 06.55 Истории болезней. (16+)
 - 07.55 «Мозг на прокачку. Сделайте меня творцом». (12+)
 - 09.00 О самом главном. (12+)
 - 10.00 На приёме у косметолога. (12+)
 - 10.55 Это лечится. (12+)
 - 11.25 «Я, человек». (12+)
 - 12.15 О самом главном. (12+)
 - 13.15 Теледоктор. (12+)
 - 14.10 «Мозг на прокачку. Сделайте меня творцом». (12+)
 - 15.15 О самом главном. (12+)
 - 17.10 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)
 - 18.00 О самом главном. (12+)
 - 19.00 Скажите, доктор! (12+)
 - 20.00 «Медицинский репортер». (12+)
 - 20.30 In Vivo. (12+)
 - 21.00 О самом главном. (12+)
 - 21.55 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)
 - 22.45 «Медицинский репортер». (12+)
 - 23.15 In Vivo. (12+)
 - 23.45 О самом главном. (12+)
 - 00.40 «Мозг на прокачку. Сделайте меня творцом». (12+)
 - 01.40 Скажите, доктор! (12+)

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

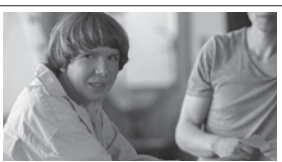
РОССИЯ К
Культура



13.20 «Роман в камне»

- 07.35 «Забывшее ремесло»
- 07.50 «Почерк эпохи»
- 08.35 «ЮРКИНЫ РАССВЕТЫ»
- 09.45 13.00 17.40 19.10 Оттепель. В добрый час
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.05 XX век
- 12.10 Цвет времени
- 13.20 02.15 «Роман в камне»
- 13.50 «КОНЕЦ «ЧЕРНЫХ РЫЦАРЕЙ»
- 15.15 «Три минуты тишины»
- 15.20 «Аксаковы»
- 16.05 Линия жизни
- 17.15 «Передвижники»
- 18.00 01.00 XVII Международный конкурс имени П.И. Чайковского
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 Искусственный отбор
- 21.30 «Белая студия»
- 22.15 «СУДЬБА ИГРАЕТ ЧЕЛОВЕКОМ...»
- 23.40 «Раскритикованная история»

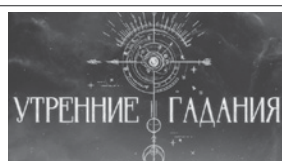
ТВЦ



08.45 «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.45 «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ». (12+)
- 10.40 «Чёрная метка для звезды». (16+)
- 11.30 События
- 11.50 «ГАЛКА И ГАМАЮН». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 17.50 22.00 События
- 14.45 Город новостей
- 15.00 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: ОГРАБЛЕНИЕ ПО-ОЛЬХОВСКИ». (12+)
- 16.55 «Последний проигрыш Александра Абдулова». (16+)
- 18.10 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
- 22.35 «Закон и порядок». (16+)
- 23.05 «Як Йоала. Горькая лаванда». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «90-е. Лебединая песня». (16+)
- 01.25 «90-е. Путаны и тараканы». (16+)

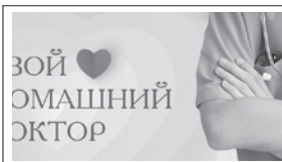
ТВ-3



06.00 Утренние гадания. (16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 08.15 «Слепая». (16+)
- 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 09.30 Гадалка. (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 «Старец». (16+)
- 15.00 Гадалка. (16+)
- 16.45 «Слепая». (16+)
- 18.30 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 20.30 «ЛЕСНИК». (16+)
- 22.30 «13». (16+)
- Подрабатывая электриком, молодой человек по имени Винс получает возможность сорвать неплохой куш: всего-то и нужно, что выкрасть конверт из почтового ящика его очередного клиента.
- 00.30 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)
- 02.15 Мистические истории. (16+)
- 03.00 «ЧТЕЦ». (12+)

ДОМАШНИЙ



14.20 Твой Домашний доктор. (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.15 Давай разведёмся! (16+)
- 08.15 Тест на отцовство. (16+)
- 10.25 «Понять. Простить». (16+)
- 11.30 00.00 «Порча». (16+)
- 12.35 «Знахарка». (16+)
- 13.10 «Верну любимого». (16+)
- 13.45 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.20 Твой Домашний доктор. (16+)
- 14.35 «Преступления страсти». (16+)
- 19.00 «ЗАБЫТЫЙ РЕЦЕПТ ЛЮБВИ». (16+)
- 22.55 «Понять. Простить». (16+)
- 01.00 «Знахарка». (16+)
- 01.25 «Верну любимого». (16+)
- 01.55 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.20 Тест на отцовство. (16+)

5 5-й КАНАЛ

- 05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
- 05.45 «ЛЕГАВЫЙ». (16+)
- 08.20 «Страна советов». (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.30 13.30 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)
- 17.30 02.30 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 22.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 01.15 «СВОИ». (16+)
- 03.45 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 01.00 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». (12+)
- 12.45 19.55 «По горячим следам». (16+)
- 13.25 15.05 17.15 «ОТРЯД КОЧУБЕЯ». (16+)
- 18.00 «Оружие холодной войны». (16+)
- 20.10 «Улика из прошлого». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «ПРОПАВШИЕ СРЕДИ ЖИВЫХ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 15.00 «ФРОНТ». (16+)
- 12.00 «Территория успеха». (12+)
- 12.30 «Полицейский вестник». (12+)
- 12.45 «Собрание сочинений». (12+)
- 13.00 16.30 «СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 17.30 04.00 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 «В тени чемпионов». (12+)
- 18.15 00.45 «Эксперт». (12+)
- 18.30 04.30 «Заметные люди». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 01.00 03.00 «Педагог и наставник». (12+)
- 20.30 22.30 01.30 03.30 «Футбол губернии». (12+)
- 23.00 «ЛЮБИТЕ КУПЕРОВ». (16+)
- Шарлотта Купер решила собрать за рождественским столом всех членов семьи. А это целый клан - четыре поколения.

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 14.15 «Игра миллионов». (12+)
- 06.30 «Наши иностранцы». (12+)
- 07.00 10.10 12.55 14.45 Новости
- 07.05 19.15 00.00 Все на Матч!
- 10.15 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 10.35 «Легендарные клубы». (12+)
- 11.35 «Вы это видели». (12+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 14.50 Футбол. «Урал» (Екатеринбург) - «Рубин» (Казань). Кубок России
- 17.00 Футбол. «Зенит» - «Балтика». Кубок России
- 19.30 Футбол. «Зальцбург» (Австрия) - «Реал Сосьедад» (Испания). Лига чемпионов
- 21.45 Футбол. «Наполи» (Италия) - «Реал» (Мадрид, Испания). Лига чемпионов
- 00.55 Футбол. «Манчестер Юнайтед» (Англия) - «Галатасарай» (Турция). Лига чемпионов. (6+)
- 02.55 Новости. (0+)
- 06.00 19.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 «Громко». (12+)
- 08.50 15.35 17.25 18.05 22.20 03.05 Спецрепортаж. (12+)
- 09.05 Неделя КХЛ. (12+)
- 10.05 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 12.00 «Мир бильярда». (12+)
- 12.30 00.10 Что по спорту? (12+)
- 13.05 00.50 Регби. Чемпионат России. (12+)
- 14.55 02.35 Автоспорт. (6+)
- 15.20 Лица страны. (12+)
- 16.00 21.55 «Фух». Волейбольное обозрение. (12+)
- 16.30 Кудо. Кубок дружбы. (16+)
- 17.40 Здоровый образ. (12+)
- 18.20 География спорта. (12+)
- 18.50 Парусный спорт. (0+)
- 22.40 «Есть тема!»
- 23.45 «Спортивный интерес». (12+)
- 00.35 «Небесная грация» (0+)
- 03.20 Гольф. Континентальная гольф лига. (0+)
- 05.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

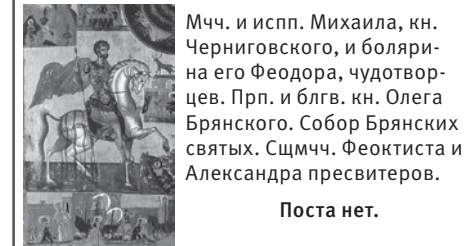
- VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ
- 06.00 «ДЫШИ РАДИ НАС». (16+)
- 08.15 «1+1». (16+)
- 10.40 «ДОСТУЧАТЬСЯ ДО НЕБЕС». (16+)
- 12.20 «ОСТРОВ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
- 15.00 «КЛЮЧ ОТ ВСЕХ ДВЕРЕЙ». (16+)
- 17.00 «ПРАВОСУДИЕ». (16+)
- 17.55 «ПРАВОСУДИЕ». (16+)
- 18.55 «ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
- 21.05 «ПРОБУЖДЕНИЕ». (12+)
- 23.25 «ПЛАНЕТА КА-ПЭКС». (12+)
- 01.35 «ДРУГИЕ». (16+)
- 03.15 «КЛЮЧ ОТ ВСЕХ ДВЕРЕЙ». (16+)
- 04.55 «ГОВОРЯЩИЙ ТОМ И ДРУЗЬЯ». (6+)
- 05.05 «ГОВОРЯЩИЙ ТОМ И ДРУЗЬЯ». (6+)
- 06.35 «Фиксики». (6+)
- 07.45 «Смешарики». (6+)
- 09.05 «РОДИТЕЛИ СТРОГО РЕЖИМА». (12+)
- 10.25 «ЦОЙ». (16+)
- 12.00 «ЗВЕЗДЫ МНЕ УКАЖУТ ПУТЬ». (6+)
- 14.00 «ПРИВЫЧКА РАССТАВАТЬСЯ». (16+)
- 15.30 «ЛЮБИТ - НЕ ЛЮБИТ». (16+)
- 17.00 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)
- 18.50 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ!» (16+)
- 20.35 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛЛИ». (16+)
- 22.30 «ДЖУНГЛИ». (12+)
- 23.55 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА». (12+)
- 01.40 «КРЫМСКИЙ МОСТ. СДЕЛАНО С ЛЮБОВЬЮ!» (12+)
- 03.15 «КРЫМ». (16+)
- 04.55 «Три толстяка». (6+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 01.00 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (12+)
- 03.10 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
- 04.45 «ДЖУМАНДЖИ». (6+)
- 06.35 «КОНВОИРЫ». (16+)
- 08.25 «КАНИКУЛЫ ПРЕЗИДЕНТА». (16+)
- 10.20 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ. НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ». (16+)
- 12.10 «СВАДЕБНАЯ ВЕЧЕРИНКА». (16+)
- 14.00 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
- 15.45 «РЭД-2». (12+)
- 17.50 «ЯЙЦО ФАБЕРЖЕ» (12+)
- 19.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ. НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ-2». (12+)
- 21.05 «РОДИТЕЛИ СТРОГО РЕЖИМА». (12+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 06.05 Мультфильмы. (0+)
- 07.55 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ». (16+)
- 09.40 «РОМАНС О ВЛЮБЛЕННЫХ». (16+)
- 12.00 «СВАТОВСТВО ГУСАРА». (12+)
- 13.20 «ТОТ САМЫЙ МЮНХГАУЗЕН». (12+)
- 15.50 «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (12+)
- 18.25 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-10». (16+)
- 20.00 «ШИРИЛИ-МЫРИЛИ» (18+)
- 22.35 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (18+)
- 00.20 «ДЕТИ НЕДЕЛЬНИКА». (12+)
- 01.50 «ГОРОД ЗЕРО». (16+)
- 03.30 «СНЫ». (16+)
- 04.45 «ИНКОГНИТО ИЗ ПЕТЕРБУРГА». (12+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- Вторник, 3 октября
- 05.35 «Карлик Нос». (6+)
- 06.55 «Иван Царевич и Серый Волк-3». (6+)
- 08.20 «Иван Царевич и Серый Волк-4». (6+)
- 10.00 «Иван Царевич и Серый Волк-5». (6+)
- 11.25 «Три богатыря и Наследница престола». (6+)
- 13.00 «СВАТЫ». (16+)
- Обычная современная девочка Женя остается под присмотром бабушек и дедушек.
- 20.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 01.10 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ». (16+)
- 03.05 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ. СХВАТКА». (16+)
- 04.45 «МИНИМАКС». (12+)
- СУББОТА! СУББОТА!
- 05.00, 06.00, 06.20, 06.50, 07.10, 08.50, 09.40, 10.30, 11.00, 11.20, 12.00, 12.30, 13.00, 13.40, 14.20, 14.50, 15.20, 16.00, 16.40, 17.20, 17.55 «Маша и Медведь». (0+)
- 05.50, 06.15, 07.30, 08.10, 08.40, 10.20, 11.15, 12.20, 13.30, 14.40, 15.55, 17.10 «Машины сказки». (0+)
- 18.00 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 20.40 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСАМ». (16+)
- 21.40 Богиня. (16+)
- 22.50 Суббота News. (16+)
- 23.00 Моя жена рулит. (16+)
- 00.10 Кулинарные детективы. (16+)
- 01.10, 02.00, 02.40 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- СТС LOVE СТС LOVE
- 06.00 «Три кота». (0+)
- 08.00 «Муха-Цокотуха». (0+)
- 08.10 «Паровозик из Ромашкова». (0+)
- 08.25 «Разные колёса». (0+)
- 08.35 Ералаш. (0+)
- 09.05 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НАНЯ». (0+)
- 11.45 «ОТЕЛЬ «ЗЛЕОН». (16+)
- Сериял. Россия, 2016 г. Комедия. В ролях: Милош Бикович, Диана Пожарская, Екатерина Вилкова, Елена Ксенофонтова, Григорий Сиятвинда, Сергей Лавыгин, Ольга Кузьмина
- 16.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 21.45 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- 01.20 Даёшь молодёжь! (16+)
- 03.55 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ПРОСТЫЕ ЛЮДИ». (0+)
- 06.40 «Мультфильмы на Спасе». (0+)
- 07.30 Утро на Спасе. (0+)
- 10.30 «День Ангела». (0+)
- 11.05 «Три дня». (0+)
- 11.35 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 12.35 Монастырская кухня. (0+)
- 14.00 «ДВАДЦАТЬ ДНЕЙ БЕЗ ВОЙНЫ». (0+)
- 16.05 «НА ВОЙНЕ КАК НА ВОЙНЕ». (0+)
- 18.00 Вечер на Спасе. (0+)
- 20.00 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 21.00 «Тайны сказок» с Анной Ковальчук. (0+)
- 21.15 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 21.25 «День Ангела». (0+)
- 22.30 «Поле битвы с Сергеем Михеевым». (16+)
- 23.05 Служба спасения семьи. (16+)
- 00.05 День Патриарха. (0+)
- 00.20 Профессор Осипов. (0+)
- 00.50 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 01.40 Дорога. (0+)
- 02.35 Пилигрим. (6+)
- 03.15 «Война и Библия». (16+)
- 03.45 «Богородица «Ратная» из Вяземского котла». (0+)
- 04.10 «Российский Златоуст». (0+)

Православный календарь

3 октября
Седмица 18-я по Пятидесятнице.
Глас 8. Попрасидство Воздвижения Креста Господня. Вмч. Евстафия Плакиды, жены его Феопистии и чад их Агапия и Феописта.

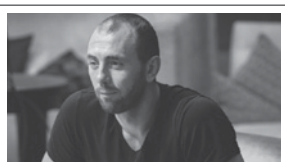


Мчч. и испп. Михаила, кн. Черниговского, и боярина его Феодора, чудотворцев. Прп. и блгв. кн. Олега Брянского. Собор Брянских святых. Сщмчч. Феоктиста и Александра пресвитеров.
Поста нет.
«Благодать изливается на всех... но те, которые не хотят воспользоваться этим даром, по справедливости должны самим себе приписывать вину за такое ослепление».
Свт. Иоанн Златоуст

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 06.00 Муз'итив. (16+)
- 06.40 Про-новости. (16+)
- 07.00 Лайкер. (16+)
- 07.40 Звезды о звездах (16+)
- 08.40 Про-новости. (16+)
- 09.00 Dance chart. (16+)
- 10.00 Топ-30. (16+)
- 12.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 13.00 Хиты по-русски. (16+)
- 14.00 Новое радио. (16+)
- 15.00 Про-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Приехали! (16+)
- 16.30 Ждите ответа. (16+)
- 17.00 Ждите ответа. (16+)
- 18.00 Про-новости. (16+)
- 18.20 Русский чарт. (16+)
- 19.20 Хит-сториз. (16+)
- 20.00 Лайкер. (16+)
- 22.00 «Шальные императрицы шоубиза». (16+)
- 23.00 Про-новости. (16+)
- 23.20 Плейлист. (16+)
- 00.20 Хиты по-русски. (18+)
- 01.30 Лайкер. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ПЕРВЫЙ



22.00 «СПРОСИ МАРТУ». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «АнтиФейк». (16+)
10.00 «Жить здорово!». (16+)
10.50 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 Информационный канал. (16+)
19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «СПРОСИ МАРТУ». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



21.20 «ДОКТОР КРАСНОВ». (16+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Наши». (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ДОКТОР КРАСНОВ». (16+)
Ординатор Олег Быков, уволенный Красновым, публикует в сети разгромный пост, в котором обвиняет Краснова в том, что он занимается подделкой исследования токсичного препарата «Сатонал».
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
03.50 «МОРОЗОВА». (16+)

НТВ



20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.30 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
22.15 «ДАЙВЕР». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «ДАЙВЕР». (16+)
Не в первый раз допустившего осечку киллера отправляют на платформу, где он опознаёт Шурика...
00.50 «Поздняков». (16+)
01.05 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
01.55 «ГЛАЗА В ГЛАЗА». (16+)

СТС



00.10 «ВИРТУОЗ». (18+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.55 «Мультфильмы». (0+)
07.25 «Простоквашино». (0+)
07.40 «Ну, погоди! Каникулы!». (6+)
08.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
09.05 Уральские пельмени. (16+)
10.35 Премьера! «Академия монстров». (6+)
12.20 Премьера! «Тайна семьи монстров». (6+)
14.00 «МОНСТР-ТРАКИ». (6+)
16.05 «БАМБЛБИ». (12+)
18.30 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
20.00 «МЕСТЬ ПУШИСТЫХ». (12+)
21.55 «СПАСТИ ПАНДУ». (12+)
00.10 «ВИРТУОЗ». (18+)
02.15 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (12+)
05.00 «б кадров». (16+)
05.30 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



16.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
«Однажды в России» - это шоу о самой прогрессивной стране, где половина населения воспитывалась в однополых семьях, состоящих из мамы и бабушки. В этой программе не решают глобальных проблем, но зато от души над ними смеются: политика, спорт, музыка - комики обстебуют буквально всё.
09.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
16.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
19.30 «ИВАНЬКО». (16+)
21.00 «МЕНДЕЛЬСОН». (12+)
22.00 «Однажды в России». (16+)
23.00 «САБОТАЖ». (18+)
01.05 «Импровизация. Команды». (16+)
02.45 «Студия «Союз». (16+)
05.10 «Импровизация». (16+)

РЕН



20.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЕРА». (16+)

- 05.00 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Неизвестная история». (16+)
17.00 02.55 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЕРА». (16+)
22.15 «Смотреть всем!» (16+)
00.30 «ЭВЕРЛИ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «Простоквашино». (0+)
05.20 Кондитер. (16+)
06.20 Пятница News. (16+)
07.00 Кондитер. (16+)
08.20 На ножах. (16+)
10.30 Сердце Клавии. (16+)
13.10 Четыре свадьбы. (16+)
19.00 Новые Пацанки. (16+)
22.10 Тревел-баттл. (16+)
00.00 «ЗАБАВНЫЕ ИГРЫ». (18+)
02.00 Пятница News. (16+)
02.30 Инсайдеры. (16+)
04.10 Пятница News. (16+)
04.30 Черный список. (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
06.50 Дорожные войны 2.0. (16+)
07.45 Дорожные войны. (16+)
09.00 Охотники. (16+)
10.00 «СОЛДАТЫ-12». (12+)
20.00 Охотники. (16+)
22.00 Заступницы. (16+)
00.00 Опасные связи. (18+)
02.50 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
04.20 Невероятные истории. (16+)
05.50 Дорожные войны. Лучшее. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 13.10 14.05 18.20 Отражение
10.10 11.35 20.30 03.45 «ГУРЗУФ». (12+)
12.30 «Свет и тени». (16+)
15.10 «КОНЕЦ СЕЗОНА». (16+)
16.45 «Мультфильмы». (12+)
17.00 «Формула здоровья». (12+)
18.00 «Губернская новости». (12+)
22.15 «В ОГНЕ БРОДА НЕТ». (12+)
23.50 «Ролан Быков». (16+)
00.55 Отражение. Главное. (12+)

Ю

- 05.20 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
11.00 «Супермама». (16+)
15.10 «Беременная в 16». (16+)
16.40 «Чад из ада». (12+)
«Чад из ада» - реалити, в котором родители избалованных мажоров-подrostков обращаются за помощью, а их капризных и неуправляемых чад отправляют на 4 дня в обычные семьи.
20.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Я стесняюсь своего тела». (18+)
02.00 «Измены». (16+)
03.40 «КЛОН». (16+)

МИР

- 05.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
06.55 «Наше кино». (16+)
07.55, 11.05, 14.10, 16.15 «Дела судебные. Битва за будущее». (16+)
09.05, 12.00, 15.05 «Дела судебные. Новые истории». (16+)
10.00, 13.00, 16.00 Новости
10.10 13.15 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+)
17.35 «Мировое соглашение». (16+)
18.30 Новости
18.50 «Игра в кино». (16+)
21.40 «Назад в будущее». (16+)
22.30 «Всемирные игры разума». (16+)
23.05 «КУРЬЕР». (16+)
00.40 «Наше кино». (16+)

ПОБЕДА

- 05.00 «Путь к победе» (16+)
06.00 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (18+)
07.30 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
09.20 «ЭКСПРОПРИАТОР». (16+)
Юрка-Барон, провернув очередную виртуозную квартирную кражу, едет из Ленинграда в Москву, чтобы встретить с человеком из далекого и страшного прошлого. В поезде он вспоминает свою жизнь, которая наверняка сложилась бы по-иному, если бы не война, не репрессии и не родство матери с персональным шофером Ленина.
23.59 «Путь к победе». 16+
01.00 «72 ЧАСА». (16+)
02.40 «КРИК ТИШИНЫ». (12+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Петроникс». (0+)
08.00 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Цветняшки!» (0+)
09.35 «Маша и Медведь». (0+)
10.25 «Морики Дорики». (0+)
10.45 «Мастерская «Умелые ручки». (0+)
11.05 «Гурбозавры». (0+)
12.30 «Петроникс». (0+)
12.50 «Диностер». (6+)
13.20 «Дикие Скричеры!» (6+)
13.45 «Инфинити Надо». (6+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Барбоскины». (0+)
15.00 «Час «Союзмультфильма». (0+)
16.05 «Клуб Винкс». (6+)
17.00 «Царевны». (0+)
17.50 «Катя и Бебис. Волшебные слезки». (0+)
18.15 «Кошечки-собачки». (0+)
19.20 «Лунтик». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
22.00 «Флип Чейнджер». (6+)
22.30 «Фьюжн Макс». (6+)
22.50 «КЛАСНАЯ ШКОЛА». (6+)
23.45 «Лягушка-путешественница». (0+)
00.00 «Катерок». (0+)
00.10 «Вершки и корешки». (0+)
00.25 «Барбоскины». (0+)
01.20 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ БУРАТИНО». (0+)
02.30 Давайте рисовать! (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Малышарики». (0+)
06.25, 11.30, 19.25, 02.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 Время малышей. (0+)
08.00, 13.00, 19.00 «Барбоскины». (0+)
Мама, папа и... пятеро щенят. У Барбоскиных все, как у людей. Папа свободное время проводит за компьютером, дочери увлекаются модой и слушают Жанну Киску, а сыновья играют в футбол и мечтают о Нобелевской премии.
08.30, 13.30 «Маша и Медведь». (0+)
09.00, 20.00 «Сказочный патруль». (0+)
09.30, 21.30 «Простоквашино». (0+)
10.00, 14.00, 05.30 «Фиксики». (0+)
10.30 «Кошечки-собачки». (0+)
11.00 «Катя и Эф». (0+)
14.30, 21.00 «Смешарики». (0+)
15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
15.25 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
17.35, 22.25 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
18.00 «Школьный автобус Гордон». (0+)
18.35, 03.00 «Лунтик». (0+)
20.35 «Маша и Медведь». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
22.00 «Мотофайтеры». (6+)
23.00 «Тайны Медовой долины». (0+)
23.30, 05.00 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 «КОТОВСКИЙ». (12+)
01.10, 04.50, 08.55, 13.05, 20.50 «Герои подполья». (12+)
03.00, 23.00 Великие живописцы. (12+)
06.30 «Тайны рос. дипломатии». (12+)
07.10 «Исторические г. Британии». (12+)
08.00 «Сквозь времена». (12+)
08.25 «Книжные аллеи» (12+)
09.05 «План Розенберга». (12+)
09.55, 10.55, 14.55 Обыкновенная история. (6+)
10.05 Россия научная. (12+)
10.25 «Народный фронт Победы». (12+)
11.05 «Чудеса. Пут. по Италии». (12+)
12.00 «Девочки». (12+)
13.15 «Выбор полковника Абеля». (12+)
14.00 «Сопrotивление. Русские французы». (12+)
15.05 «История оружия». (16+)
16.00 «Хроники общест. быта». (12+)
16.10 «Легенды науки». (12+)
16.40 «Н.М. Карамзин». (12+)
16.55 Историограф. (12+)
17.40 Семь дней истории. (12+)
17.50 «Карл Булла - Первый». (12+)
18.35 «Забывтый полководец». (12+)
19.00 «Жена Рубенса и черное золото». (12+)
20.00 Историада. (12+)
21.05 «Они были первыми». (12+)
21.35, 22.15 «Битва оружейников». (12+)

VJU HISTORY

- 06.00 «Смертоносная техника». (12+)
07.30 «Древняя история Сибири». (12+)
Научно-популярный сериал рассказывает о древней истории Сибири от древнекаменного века (палеолита) до первых русских поселений и островов. Сериал охватывает более 20 тысяч лет сибирской истории. Каждая серия освещает определенную эпоху.
08.00 «Расшифрованные сокровища». (12+)
08.55 «Сокровища с Беттани Хьюз». (12+)
09.50 Легенды Европы. (12+)
11.45 «Убийство на железной дороге». (16+)
13.25 «Великопленные памятники Франции». (12+)
14.25 «Истоки Испании». (16+)
15.25 «Тамплиеры». (16+)
16.15 «Сокровища с Беттани Хьюз». (12+)
18.10 «Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие». (12+)
20.00 «Внутри криминального разума». (16+)
22.00 «Смертоносная техника». (12+)
23.40 «Расшифрованные сокровища». (12+)
00.35 «Сокровища с Беттани Хьюз». (12+)
01.30 Легенды Европы. (12+)
03.20 «Убийство на железной дороге». (16+)
04.50 «Тамплиеры». (16+)

ДОКТОР

- 06.00 О самом главном. (12+)
06.55 Скажите, доктор! (12+)
07.55 «Я, человек». (12+)
08.45 О самом главном. (12+)
09.45 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)
10.30 «Медицинский репортёр». (12+)
11.00 Теледоктор. Прямая трансляция (12+)
11.55 О самом главном. (12+)
12.55 InVivo. (12+)
13.25 Истории болезней. (16+)
13.55 Медицинский квест. (12+)
14.45 «Я, человек». (12+)
15.35 О самом главном. (12+)
16.25 На приёме у Михаила Лабковского. (12+)
17.25 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)
18.10 О самом главном. (12+)
19.10 Это лечится. (12+)
20.05 Угрозы современного мира. (12+)
20.30 Медицина будущего. (12+)
21.00 О самом главном (12+)
22.00 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)
22.50 Угрозы современного мира. (12+)
23.45 О самом главном. (12+)
01.30 Это лечится. (12+)
02.25 Медицина будущего. (12+)

РОССИЯ К
Культура



13.20 «Игра в бисер»
с Игорем Волгиным

- 07.35 «Забытое ремесло»
- 07.50 «Почерк эпохи»
- 08.35 «ЮРКИНЫ РАССВЕТЫ»
- 09.40 13.00 17.40 19.10 Оттепель. В добрый час
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.05 XX век
- 13.20 «Игра в бисер»
- 14.05 «ПЕЩЕРНЫЕ ЛЮДИ»
- 15.25 23.35 «Три минуты тишины»
- 15.30 «Аксаковы»
- 16.15 «2 Верник 2»
- 17.15 «Пряничный домик»
- 17.55 01.25 XVII Международный конкурс имени П.И. Чайковского
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Открытая книга
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 «Острова»
- 21.30 «Энигма»
- 22.15 «ГРАВЮРА НА ДЕРЕВЕ»
- 23.40 «Расскрещенная история»
- 02.40 Цвет времени

ТВЦ



08.45 «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ-2». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.45 «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ-2». (12+)
- 10.40 «Инна Чурикова. Я и так согласна». (16+)
- 11.30 События
- 11.50 «ГАЛКА И ГАМАЮН». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 17.50 22.00 События
- 14.45 Город новостей
- 15.00 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: КРОВЬ РИФМУЕТСЯ С ЛЮБОВЬЮ». (12+)
- 16.55 «Наталья Гундарева. Чужое тело». (16+)
- 18.10 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Актёрские драмы». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Следствие ведет КГБ. Роман с камнями». (16+)
- 01.25 «Любовь первых» (12+)

ТВ-3



12.20 Мистические истории. (16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 08.15 «Слепая». (16+)
- 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 09.30 Гадалка. (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 «Старец». (16+)
- 15.00 Гадалка. (16+)
- 16.45 «Слепая». (16+)
- 18.30 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 20.30 «ЛЕСНИК». (16+)
- 22.30 «ГЕНИАЛЬНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+)
- Уолтер Морленд со своей командой занимается поиском затонувших кораблей. Во время очередного поиска команду обнаруживают спецслужбы Испании.
- 01.00 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)
- 01.45 Мистические истории. (16+)
- 02.30 «ТВОЙ МИР». (16+)

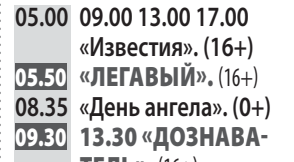
ДОМАШНИЙ



07.25 Давай разведемся! (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.25 Давай разведемся! (16+)
- 08.25 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 00.10 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «Преступления страсти». (16+)
- 19.00 «8 ЛЕТ В ОЖИДАНИИ ЛЮБВИ». (16+)
- 23.00 «Понять. Простить». (16+)
- 01.05 «Знахарка». (16+)
- 01.30 «Верну любимого». (16+)
- 02.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.25 Тест на отцовство. (16+)
- 04.05 «Преступления страсти». (16+)

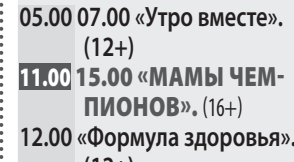
5 5-й КАНАЛ



07.25 Давай разведемся! (16+)

- 05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
- 05.50 «ЛЕГАВЫЙ». (16+)
- 08.35 «День ангела». (0+)
- 09.30 13.30 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)
- 15.55 «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2». (16+)
- 17.30 02.30 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 22.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СВОИ-6». (16+)
- 01.15 «СВОИ-2». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 00.55 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». (12+)
- 12.25 13.25 15.05 17.15 03.45 «ИНКАССАТОРЫ». (16+)
- 18.00 «Оружие холодной войны». (16+)
- 19.55 «По горячим следам». (16+)
- 20.10 «Код доступа». (12+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «КАЗАЧЬЯ ЗАСТАВА». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 15.00 «МАМЫ ЧЕМПИОНОВ». (16+)
- 12.00 «Формула здоровья». (12+)
- 12.30 «Заметные люди». (12+)
- 13.00 16.30 «СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 17.30 «Педагог и наставник». (12+)
- 18.00 «Открываем Воронеж». (12+)
- 18.15 «Футбол губернии». (12+)
- 18.45 22.30 01.45 «Служу Отчеству». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 01.15 03.30 «Арт-Проспект». (12+)
- 20.30 00.45 03.00 «Мастерская спорта». (12+)
- 22.45 «В тени чемпионов». (12+)
- 23.00 «ОСОБЫЕ ПРИМЕТЫ: КРАСАВЧИК». (16+)
- 04.00 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 «Игра миллионов». (12+)
- 06.30 «Третий тайм». (12+)
- 07.00 10.10 12.55 14.45 Новости
- 07.05 15.20 00.00 Все на Матч!
- 10.15 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 10.35 «Легендарные клубы». (12+)
- 11.35 Футбол. Лига чемпионов. Обзор. (6+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 14.15 «Вид сверху». (12+)
- 14.50 «Большой хоккей». (12+)
- 16.15 Футбол. Fonbet Кубок России. Обзор. (6+)
- 17.15 Футбол. «Астана» (Казахстан) - «Виктория» (Чехия). Лига конференций
- 19.30 Футбол. «Спартак» (Португалия) - «Аталанта» (Италия). Лига Европы
- 21.45 Футбол. «Ливерпуль» (Англия) - «Юнион» (Бельгия). Лига Европы
- 00.55 Футбол. «Рома» - «Серветт». Лига Европы. (6+)
- 02.55 Новости. (0+)
- 06.00 18.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 «Бегущие вместе» (12+)
- 08.40 05.00 «Одержимые». (12+)
- 09.05 11.15 15.15 15.35 20.55 22.20 Спецрепортаж. (12+)
- 09.30 18.25 05.30 «Вид сверху». (12+)
- 10.05 «Самый лучший тренер в мире - Павел Фёдорович Садырин!» (12+)
- 11.30 Парусный спорт. Национальная парусная лига. (0+)
- 12.35 «бхб». (12+)
- 13.05 03.20 Смешанные единоборства. (16+)
- 14.45 «Мир бильярда». (12+)
- 16.00 21.25 «Ручная работа». (12+)
- 16.30 Мини-футбол. (0+)
- 21.50 «Большой хоккей». (12+)
- 22.40 «Есть тема!» (16+)
- 23.45 Конный спорт. Бег. (0+)
- 01.50 Художественная гимнастика. Гала-концерт. (6+)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Лайкер. (16+)
- 06.00 Муз'итив. (16+)
- 06.40 Про-новости. (16+)
- 07.00 Лайкер. (16+)
- 07.35 Teen чарт. (16+)
- 08.00 Лайкер. (16+)
- 08.40 Про-новости. (16+)
- 09.00 Новое радио. (16+)
- 10.00 Звёзды о звёздах. (16+)
- 11.00 Битва фанклубов. (16+)
- 12.00 Плейлист. (16+)
- 12.30 Хиты по-русски. (16+)
- 14.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 15.00 Про-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Лига клипов. (16+)
- 16.30 «Битва поколений». (16+)
- 18.00 Про-новости. (16+)
- 18.20 Муз-ТВ чарт. (16+)
- 19.20 Хит-сториз. (16+)
- 20.00 Топ-30. (16+)
- 22.00 Крутая среда. (16+)
- 23.00 Про-новости. (16+)
- 23.20 Плейлист. Осень. (16+)
- 00.30 Рок нон-стоп. (18+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- VIJU TV1000 VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ ДОМ КИНО ДОМ КИНО СУББОТА! СУББОТА!
- 05.30 «ANGRY BIRDS В КИНО». (6+)
- 07.15 «ПОСВЯЩЁННЫЙ». (12+)
- 09.10 «ПРИБЫТИЕ». (16+)
- 11.20 «ЭЛИЗИУМ: РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
- 13.25 «ИСЧЕЗНУВШИЙ». (16+)
- 15.10 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (16+)
- 17.00 «ПРАВОСУДИЕ». (16+)
- 17.55 «ПРАВОСУДИЕ». (16+)
- 18.55 «ОДИН ДЕНЬ». (16+)
- 20.55 «ВЛЮБИТЬ В МЕНЯ, ЕСЛИ ОСМЕЛИШЬСЯ». (16+)
- 22.45 «РЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 01.15 «ХРАНИТЕЛИ СНОВ». (6+)
- 02.50 «1+1». (16+)
- 04.50 «ДЫШИ РАДИ НАС». (16+)
- 05.30 «Пин-код». (6+)
- 06.35 «Фиксики». (6+)
- 07.30 «Смешарики». (6+)
- 08.40 «БУЛКИ». (16+)
- 10.30 «ЯЙЦО ФАБЕРЖЕ». (12+)
- 12.05 «ХЭППИ-ЭНД». (12+)
- 13.55, 01.40 «ЦОЙ». (16+)
- 15.35 «РОДИТЕЛИ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
- 17.00 «АННА-ДЕТЕКТИВ». (12+)
- 18.50 «ПРОКЛЯТЫЙ ЧИновНИК». (16+)
- 20.30 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ». (16+)
- 00.20 «РОДИТЕЛИ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
- 03.05 «ЗВЁЗДЫ МНЕ УКАЖУТ ПУТЬ». (6+)
- 04.45 «Царевна-лягушка». (6+)
- 05.40 «Садко». (6+)
- 06.55 «Три богатыря и Шамаханская царица». (12+)
- 08.20 «Три богатыря. Ход конём». (6+)
- Кто же он, настоящий герой, который придет на помощь? Конечно, конь Юлий! Настоящий стратег и «великий комбинатор». Он непременно всех спасет, а если не спасет, то хотя бы постарается.
- 09.45 «Три богатыря и Наследница престола». (6+)
- 11.20 «Три богатыря и Конь на троне». (6+)
- 13.00 «СВАТЫ». (16+)
- 20.00 «БАЛАБОЛ-4». (16+)
- 00.55 «АРИТМИЯ». (18+)
- 02.45 «БЕЗ МЕНЯ». (16+)
- 04.15 «НА ОСТРИЕ». (12+)
- 05.00, 06.00, 07.20, 07.50, 08.40, 09.10, 10.10, 11.00, 11.20, 11.50, 12.20, 13.00, 13.30, 14.00, 14.40, 15.00, 15.40, 16.20, 17.20, 17.50 «Маша и Медведь». (0+)
- 05.50, 06.15, 07.40, 08.25, 09.05, 10.50, 11.40, 12.50, 13.55, 16.00, 17.15 «Машины сказки». (0+)
- 18.00, 18.20, 18.50, 19.20, 19.50, 20.10 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 20.40 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)
- 21.50 Богиня. (16+)
- 23.00 Суббота News-2023. (16+)
- 23.20 Моя жена рулит. (16+)
- 00.20 Кулинарные детективы. (16+)
- 01.30, 02.20, 03.00 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- 06.00 «Три кота». (0+)
- 08.00 «Лиса и волк». (0+)
- 08.10 «Разрешите погулять с вашей собакой». (0+)
- 08.25 «Ну, погоди!» (0+)
- 08.35 Ералаш. (0+)
- 09.05 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
- 11.45 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- Сериал. Россия, 2016 г. Комедия. В ролях: Милош Бикович, Диана Пожарская, Екатерина Вилкова, Елена Ксенофонтова, Григорий Сиятвинда, Сергей Лавыгин, Ольга Кузьмина.
- 16.05 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 21.50 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- 01.25 Даёшь молодёжь! (16+)
- 04.05 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «СЧАСТЛИВЫЙ РЕЙС». (0+)
- 06.40 «Мультфильмы на Спасе». (0+)
- 07.30 Утро на Спасе. (0+)
- 10.30 «Дарование». (6+)
- 11.40 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 12.40 Монастырская кухня. (0+)
- 14.00 «Санкт-Петербургская духовная академия. Путь к служению». (0+)
- 14.45 «КОНТРОЛЬНАЯ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ». (12+)
- 16.05 «4:0 В ПОЛЪЗУ ТАНЕЧКИ». (0+)
- 18.00 Вечер на Спасе. (0+)
- 20.00 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 21.00 «Тайны сказок» с Анной Ковальчук. (0+)
- 21.15 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 21.25 «Константин Ушинский. Отец Русской школы». (0+)
- 22.15 «Люди Донбасса». (12+)
- 22.30 «Поле битвы с Сергеем Михеевым». (16+)
- 23.05 Простые чудеса. (12+)
- 00.05 День Патриарха. (0+)
- 00.20 В поисках Бога. (6+)
- 00.50 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 01.40 Дорога. (0+)
- 02.35 Пилигрим. (6+)
- 03.15 «Война и Библия». (16+)

Православный календарь

5 октября
Седмица 8-я по Пятидесятнице.
Глас 8. Прор. Ионы.

Сщмч. Фоки, еп. Синопийского. Прп. Ионы пресвитера, отца свв. Феофана, творца канонов, и Феодора Начертанных. Блж. Параскевы Дивеевской. Мч. Фоки вертоградяра. Прав. Петра, бывшего мытаря. Прп. Ионы Яшезерского. Прп. Макария Жабынского, Белевского чудотворца. Сщмч. Феодосия Бразского (Рум.). Собор Тульских святых. Сщмч. Вениамина, еп. Романовского.

Поста нет.

«Благодать Божия во всякое время часто посещает сердца наши, и если находит себе упокоение, то, вошедши, постоянно обитает в душе».

Прп. Ефрем Сирин

ПЕРВЫЙ



19.45 «Поле чудес». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «АнтиФейк». (16+)
10.00 «Жить здорово!». (16+)
10.50 Информационный канал. (16+)
12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 «Человек и закон». (16+)
19.45 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время»
21.45 «Голос. Уже не дети». (12+)
23.50 «Дэймон Албарн. Современная британская сказка». (16+)
00.55 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



17.30 «60 минут». (12+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
16.00 Вести
16.30 Прямой эфир. (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.15 Вести. Местное время
21.30 «Ну-ка, все вместе!» (12+)
23.55 «Истории Большой Страны». (12+)
00.55 «ОСТАНЬТЕСЬ НАВСЕГДА». (16+)
Валерия - преуспевающий адвокат, уверена, что контролирует всё в своей жизни. Но эта иллюзия рушится после того, как судьба сводит Валерию с бывшим бизнесменом Михаилом и его дочерью.

НТВ



00.00 «Своя правда» с Романом Бабаёном. (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)
09.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.30 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «ДНК». (16+)
17.55 «Жди меня». (12+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
22.15 «ДАЙВЕР». (16+)
00.00 «Своя правда» с Романом Бабаёном. (16+)
01.45 «Квартирный вопрос». (0+)
02.40 «ГЛАЗА В ГЛАЗА». (16+)

СТС



11.45 Уральские пельмени. (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.55 «Мультфильмы». (0+)
07.25 «Простоквашино». (0+)
07.40 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
08.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
09.05 Большой побег. (16+)
11.45 Уральские пельмени. (16+)
13.35 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
20.00 Премьера! Шоу «Уральские пельмени». (16+)
21.30 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
23.00 Премьера! Импровизаторы. (16+)
00.05 Импровизаторы. (16+)
01.10 «КОРОЧЕ». (18+)
03.25 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (12+)
04.55 «б кадров». (16+)
05.05 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

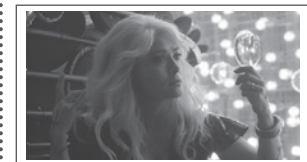
ТНТ



00.00 «БОРОДАЧ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
09.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
15.00 «Наша Russia. Дайджест». (16+)
18.00 «Лига городов». (16+)
Масштабное комедийное шоу, которое нацелено на поиск талантов в миниатюрах, стендапе и других жанрах. В жюри - Сергей Светлаков, Марина Кравец, Артем Калайджян и Алексей Щербаков.
20.00 «Комеди Клуб». (16+)
23.00 «Stand up». (18+)
Stand Up - шоу, где лучшие комики страны превращают любую проблему в шутку. В новом сезоне зрителей ждет немало сюрпризов. Впервые, у проекта новый конференсье. Теперь коллег по цеху будет объявлять Евгений Чебатков.
00.00 «БОРОДАЧ». (16+)
01.55 «Импровизация. Команды». (16+)
03.30 «Студия «Союз». (16+)
05.05 «Импровизация». (16+)

РЕН



20.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ ЖЕНЫ КИЛЛЕРА». (16+)

- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 18.00 «Главные тайны мира». (16+)
20.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ ЖЕНЫ КИЛЛЕРА». (16+)
22.15 «ОГРАБЛЕНИЕ ПОДЖЕНТЛЬМЕНСКИ». (16+)
00.05 Соль. (16+)
01.00 «АПОКАЛИПСИС». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Черный список. (16+)
05.30 Кондитер. (16+)
06.30 Пятница News. (16+)
07.00 Кондитер. (16+)
08.00 На ножах. (16+)
12.20 Новые Пацанки. (16+)
18.30 Умнее всех. (6+)
19.30 Битва шефов. (16+)
21.50 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2: ИНСУРГЕНТ». (12+)
00.10 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (18+)
02.10 Пятница News. (16+)
02.40 Инсайдеры. (16+)
04.20 Пятница News. (16+)
04.40 Черный список. (16+)

Ю

- 05.15 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
11.00 «Беременная в 16». (16+)
16.40 «Жизнь после шоу. Б16». (16+)
17.40 «Грешницы на перепоситании». (16+)
20.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Я стесняюсь своего тела». (18+)
02.15 «Измены». (16+)
03.55 «КЛОН». (16+)
Прямиком из Рио-де-Жанейро, где жизнь похожа на бразильский карнавал, Жади приходится отправиться на ближний восток.

ЧЕ!

- 06.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
06.50 Дорожные войны 2.0. (16+)
07.45 Дорожные войны. (16+)
10.00 «СОЛДАТЫ-12». (12+)
15.00 «ТЕРМИНАТОР-2: СУДНЫЙ ДЕНЬ». (16+)
18.00 Дорожные войны. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.50 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
04.20 Невероятные истории. (16+)
05.50 Улётное видео. Лучшее. (16+)

МИР

- 05.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
06.55 «Любимые актеры». (16+)
07.55, 11.05, 14.10, 16.15 «Дела судебные. Битва за будущее». (16+)
10.00, 13.00, 16.00 Новости
17.35 «Мировое соглашение». (16+)
18.30 Новости
18.50 «Миллион за 5 минут». (16+)
19.30 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
21.30 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (16+)
23.15 «ВОЛШЕБНАЯ ЛАМПА АЛАДДИНА». (6+)
00.45 «Наше кино». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 13.10 14.05 18.20 ОТРАЖЕНИЕ
10.10 11.35 «ГРУЗУФ». (12+)
15.10 «В ОГНЕ БРОДА НЕТ». (12+)
17.00 «Служу Отечеству». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.30 «СЕРЫЕ ВОЛКИ». (16+)
22.20 «ЧЕРНЫЙ, ЧЕРНЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
00.30 «О БЕСКОНЕЧНОСТИ». (18+)
01.45 «Генезис 2.0». (12+)
03.40 «За Дело. Неравнодушные люди». (12+)

ПОБЕДА

- 05.30 «Путь к победе» (16+)
06.30 «БАЛАБОЛ-5». (16+)
16.40 «ЗАКЛЮЧЕНИЕ». (16+)
Вера Елагина - хирург. Профессия научила её быть решительной и жесткой, уметь прятать свои чувства. Перфекционизм Веры относится к работе, одежде, семье. Она всегда идеально выглядит, но ее близкие и друзья не могут соответствовать ее завышенным требованиям. В итоге, муж Веры ушел, она живет с дочерью-подружкой.
23.59 «Путь к победе» (16+)
01.00 «ЧАКЛУН И РУМБА». (16+)
02.20 «РУБЕЖ». (16+)
03.50 «ЛЕДОКОЛ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Петроникс». (0+)
08.00 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Цветяшкис!» (0+)
09.35 «Волшебная кухня». (0+)
10.25 «Морики Дорики». (0+)
10.45 «Студия «Калыки-малыки». (0+)
11.15 «Лунтик». (0+)
12.30 «Петроникс». (0+)
12.50 «Диностер». (6+)
13.20 «Дикие Скричеры!» (6+)
13.45 «Инфинити Надо». (6+)
14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
14.10 «Барбоскины». (0+)
15.00 «Час «Союзмультфильма». (0+)
16.05 «Клуб Винкс». (6+)
17.00 «Царевны». (0+)
18.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
18.15 «Кошечки-собачки». (0+)
19.20 «Оранжевая корова». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
22.30 «Герои Гуджису». (6+)
22.45 «Олимп Чейнджер». (6+)
23.15 «Три кота». (0+)
00.25 «Ералаш». (6+)
01.20 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ БУРАТИНО». (0+)
02.30 Давайте рисовать! (0+)
02.55 «Грузовичок Лёва». (0+)
03.20 «Лабораториум». (0+)
03.45 «Бодо Бородо. Бокварь». (0+)
04.10 «Букварий». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Малышарики». (0+)
06.25, 11.30, 19.25, 02.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 Время малышей. (0+)
08.00, 13.05, 19.00 «Барбоскины». (0+)
08.30, 13.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Сказочный патруль». (0+)
09.25, 01.00 «Чуч-Мяуч». (0+)
Девочка Маруся и волшебный кот Мяуч живут в городской многоэтажке, рядом с которой соседствует небольшой частный домик - магазин диких товаров Эммы Карповны. Маруся загадывает Мяучу желание, и у них начинаются волшебные приключения.
10.00, 14.00, 17.20, 22.25 «Фиксики». (0+)
10.30 «Кошечки-собачки». (0+)
11.00 «Катя и Эф». (0+)
14.30, 21.00 «Смешарики». (0+)
15.00 «Тобот». (6+)
15.25 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
17.00 «Друзья на все времена». (0+)
18.00 «Школьный автобус Гордон». (0+)
18.35, 03.00 «Лунтик». (0+)
20.00 «МУЛЬТПремьера!» (0+)
20.20 «Маша и Медведь». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.30 «Простоквашино». (0+)
22.00 «Мотофайтеры». (6+)
23.00 «Тайны Медовой долины». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 «Люди, сделавшие Землю круглой». (12+)
00.50, 04.55, 09.05, 12.40, 18.20 «Герои подполья». (12+)
05.55, 06.55, 10.55 Обыкновенная история. (6+)
06.05, 14.20 Россия научная. Великие имена. (12+)
06.25 «Народный фронт Победы». (12+)
07.05 «Худеса. Пут. по Италии». (12+)
08.00 «Девочки». (12+)
09.15 «Выбор полковника Абеля». (12+)
10.00 «Спротивление». (12+)
11.05, 15.05 «История оружия». (16+)
12.00 «Карл Булла - Первый». (12+)
12.55, 14.35 «Забывтый полководец». (12+)
13.20 «Жена Рубенса и черное золото». (12+)
16.00 «Хроники общественного быта». (12+)
16.10 «Легенды науки». (12+)
16.45 «Н.М. Карамзин. Историк государства Российского». (12+)
16.55 «Историограф». (12+)
17.40 Семь дней истории. (12+)
17.50 «Они были первыми». (12+)
18.30, 19.15 «Битва оружейников». (12+)
20.00 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)
21.45 «Пешком по Москве». (6+)
22.00 «ОБОРОНА СЕВАСТОПОЛЯ». (12+)
23.05 Великие живописцы. (12+)

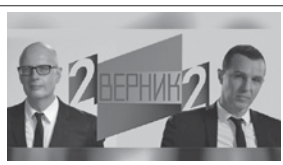
HISTORY

- 06.00 «Смертоносная техника». (12+)
07.35 «Сокровища с Беттани Хьюз». (12+)
09.30 «Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие». (12+)
11.15 «Внутри криминального разума». (16+)
13.15 «Мифы и тайны королевской истории». (16+)
15.20 «Правдивая история графа Монте-Кристо». (16+)
16.20 «Сокровища с Беттани Хьюз». (12+)
18.05 «Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие». (12+)
19.00 «Саккара: тайные иероглифы пирамид». (6+)
20.00 Утопия инженерии. (16+)
21.45 «Смертоносная техника». (12+)
22.35 «Спротивление: секретные туннели Парижа». (16+)
Под французской столицей скрывается сеть катакомб, которая веками служила тайником, музеем и кладбищем. В подземных галереях Парижа протяженностью более 300 км. горожан хоронили веками.
23.35 «Сокровища с Беттани Хьюз». (12+)
01.30 «Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие». (12+)
03.10 «Внутри криминального разума». (16+)
04.55 «Тамплиеры». (16+)

ДОКТОР

- 06.00 О самом главном. (12+)
06.55 Медицинский квест. (12+)
07.45 Угрозы современного мира. (12+)
08.15 «Я, человек». (12+)
09.00 О самом главном. (12+)
09.55 Это лечится. (12+)
10.25 На приеме у Михаила Лабковского. (12+)
11.20 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)
12.10 15.20 18.05 О самом главном. (12+)
13.10 Угрозы современного мира. (12+)
13.35 Это лечится. (12+)
14.35 «Я, человек». (12+)
16.20 Угрозы современного мира. (12+)
16.45 Медицина будущего. (12+)
17.15 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)
19.00 На приеме у косметолога. (12+)
19.30 «Большой скачок». (12+)
20.00 Истории болезней. (16+)
21.00 О самом главном. (12+)
21.55 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)
22.50 Истории болезней. (16+)
23.45 О самом главном. (12+)
00.45 «Я, человек». (12+)
01.30 На приеме у косметолога. (12+)
02.25 Истории болезней. (16+)

РОССИЯ К
Культура



22.50
«2 Верник 2»

- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35 15.55 «Забывшее ремесло»
- 07.50 «Почерк эпохи»
- 08.15 «Жизнь и судьба»
- 08.35 «ЮРКИНЫ РАССВЕТЫ»
- 09.40 12.45 17.40 19.10 Оттепель. В добрый час
- 10.20 Шедевры старого кино
- 12.00 Открытая книга
- 13.05 Власть факта
- 13.50 «ГРАВЮРА НА ДЕРЕВЕ»
- 15.10 23.50 «Три минуты тишины»
- 15.15 «Энигма»
- 16.15 80 лет Александру Шилову
- 17.15 Письма из провинции
- 17.55 01.20 XVII Международный конкурс имени П.И. Чайковского
- 19.45 «Союз - Аполлон»
- 20.40 «ВАССА»
- 22.50 «2 Верник 2»
- 23.55 «ТЕМБОТ»

ТВЦ ТВЦ



08.20 «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ-3». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.20 11.50 «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ-3». (12+)
- 11.30 События
- 12.35 «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ-4». (12+)
- 14.30 События
- 14.45 Город новостей
- 15.00 «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ-4». (12+)
- 16.55 «Актёрские драмы. Риск - благородное дело». (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «СЫЩИЦЫ». (12+)
- 20.00 «СЫЩИЦЫ: НОЖ В СПИНУ». (12+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.00 «Хорошие песни». (12+)
- 00.45 «МОЛОДАЯ ЖЕНА». (12+)
- 02.20 «Петровка, 38». (16+)
- 02.35 «ЭКСПЕРИМЕНТ». (12+)
- 04.50 «Любовь первых». (12+)

3 ТВ-3



19.00 Дороже денег. (16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Слепая». (16+)
- 09.00 Утренние гадания. (16+)
- 09.15 Секреты здоровья. (16+)
- 09.30 11.50 Гадалка. (16+)
- 11.15 Новый день. (12+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 «Старец». (16+)
- 14.30 Вернувшиеся. (16+)
- 16.45 «Слепая». (16+)
- 18.00 Экстра такси. (16+)
- 19.00 Дороже денег. (16+)
- 20.00 «СЕРДЦЕ ИЗ СТАЛИ». (16+)
- 22.15 «ЭКСПЕРИМЕНТ «ВЕДЬМА». (16+)
- Секретная организация похитила школьницу, чтобы держать ее в лаборатории и ставить над ней опыты.
- 01.00 «МОЙ ДРУГ МИСТЕР ПЕРСИВАЛЬ». (6+)
- 02.45 «Тайные знаки». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

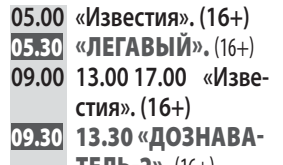
ДОМАШНИЙ



23.05 Уют за 15 минут. (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.25 Давай разведёмся! (16+)
- 08.25 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «Преступления страсти». (16+)
- 19.00 «МУЖЧИНА, КОТОРЫЙ НЕ ХОЧЕТ НА МНЕ ЖЕНИТЬСЯ». (16+)
- 23.05 Уют за 15 минут. (16+)
- 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 00.25 «Порча». (16+)
- 01.20 «Знахарка». (16+)
- 01.45 «Верну любимого». (16+)
- 02.15 «Голоса ушедших душ». (16+)

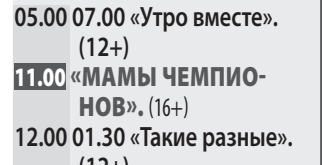
5 5-й КАНАЛ



05.00 «Известия». (16+)

- 05.30 «ЛЕГАВЫЙ». (16+)
- 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
- 09.30 13.30 «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 22.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
- 23.10 «Светская хроника». (16+)
- 00.15 Они потрясли мир. (16+)
- 01.40 «СВОИ-6». (16+)
- 02.15 «СВОИ-2». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.20 09.20 «КАЗАЧЬЯ ЗАСТАВА». (12+)
- 09.45 «ПРИКАЗ: ОГОНЬ НЕ ОТКРЫВАТЬ». (12+)
- 11.55 13.25 «ПРИКАЗ: ПЕРЕЙТИ ГРАНИЦУ». (12+)
- 14.20 15.05 17.15 «НАЗАД В СССР». (16+)
- 19.40 «Загадки века». (12+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.00 «Музыка+». (12+)
- 00.20 «ШАГ НАВСТРЕЧУ: НЕСКОЛЬКО ИСТОРИЙ ВЕСЕЛЫХ И ГРУСТНЫХ...» (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «МАМЫ ЧЕМПИОНОВ». (16+)
- 12.00 01.30 «Такие разные». (12+)
- 13.00 16.30 «СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 18.00 «Мастерская спорта». (12+)
- 15.30 01.15 «Открываем Воронеж». (12+)
- 15.45 «Служу Отечеству». (12+)
- 17.30 «Арт-Проспект». (12+)
- 18.30 03.00 «В тени чемпионов». (12+)
- 18.45 «Специальный репортаж». (12+)
- 19.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 «Адрес истории». (12+)
- 20.30 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 «Малая сцена». (12+)
- 23.30 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА». (18+)
- 03.15 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 «Игра миллионов». (12+)
- 06.30 «Большой хоккей». (12+)
- 07.00 10.10 12.55 Новости
- 07.05 15.20 17.45 21.15 23.30 Все на Матч!
- 10.15 «Небесная грация». (0+)
- 10.35 «Легендарные клубы». (12+)
- 11.35 Футбол. Еврокубки. Обзор. (6+)
- 12.35 Лица страны. (12+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 14.15 Автоспорт. G-Drive Российской серия кольцевых гонок
- 15.30 03.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 18.30 Хоккей. ЦСКА - СКА (Санкт-Петербург). Фонбет Чемпионат КХЛ
- 21.25 Футбол. «Боруссия» (Мёнхенгладбах) - «Майнц». Чемпионат Германии
- 00.25 «Рецептура». (6+)
- 00.55 «Роуди». (12+)
- 02.55 Новости. (0+)
- 06.00 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 07.50 10.00 12.55 15.55 Новости
- 07.55 Лица страны. (12+)
- 08.10 11.55 12.35 16.00 22.20 01.50 Спецрепортаж. (12+)
- 08.30 19.35 02.20 «Физруки. Будущее за настоящими». (6+)
- 09.05 02.55 «Ручная работа». (12+)
- 09.30 05.30 «Большой хоккей». (12+)
- 10.05 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 12.15 «Десятка!» (12+)
- 13.00 14.15 03.25 04.25 Автоспорт. (6+)
- 15.25 21.50 Страна смотрит спорт. (12+)
- 16.20 Смешанные единоборства. (16+)
- 17.45 Художественная гимнастика. Гала-концерт. (6+)
- 20.15 Парусный спорт. (0+)
- 21.20 Что по спорту? (12+)
- 22.40 «Есть тема!» (16+)
- 23.45 Конный спорт. Скачки. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ
- 06.55 «ВЛЮБИСЬ В МЕНЯ, ЕСЛИ ОСМЕЛИШЬСЯ». (16+)
- 08.55 «ОДИН ДЕНЬ». (16+)
- 11.05 «СЛОВА». (12+)
- 13.00 «ТУРИСТ». (16+)
- 15.00 «СОННАЯ ЛОЩИНА». (12+)
- 17.00 «ПРАВОСУДИЕ». (16+)
- 17.55 «ПРАВОСУДИЕ». (16+)
- 18.55 «КОД ДА ВИНЧИ». (16+)
- Профессор из Гарварда приезжает в Париж на презентацию книги по средневековой символике и оказывается вовлеченным в интригу, которой уже более 2000 лет. Он должен разгадать хитрую головоломку.
- 21.45 «АНГЕЛЫ И ДЕМОНЫ». (16+)
- 00.20 «ИНФЕРНО». (16+)
- 02.15 «ТУРИСТ». (16+)
- 03.50 «СЛОВА». (12+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 01.35 «ДУМАЙ, КАК МУЖЧИНА-2». (12+)
- 03.25 «SUPERНЯНЬ». (16+)
- 04.55 «SUPERНЯНЬ-2». (16+)
- 06.35 «АГУАР». (16+)
- 08.30 «ДЕЛО В ТЕБЕ». (16+)
- 10.10 «РЭД-2». (12+)
- 12.15 «ЯЙЦО ФАБЕРЖЕ». (12+)
- 13.55 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ. НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ-2». (12+)
- 15.30 «ОТПЕТЫЕ МОШЕННИКИ». (16+)
- 17.35 «ШЕФ АДАМ ДЖОНС». (18+)
- 19.30 «МОШЕННИКИ». (16+)
- 21.15 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
- 23.25 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)
- 05.30 «Пин-код». (6+)
- 06.20 «Фиксики». (6+)
- 07.05 «Смешарики». (6+)
- 07.55 «МАЛЬДИВЫ ПОДОЖДУТ». (16+)
- 09.35 «ДЕНЬ ГОРОДА». (16+)
- 11.05 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ» (16+)
- 13.30 «ПРОКЛЯТЫЙ ЧИНОВНИК». (16+)
- 15.05 «ЗВЁЗДЫ МНЕ УКАЖУТ ПУТЬ». (6+)
- 17.00, 17.55 «АННА-ДЕТЕКТИВ». (12+)
- 18.55 «ПОМНЮ - НЕ ПОМНЮ!» (12+)
- 20.10 «ЗОЛУШКА». (16+)
- 21.55 «МАЛЬДИВЫ ПОДОЖДУТ». (16+)
- 23.40 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ!» (16+)
- 01.15 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)
- 02.55 «ДЖУНГЛИ». (12+)
- 04.15 «Конёк-Горбунок». (6+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 06.05 «Алёша Попович и Тугарин Змей». (12+)
- 07.25 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)
- 08.40 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». (6+)
- Славится земля русская богатырями богатырскими да разбойниками разбойничими... А сверху всего князь княжеский сидит, за всем следит и порядок наводит, если нужно.
- 10.10 «Три богатыря и Морской царь». (6+)
- 11.35 «Конь Юлий и большие скачки». (6+)
- 13.00 «СВАТЫ». (16+)
- 20.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 00.55 «ПРИЗРАК». (16+)
- 02.45 «ВСЁ ХОРОШО». (16+)
- 04.10 «РАШН ЮГ». (16+)
- СУББОТА! СУББОТА!
- 05.00, 06.00, 06.20, 06.55, 07.20, 09.00, 10.00, 10.50, 11.20, 11.40, 12.20, 13.00, 13.40, 14.10, 14.40, 15.20, 16.00, 16.30, 17.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 05.55, 07.35, 08.20, 08.55, 10.45, 12.55, 14.05, 15.10, 16.20, 17.25 «Машины сказки». (0+)
- 18.00, 18.20, 19.00, 19.20, 19.50, 20.20 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 20.40 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)
- 21.40 Богиня. (16+)
- 22.50 Суббота News-2023. (16+)
- 23.10 Моя жена рулит. (16+)
- 00.20 Кулинарные детективы. (16+)
- 01.30 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- СТС LOVE СТС LOVE
- 06.00 «Три кота». (0+)
- 08.00 «Лягушка-путешественница». (0+)
- 08.25 «Маша и волшебное варенье». (0+)
- 08.35 Ералаш. (0+)
- 09.05 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НАНЯ». (0+)
- 11.45 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- Сериал. Россия, 2016 г. Комедия. В ролях: Милош Бикович, Диана Пожарская, Екатерина Вилкова, Елена Ксенофонтова, Григорий Сиятвинда, Сергей Лавыгин, Ольга Кузьмина
- 16.05 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 21.45 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- 01.20 Даёшь молодёжь! (16+)
- 04.05 «Три кота». (0+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 07.25 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (12+)
- 09.05 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕННЫЙ ВЕСНЫ». (12+)
- 21.00 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». (16+)
- 1920-е годы, маленький город. Гражданская война закончилась, но до полной победы большевиков ещё далеко. Группа бандитов из бывших белых офицеров грабит поезд с золотом...
- 22.45 «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ». (12+)
- 00.30 «ОТВЕТНЫЙ ХОД». (12+)
- 01.55 «СЛУЧАЙ В КВАДРАТЕ 36-80». (12+)
- 03.05 «ОТЕЦ И СЫН». (16+)
- 05.50 «БЫЛО У ОЦА ТРИ СЫНА». (12+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «БОЛЬШАЯ ЖИЗНЬ». (0+)
- 07.00 «Мультфильмы на Спасе». (0+)
- 07.30 Утро на Спасе. (0+)
- 10.30 «Пророки». (0+)
- 11.05 «Неизвестная Европа». (0+)
- 11.40 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 12.40 Монастырская кухня. (0+)
- 14.00 «Двенадцать». (16+)
- 14.35 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТОЛИ КЛЮКВИНА». (0+)
- 16.00 «ИЗ ЖИЗНИ НАЧАЛЬНИКА УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (12+)
- 18.00 Вечер на Спасе. (0+)
- 20.00 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 21.00 «Тайны сказок» с Анной Ковальчук. (0+)
- 21.15 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 21.25 «Следы империи». (16+)
- 23.05 «Пророки». (0+)
- 23.35 «Неизвестная Европа». (0+)
- 00.05 День Патриарха. (0+)
- 00.20 «Российский Златоуст». (0+)
- 01.10 «Константин Ушинский. Отец Русской школы». (0+)
- 01.55 «Три дня». (0+)
- 02.20 «Герои рядом». (16+)
- 02.50 «Люди Донбасса». (12+)

Православный календарь

6 октября
Седмица 18-я по Пятидесятнице.
Глас 8. Зачатие чистого, славного
Пророка, Предтечи и Крестителя
Господня Иоанна.



Прославление свт. Иннокентия, митр. Московского. Прпп. жен Ксанфиппы и Поликсении. Мц. Ираиды девы. Мчч. Андрея, Иоанна и чад Иоанновых Петра и Антонина. Сщмч. Иоанна пресвитера. Словенской иконы Божией Матери.

Постный день.

«Благодать не истощается и не оскудевает. Этот источник струится беспрестанно, и от полноты его мы можем исцелить и души, и тела наши»
Свт. Иоанн Златоуст

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 05.50 Муз'итив. (16+)
- 06.40 Про-новости. (16+)
- 07.00 Тееп чарт. (16+)
- 07.25 Лайкер. (16+)
- 08.40 Про-новости. (16+)
- 09.00 Топ-30. (16+)
- 11.25 #НАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Топ-15 Like FM. (16+)
- 13.00 Приехали! (16+)
- 13.35 Хиты по-русски. (16+)
- 14.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 15.00 Про-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Новое радио. (16+)
- 17.00 Лайкер. (16+)
- 18.00 Про-новости. (16+)
- 18.30 Дискотека Муз-ТВ. (16+)
- 21.00 Танцпол. (16+)
- 23.30 DFM - Dance chart. (16+)
- 00.35 Танцпол. (16+)
- 02.00 Муз'итив. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

7	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН
 <p>09.00 «Умницы и умники». (12+)</p>	 <p>09.00 «Формула еды». (12+)</p>	 <p>20.20 «Ты не поверишь!» (16+)</p>	 <p>09.00 ПроСТО кухня. (12+)</p>	 <p>09.00 «Салон». (16+)</p>	 <p>17.00 «Документальный спецпроект». (16+)</p>			
<p>06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»</p> <p>09.00 «Умницы и умники». (12+)</p> <p>09.45 «Слово пастыря». (0+)</p> <p>10.00 12.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>10.15 «Наше всё». (12+)</p> <p>11.05 «ПроУют». (0+)</p> <p>12.15 «Поехали!». (12+)</p> <p>13.10 «ТОТ САМЫЙ МЮНХ-ГАУЗЕН». (0+)</p> <p>16.00 Праздничный концерт ко Дню учителя. (12+)</p> <p>18.00 Вечерние новости (с субтитрами)</p> <p>18.20 Премьера. «Михаил Задорнов: вся жизнь». Часть 2-я. (16+)</p> <p>19.15 «Эксклюзив». (16+)</p> <p>20.05 «Кто хочет стать миллионером?». (12+)</p> <p>21.00 «Время»</p> <p>21.35 «КВН». Летний кубок. (16+)</p> <p>23.50 «ТРИ БИЛБОРДА НА ГРАНИЦЕ ЭББИНГА, МИССУРИ». (18+)</p> <p>02.00 Подкаст Лаб. (16+)</p>	<p>05.00 Утро России. Суббота</p> <p>08.00 Вести. Местное время</p> <p>08.20 Местное время. Суббота</p> <p>08.35 «По секрету всему свету»</p> <p>09.00 «Формула еды». (12+)</p> <p>09.25 «Пятеро на одного»</p> <p>10.10 Сто к одному</p> <p>11.00 Вести</p> <p>11.50 «В кругу друзей»</p> <p>12.50 «Доктор Мясников». (12+)</p> <p>14.00 Вести</p> <p>14.50 «Юморина». (16+)</p> <p>17.00 Вести</p> <p>17.50 «Привет, Андрей!» (12+)</p> <p>20.00 Вести</p> <p>21.00 «ДЕВОЧКИ НЕ ПЛАЧУТ». (16+)</p> <p>Аня и Катя - сёстры. Катя замужем, а Аня легко влюбляется и также разочаровывается в мужчин. Всё меняется, когда их мать решает выйти замуж...</p> <p>00.30 «СИЛА ОБСТОЯТЕЛЬСТВ». (12+)</p> <p>04.00 «РОДНОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)</p>	<p>04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)</p> <p>07.25 «Смотр». (0+)</p> <p>08.00 10.00 16.00 «Сегодня»</p> <p>08.20 Поедем, поедим! (16+)</p> <p>09.20 «Едим дома». (0+)</p> <p>10.20 «Главная дорога». (16+)</p> <p>11.00 «Живая еда». (12+)</p> <p>12.00 «Квартирный вопрос». (0+)</p> <p>13.10 «Попутчик». (16+)</p> <p>14.20 «Игры разумов». (0+)</p> <p>15.00 «Своя игра». (0+)</p> <p>16.20 ЧП. Расследование. (16+)</p> <p>17.00 Следствие вели... (16+)</p> <p>19.00 «Центральное телевидение»</p> <p>20.20 «Ты не поверишь!» (16+)</p> <p>21.20 «Секрет на миллион». (16+)</p> <p>23.25 «Международная пилорама». (18+)</p> <p>00.15 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)</p> <p>00.50 Квартирник. (16+)</p> <p>02.10 «Дачный ответ». (0+)</p> <p>03.05 «ГЛАЗА В ГЛАЗА». (16+)</p>	<p>06.00 Ералаш. (0+)</p> <p>07.00 «Три кота». (0+)</p> <p>07.30 «Детектив Финник». (0+)</p> <p>08.00 11.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)</p> <p>09.00 ПроСТО кухня. (12+)</p> <p>10.00 Премьера! «100 мест, где поесть». (16+)</p> <p>12.05 «Тайна семьи монстров». (6+)</p> <p>13.45 «Монстры против пришельцев». (12+)</p> <p>15.35 «Монстры на каникулах». (6+)</p> <p>17.20 «Монстры на каникулах-2». (6+)</p> <p>19.05 «Монстры на каникулах-3. Море зовёт». (6+)</p> <p>21.00 «ПОЕХАВШАЯ». (16+)</p> <p>23.20 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)</p> <p>01.20 «ДОЖДЛИВЫЙ ДЕНЬ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)</p> <p>02.55 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (12+)</p> <p>04.50 «6 кадров». (16+)</p> <p>05.10 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)</p> <p>09.00 «Салон». (16+)</p> <p>10.00 «Экстрасенсы ведут расследование». (16+)</p> <p>13.30 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)</p> <p>21.00 «Ярче Звёзд». (16+)</p> <p>Шоу «Ярче звёзд» соберет самых талантливых вокалистов и прирожденных артистов из народа на одной сцене. Все они будут перевоплощаться в любимых исполнителей...</p> <p>23.00 «Женский стендап». (18+)</p> <p>00.00 «Такое кино!» (16+)</p> <p>00.35 «МЕДЕЯ». (18+)</p> <p>Заплатив за счастье невозможную цену, женщина оказывается в западне - эта дорога ведет в один конец. Чувствуя себя преданной, она ищет мести.</p> <p>02.35 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>04.25 «Студия «Союз». Дайджест». (16+)</p> <p>06.00 «Импровизация». (16+)</p>	<p>05.00 04.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Минтранс». (16+)</p> <p>10.00 Самая полезная программа. (16+)</p> <p>11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</p> <p>15.00 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>17.00 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>18.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>19.00 «НАПРОЛОМ». (16+)</p> <p>20.55 «КАПИТАН МАРВЕЛ». (16+)</p> <p>Пилот военно-воздушных сил Кэрл Дэнверс получает свою суперсилу после столкновения с враждующими инопланетными расами. Но так ли просто быть супергероем, когда ты женщина?</p> <p>23.15 «РАЙОН № 9». (16+)</p> <p>01.25 «ЭВЕРЛИ». (18+)</p>			

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР
<p>05.05 Черный список. (16+)</p> <p>05.20 03.00 04.30 Пятница News. (16+)</p> <p>05.40 «Тайны Медовой долины». (12+)</p> <p>05.55 «Простоквашино». (12+)</p> <p>07.00 «ДЕТИ ШПИОНОВ-4: АРМАГЕДДОН». (16+)</p> <p>08.30 Мамы Пятницы. (16+)</p> <p>09.00 Руссо-экспрессо. (16+)</p> <p>11.00 15.00 Четыре свадьбы. (16+)</p> <p>13.00 Четыре дачи. (16+)</p> <p>23.00 Сердце Клавы. (16+)</p> <p>01.00 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2: ИНСУРГЕНТ». (12+)</p> <p>03.30 Инсайдеры. (16+)</p>	<p>06.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)</p> <p>06.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>«Улётное видео» - это сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты.</p> <p>08.40 «ТЕРМИНАТОР-2: СУДНЫЙ ДЕНЬ». (16+)</p> <p>11.30 «СОЛДАТЫ-12». (12+)</p> <p>20.30 «+100500». (16+)</p> <p>23.00 «+100500». (18+)</p> <p>00.00 Клуб обаятельных животных. (16+)</p> <p>01.00 «+100500». (18+)</p> <p>03.00 За гранью реального. (16+)</p> <p>04.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)</p>	<p>06.00 «Утро вместе». (12+)</p> <p>09.00 Все по-взрослому</p> <p>10.10 «Конструкторы будущего». (12+)</p> <p>10.55 «ДВА ДОЛГИХ ГУДКА В ТУМАНЕ». (12+)</p> <p>12.20 «ЕХАЛИ ДВА ШОФЁРА». (12+)</p> <p>16.15 «Ректорат». (12+)</p> <p>17.00 «День вместе». (12+)</p> <p>17.30 «Точка.ру». (12+)</p> <p>18.00 «Губернские новости». (12+)</p> <p>19.05 «Очень личное». (12+)</p> <p>19.45 «Я ОСТАЮСЬ». (16+)</p> <p>21.35 «ДЕВУШКА В ТУМАНЕ». (16+)</p> <p>23.45 «УРГА: ТЕРРИТОРИЯ ЛЮБВИ». (16+)</p>
Ю	МИР	ПОБЕДА
<p>05.30 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>07.00 «Мальшарика». (0+)</p> <p>08.00 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>10.05 «Зови меня мамой». (16+)</p> <p>11.35 «Чадо из ада». (12+)</p> <p>15.00 17.35 «Беременная в 16». (16+)</p> <p>16.30 «Жизнь после шоу. Б16». (16+)</p> <p>22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)</p> <p>00.05 «Измены». (16+)</p> <p>03.00 «Супермама». (16+)</p> <p>Психологическое семейное реалии, в котором каждую неделю четыре мамочки соревнуются за звание лучшей.</p> <p>04.45 «Маша и Медведь». (0+)</p>	<p>05.00 «ЧЛЕН ПРАВИТЕЛЬСТВА». (16+)</p> <p>05.20 «Мультфильмы». (6+)</p> <p>06.00 «Все как у людей» (6+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (6+)</p> <p>07.05 «РАЗВЛЕЧЕНИЕ ДЛЯ СТАРИЧКОВ». (16+)</p> <p>08.40 «Исторический детектив». (16+)</p> <p>09.10 «Диктор делает» (16+)</p> <p>09.30 «ФазендаЛайф». (6+)</p> <p>10.00 Погода в мире</p> <p>10.10 «МАРЬЯ-ИСКУСНИЦА». (6+)</p> <p>11.40 «ЩИТ И МЕЧ». (16+)</p> <p>16.00 Новости</p> <p>16.10 «ЩИТ И МЕЧ». (16+)</p> <p>18.30 Новости</p> <p>18.45 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (16+)</p> <p>21.30 «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА КАПИТАНА». (16+)</p> <p>23.15 «КУРЬЕР». (16+)</p> <p>00.50 «Дагестан. 99». (18+)</p>	<p>05.50 «72 МЕТРА». (16+)</p> <p>08.20 «ПАЛАЧ». (16+)</p> <p>17.40 «ГРАНИЦА. ТАЁЖНЫЙ РОМАН». (16+)</p> <p>Гарнизон на границе с Китаем. Здесь, как и всюду, живут мужчины и женщины. У каждого - своя история, своя судьба, своя любовь. Общее одно - все они попали сюда однажды по долгу службы и остались надолго. Марина Голощекина - милая, добрая, правильная; Галя Жугт - умная, страстная, решительная; Альбина Ворон - экстравагантная, непредсказуемая, тонкая...</p> <p>01.00 «ЕДИНИЧКА». (16+)</p> <p>02.40 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)</p> <p>04.20 «ЦЕЛЬ ВИЖУ». (16+)</p>

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ
<p>05.00 Ранние пташки. (0+)</p> <p>07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)</p> <p>07.30 «Вип Петс». (6+)</p> <p>07.55 «Черепашки». (0+)</p> <p>09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)</p> <p>09.25 «Отель у овец». (0+)</p> <p>11.00 «Семья на ура!» (0+)</p> <p>11.30 «Буба». (6+)</p> <p>13.05 «Мир Винкс». (6+)</p> <p>14.00 «Царевны». (0+)</p> <p>15.55 «Простоквашино». (0+)</p> <p>18.00 «Снежная королева». (0+)</p> <p>В стремлении сотворить новый мир - холодный и практичный, где четкость линий призвана заменить эмоции, а северный ветер должен остудить людские души, Снежная Королева избавляется от всех представителей творческих профессий. Маленькой и смелой Герде, отправившейся в опасное путешествие, чтобы спасти своего брата Кая, предстоит столкнуться с этим холодным миром Снежной Королевы.</p> <p>19.15 «Снежная королева-2. Перезаморозка». (0+)</p> <p>20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</p> <p>20.45 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)</p> <p>22.30 «Герои Джудитсу». (6+)</p> <p>22.45 «Флип Чейнджер». (6+)</p> <p>23.15 «Три кота». (0+)</p> <p>00.25 «Ералаш». (6+)</p> <p>01.20 «Смешарики». (0+)</p> <p>02.30 Давайте рисовать! (0+)</p> <p>02.55 «Грузовичок Лёва». (0+)</p> <p>03.20 «Лабораторию». (0+)</p>	<p>06.00 «Лунтик». (0+)</p> <p>11.00 «Умка». (0+)</p> <p>11.15 «Лудвилль». (0+)</p> <p>На вершине высокой горы притаился небольшой городок - Лудвилль. В нем живёт необычный народец - лудлы. Каждый их день - это целая история. В центре забавных событий - маленькая лудл-Энн и её волшебный альбомчик.</p> <p>11.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)</p> <p>12.00 «Кошечки-собачки». (0+)</p> <p>12.05, 18.35 «Музыкальный патруль. Сказочные песни». (0+)</p> <p>В своих песнях персонажи расскажут, о чем мечтают и грустят, чему радуются.</p> <p>12.10, 19.30 «Геройчики». (0+)</p> <p>14.00, 22.00 «МУЛЬТсюрприз». (0+)</p> <p>18.00 «Школьный автобус Гордон». (0+)</p> <p>В красивом прибрежном городке в детском саду «Саншайн Форест» учится группа милых малышей. Чтобы защитить детей, впервые в мире строится автобус, которого зовут Гордон. Когда у детей возникают проблемы, он может превращаться в разные машины и становиться пожарным, скорой помощью, полицейским, самолетом и спасателем, чтобы помочь им.</p> <p>19.00, 02.00 «МУЛЬТПремьера». (0+)</p> <p>21.05 «Моррики Дорики». (0+)</p> <p>02.30 «Смешарики». (0+)</p>

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365	365 ДНЕЙ ТВ	VJU HISTORY	VJU HISTORY	ДОКТОР
<p>00.00 «Сквозь времена». (12+)</p> <p>00.25 «Книжные аллеи». (12+)</p> <p>00.55, 05.05, 08.40, 12.50, 20.50 «Герои подполья». (12+)</p> <p>01.55, 02.55, 06.55 Обыкновенная история. (6+)</p> <p>02.05, 10.20 Россия научная. Великие имена. (12+)</p> <p>02.25 «Народный фронт Победы». (12+)</p> <p>03.05 «Чудеса. Путешествие по Италии». (12+)</p> <p>04.00 «Девочки». (12+)</p> <p>05.15 «Выбор полковника Абеля». (12+)</p> <p>06.00 «Сопровождение. Русские французы». (12+)</p> <p>07.05, 11.05 «История оружия». (16+)</p> <p>08.00 «Карл Булла - Первый». (12+)</p> <p>08.55, 10.35 «Забывтый полководец». (12+)</p> <p>09.20 «Жена Рубенса и черное золото». (12+)</p> <p>12.00 «Историада». (12+)</p> <p>13.05 «Они были первыми». (12+)</p> <p>13.35, 14.15 «Битва оружейников». (12+)</p> <p>15.00, 19.05, 23.00 Великие живописцы. (12+)</p> <p>16.00 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)</p> <p>17.45 «Пешком по Москве». (6+)</p> <p>18.00 «ОБОРОНА СЕВАСТОПОЛЯ». (12+)</p> <p>20.00 Всемирное наследие. (12+)</p> <p>21.00 «СУВОРОВ». (6+)</p> <p>22.50 Тайное становится явным. (12+)</p>	<p>06.00 «Саккара: тайные иероглифы пирамид». (6+)</p> <p>Некрополь Саккара, расположенный в 30 км от Каира, содержит одно из самых удивительных сокровищ Египта: пирамиду фараона Пиопи II. О ней знают немногие, потому что она закрыта для посещения.</p> <p>06.55 «Убийство на железной дороге». (16+)</p> <p>08.35 Утопия инженерии. (16+)</p> <p>09.25 «Сокровища с Беттани Хьюз». (12+)</p> <p>10.20 «Расшифрованные сокровища». (12+)</p> <p>13.00 «Тайнственные города». (12+)</p> <p>13.25 Легенды Европы. (12+)</p> <p>Новый, почти волшебный взгляд на европейское наследие. Пугающие или удивительные, эти истории представляют собой мистические и темные загадки, которые можно расшифровать.</p> <p>14.25 «Меч из огня». (12+)</p> <p>16.15 «Меч из огня». (12+)</p> <p>17.10 «Выдающиеся женщины». (12+)</p> <p>20.00 «Цинь Шихуанди. Правитель вечной империи». (12+)</p> <p>21.50 «100 чудес света». (16+)</p> <p>22.50 «Смертоносная техника». (12+)</p> <p>01.20 «Внутри криминального разума». (16+)</p> <p>02.15 «Убийство на железной дороге». (16+)</p>	<p>06.00 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)</p> <p>06.50 «Истории болезней». (16+)</p> <p>07.45 «Большой скачок». (12+)</p> <p>08.45 «Проздоровье». (12+)</p> <p>09.10 InVivo. (12+)</p> <p>09.40 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)</p> <p>11.25 На приёме у Лабковского. (12+)</p> <p>12.25 Медицина будущего. (12+)</p> <p>13.25 «Истории болезней». (16+)</p> <p>14.20 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)</p> <p>15.10 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)</p> <p>15.55 «Большой скачок». (12+)</p> <p>16.55 «Проздоровье». (12+)</p> <p>17.25 InVivo. (12+)</p> <p>17.50 Теледоктор. (12+)</p> <p>18.50 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)</p> <p>19.45 На приёме у Лабковского. (12+)</p> <p>20.40 Медицина будущего. (12+)</p> <p>21.40 «Истории болезней». (16+)</p> <p>22.40 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)</p> <p>00.20 «Большой скачок». (12+)</p> <p>01.15 «Проздоровье». (12+)</p> <p>01.40 InVivo. (12+)</p> <p>02.05 Теледоктор. (12+)</p>		

ПЕРВЫЙ



07.40 «Часовой». (12+)

- 06.00 Новости
06.10 Подкаст.Лаб. (16+)
06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
07.40 «Часовой». (12+)
08.10 «Здоровье». (16+)
09.20 «Мечталлион». (12+)
09.40 «Непутевые заметки». (12+)
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
10.15 Играем свадьбу! (12+)
11.05 «Жизнь других». (12+)
12.15 «Повара на колесах». (12+)
13.10 Концерт ко Дню работника сельского хозяйства. (12+)
15.10 «НАЧАЛО». (0+)
16.55 «1993. Осень в огне». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 Премьера. «Перепои звезду». (12+)
21.00 «Время»
22.35 «Что? Где? Когда?» (16+)
23.45 «Тайна архитектора №1». (12+)
00.45 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»

- 06.05 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО МАЙОРА БАРАНОВА». (16+)
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
12.00 Большие перемены
13.00 «ДИРЕКТОР ПО СЧАСТЬЮ». (12+)
Детский психолог Лиза вынуждена уйти из детского сада и устроиться на работу в офисе. Её должность не обычная - «директор по счастью».
17.00 Вести
17.50 «Песни от всей души». (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.30 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО МАЙОРА БАРАНОВА». (16+)

НТВ



20.20 «Ты супер! Суперсезон». (6+)

- 04.45 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Центральное телевидение». (16+)
08.00 10.00 16.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
11.55 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.05 «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.20 Человек в праве. (16+)
17.00 Следствие вели... (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели»
20.20 «Ты супер! Суперсезон». (6+)
23.35 «Звезды сошлись». (16+)
01.00 Чемпионат и первенство России по пилонному спорту. (12+)
02.20 «ГЛАЗА В ГЛАЗА». (16+)

СТС



07.30 «Детектив Финник». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Отель «У овечек». (0+)
07.30 «Детектив Финник». (0+)
08.00 10.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
09.00 Премьера! Рогов в деле. (16+)
11.40 «Монстры против пришельцев». (12+)
13.25 «Монстры на каникулах». (6+)
15.15 «Монстры на каникулах-2». (6+)
17.00 «Монстры на каникулах-3. Море зовёт». (6+)
18.55 «Райя и последний дракон». (6+)
21.00 «ЛЫСЫЙ НЯНЯКА: СПЕЦЗАДАНИЕ». (0+)
22.55 «НЕУПРАВЛЯЕМЫЙ». (16+)
01.00 «ПРОСТАЯ ПРОСЬБА». (18+)
02.55 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (12+)
04.55 «6 кадров». (16+)

ТНТ



21.00 «Лига городов». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)
09.00 «Битва пикников». (16+)
Каждый выпуск шоу «Битва пикников» - это жесткий баттл за звание лучшего барбекю-шефа страны. Новые пикники с самыми креативными шефами, оригинальные рецепты блюд, голодный Роман Юнусов в качестве ведущего и строгий, но справедливый эксперт Алексей Васильчук.
10.00 «Битва экстрасенсов». (16+)
18.30 «Новые Звёзды в Африке». (16+)
21.00 «Лига городов». (16+)
23.00 «Шоу Воли». (16+)
00.10 «Ярче Звёзд». (16+)
02.00 «Я тебе не верю». (16+)
03.35 «Импровизация. Команды. Дайджест». (16+)
05.10 «Студия «Союз». Дайджест». (16+)
06.00 «Импровизация». (16+)

РЕН



09.00 «Самая народная программа». (16+)

- 07.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 12.30 «Новости». (16+)
09.00 «Самая народная программа». (16+)
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
10.30 «Наука и техника». (16+)
11.30 «Неизвестная история». (16+)
13.00 «ТАЙНА 7 СЕСТЕР». (16+)
В мире, где семейным парам разрешено иметь только одного ребенка, рождается семь сестер-близняшек.
15.25 «КАПИТАН МАРВЕЛ». (16+)
17.50 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ». (12+)
20.10 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ: ПРОТИВОСТОЯНИЕ». (16+)
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)
23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
05.50 Пятница News. (16+)
06.10 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
06.20 «Тайны Медовой долины». (12+)
06.40 «Простоквашино». (12+)
08.30 Мамы Пятницы. (16+)
09.00 Черный список. (16+)
11.00 Гастротур. (16+)
12.00 На ножах. (16+)
22.00 Адский шеф. (16+)
01.00 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (18+)
03.10 Пятница News. (16+)
03.30 Инсайдеры. (16+)
04.20 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
07.00 «Малышарики». (0+)
08.00 «Маша и Медведь». (0+)
10.00 «Голодные не смотреть». (16+)
11.00 «Жизнь после шоу. Б16». (16+)
12.00 «Беременная в 16». (16+)
13.35 «Жизнь после шоу. Б16». (16+)
14.40 «Беременная в 16». (16+)
16.15 «Чадю из ада». (12+)
19.40 «Грешницы на перевоспитании». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (16+)
03.00 «Супермама». (16+)
04.45 «Маша и Медведь». (0+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
08.30 «СОЛДАТЫ-12». (12+)
Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри»: речь идет о трудных солдатских буднях.
20.30 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
00.00 Клуб обаятельных животных. (16+)
01.00 «+100500». (18+)
03.00 Шутники. (16+)
03.30 Невероятные истории. (16+)
05.00 Дорожные войны 2.0. (16+)

МИР

- 05.00 «ВОЛГА-ВОЛГА». (16+)
05.30 «Мультифильмы». (6+)
07.25 «Время возможностей». (12+)
07.45 «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА КАПИТАНА». (16+)
09.30 «ФазендаЛайф». (6+)
10.00 Новости
10.15 «ВОЛШЕБНАЯ ЛАМПА АЛАДИНА». (6+)
12.00 «МАРЬЯ-ИСКУСНИЦА». (6+)
13.35 «ОДИНОКИМ ПРЕДСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕСТВУ». (16+)
15.20 16.15 «ТАНЦУЙ, ТАНЦУЙ». (16+)
16.00 Новости
18.30 «Вместе». (16+)
19.30 «ТАНЦОР ДИСКО». (16+)
22.15 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 Всё по-взрослому
12.00 «КИНО НА ВСЕ ВРЕМЕНА. ЧАРЛИ ЧАПЛИН». (12+)
13.25 «Отчий дом». (12+)
17.00 «День вместе». (12+)
17.30 «Неделя». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
19.05 «Клуб главных редакторов». (12+)
19.45 «ВЕЧНАЯ ЖИЗНЬ АЛЕКСАНДРА ХРИСТОФОРОВА». (12+)
21.25 «ВОСЕМЬ С ПОЛОВИНОЙ (8 1/2)». (16+)
01.35 «ЧЕРНЫЙ, ЧЕРНЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)

ПОБЕДА

- 05.50 «ПЕРВЫЙ ОСКАР». (16+)
07.50 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
10.00 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)
11.50 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
14.20 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)
16.00 «ВЕСУРИ». (16+)
17.30 «СОКРОВИЩА ПАРТИЗАНСКОГО ЛЕСА». (12+)
Июнь 41-го, в приграничном советском городке событие: в местном музее открылась выставка редких наград царской России...
19.20 «ЛЁТЧИК». (16+)
21.10 «РЖЕВ». (16+)
23.10 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Вип Петс». (6+)
07.55 «Алиса и Льюис». (0+)
09.00 Еда на ура! Как в сказке. (0+)
09.25 «Тима и Тома». (0+)
11.00 «Студия красоты». (0+)
11.20 «Смешарики. Пин-код». (6+)
Любознательным Смешарикам хочется узнать новое, они стремятся исследовать все вокруг. Пин изобретает машину, на которой вся компания совершает научную экспедицию. Эта машина способна преодолевать не только границы Страны Смешариков и других миров, но и границы времени, и даже размеров! Смешарики решают отправиться в совместное путешествие, не подозревая, что им предстоит пережить самое захватывающее приключение, которое изменит их взгляд на мир, смысл жизни и суть вещей.

МУЛЬТ

- 13.05 «Мир Винкс». (6+)
14.00 «Час «Союзмультфильма». (0+)
15.00 «Барбоскины». (0+)
16.35 «Ми-ми-мишки». (0+)
Забавные приключения двух друзей, бурого медвежонка по имени Кеша и белого, по кличке Белая Тучка, в волшебной стране. Несмотря на разные характеры, медвежата находят выход из любой ситуации, поскольку их дружба сильнее любых жизненных проблем.

КАРУСЕЛЬ

- 18.40 «Три кота». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
22.30 «Герои Гуджитсу». (6+)
22.45 «Флип Чейнджер». (6+)
23.15 «Три кота». (0+)
00.25 «Ералаш». (6+)
01.20 «Смешарики». (0+)
02.30 Давайте рисовать! (0+)
02.55 «Грузовичок Лёва». (0+)
Лёва - грузовичок, привозит на детскую площадку детали конструктора. Вместе со зрителями Лёва собирает новую модель
03.20 «Лабораториум». (0+)
03.45 «Бодо Борода. Бокварь». (0+)
04.10 «Букварий». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00, 18.35, 22.00 «Фиксики». (0+)
«А кто такие фиксикки - большой-большой секрет!» - так поётся в песенке про фиксиков. До недавнего времени люди почти ничего не знали об этих человечках, которые живут внутри машин и приборов. Фиксикки привыкли скрываться от людей, но есть они повсюду: в компьютере, холодильнике, телевизорах... Каждый помнит о случаях, когда неработающий прибор начал вдруг работать, если по нему слегка стукнуть.
18.00 «Школьный автобус Гордон». (0+)
21.05 «Морики Дорики». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 «Девочки». (12+)
01.05, 04.40, 08.50, 16.45, 20.55 «Герои подполья». (12+)
01.15 «Выбор полковника Абеля». (12+)
03.05, 07.05 «История оружия». (16+)
04.00 «Карл Булла - Первый». (12+)
04.55, 06.35 «Забывший полковод». (12+)
05.20 «Жена Рубенса и черное золото». (12+)
06.20 Россия научная. Великие имена. (12+)
08.00 Историада. (12+)
09.05 «Они были первыми». (12+)
09.30, 10.15 «Битва оружейников». (12+)
11.00, 15.00, 18.55 Великие живописцы. (12+)
11.55 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)
13.45, 18.40 «Пешком по Москве». (6+)
14.00 «ОБОРОНА СЕВАСТОПОЛЯ». (12+)
15.55 Всемирное наследие. (12+)
16.55 «СУВОРОВ». (6+)
20.00 «Люди, сделавшие Землю круглой». (12+)
21.05 «Загадки засечной черты». (12+)
21.35 «Дмитрий Лавриненко. «А на рассвете в бой...» (12+)
22.25 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
22.35 «Тайны российской дипломатии». (12+)
23.10 «Исторические г. Британии». (12+)

HISTORY

- 06.00 «Загадка костей: гендерная революция». (12+)
06.50 «Убийство на железной дороге». (16+)
08.30 Утопия инженерии. (16+)
09.20 «Сокровища Сеттани Хьюз». (12+)
12.55 «Таинственные города». (12+)
13.25 Легенды Европы. (12+)
Новый, почти волшебный взгляд на европейское наследие. Пугающие или удивительные, эти истории представляют собой мистические и темные загадки, которые можно расшифровать.
14.20 «Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие». (12+)
17.05 «Саккара: тайные иероглифы пирамид». (6+)
18.00 «Осада Мальты: воины Господа». (16+)
20.00 «Тамплиеры». (16+)
01.10 «Внутри криминального разума». (16+)
02.00 «Убийство на железной дороге». (16+)
02.50 «Смертоносная техника». (12+)
03.35 «Сопrotивление: секретные туннели Парижа». (16+)
04.30 «Таинственные города». (12+)
04.55 «Затерянные библейские города». (16+)

ДОКТОР

- 06.00 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)
06.45 Проздоровье. (12+)
07.15 InVivo. (12+)
07.40 На приёме у Лабковского. (12+)
08.40 Медицина будущего. (12+)
09.10 Медицина будущего. (12+)
09.40 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)
11.20 «Большой скачок». (12+)
12.45 InVivo. (12+)
13.15 Теледоктор. (12+)
14.15 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)
15.05 На приёме у Михаила Лабковского. (12+)
16.05 Медицина будущего. (12+)
17.05 Истории болезней. (16+)
18.00 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)
19.35 «Большой скачок». (12+)
20.35 Проздоровье. (12+)
21.05 InVivo. (12+)
21.30 Теледоктор. (12+)
22.25 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)
23.15 На приёме у Лабковского. (12+)
00.15 Медицина будущего. (12+)
01.15 «Правила жизни 100-летнего человека». (12+)
02.50 «Большой скачок». (12+)

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.

Выходные Петрович провёл на балконе – жена попросила разобрать скопившееся там добро. Добра было достаточно, чтобы разбираться с ним неделю, но Петрович управился за один день. Недрогнувшей рукой он отправил на помойку пару мешков разных вещей, оказавшихся на балконе в надежде, что когда-то пригодятся.

Нашлись и хорошие вещи, выбрасывать которые было жалко. Вполне еще крепкий стеллаж, например, Петрович решил отвезти на дачу: там-то он точно пригодится – складывать разного рода инструмент. Туда же, на дачу, следовало отвезти и несколько банок, припасенных когда-то под консервацию.

– Вот говорил я тебе, что есть на балконе банки, а ты не верила, – сказал он жене.

– Ну надо же, а я про них совсем забыла, – ответила она, искренне удивившись его находке.

Любитель антиквариата



– Так это было лет пять назад – конечно, уже забыла.

– Ну у тебя и память...

– Тренированная: в нашей работе хорошая память – большое подспорье.

В следующие выходные Петрович поехал вывозить добро с балкона на дачу. Среди прочих вещей, найденных на балконе, был небольшой бронзовый подсвечник для пианино. Подсвечник достался им «в наследство» от прежних хозяев квартиры. Приехав на дачу, он уютно разместился на старой, еще прабабушкиной, этажерке рядом с фарфоровой балериной, оставшейся в память о бабушке.

Подсвечник попалался на глаза по несколько раз в день, и всякий раз Петрович думал: «Интересно, сколько ему лет? Может, и правда, особо ценный антиквариат, а мы не ценим».

Однажды к нему на огонек заглянул сосед, Тихон Викторович, большой любитель старины. Петрович показал гостю подсвечник и поинтересовался его мнением. Тот покрутил подсвечник в руках, потер о рукав, поковырял ногтем его подставку.

– Не знаю, Петрович. Я вообще не большой спец по старинному металлу. Да и вооб-

ще не большой спец. Думаю, век восемнадцатый, не раньше. Ценности особой не представляет, особенно потому, что один. Была бы пара... Ты же, наверное, догадываешься, что на пианино было по два подсвечника.

– Уж догадался, – ответил, улыбаясь, Петрович.

Ну вот, – сказал гость, ставя подсвечник на место, рядом с балериной. – А хорошо они здесь разместились. Балерину твою, кстати, могу показать одному коллекционеру.

– Нет, балерину никому показывать не надо, это память, – сказал Петрович. – Да и про подсвечник я только из любопытства спросил. Не собираюсь я ничего продавать.

– Дело твое, – кивнул сосед. – Дело твое...

– Мне показалось, или ты, Тихон Викторович, чем-то озабочен? – спросил Петрович.

– Есть такое, озабочен, – ответил тот. – Картину мне тут предложили купить старинную. Ну, ты знаешь, увлекаюсь я немного собирательством древностей в последнее время. Но что-то меня настораживает.

– Что настораживает? Очень дорого?

– Наоборот, дешево. Картина пятнадцатого века, если точнее – 1450 года. Выглядит солидно – холст, масло – но стоит... Три копейки для раритета.

– Ну так купи, если три копейки.

Э нет. Это для раритета три копейки, а для меня – кругленькая сумма. Не хотелось бы отдавать такие деньги за подделку.

– А ты на экспертизу отдай. Могу устроить, у меня есть знакомые в реставрационной мастерской серьезного музея.

– Можешь? – обрадовался сосед. – Сделай одолжение. А то что-то мне неспокойно.

– Договорились, сделаю. Красивая хоть картина?

– Красивая! Сейчас я тебе покажу, у меня фотография есть, – он вынул из кармана огромный смартфон и заскользил по его экрану пальцами. – Смотри!

На картине была изображена миловидная молодая крестьянка в народном сарафане, склонившаяся над помидорным кустом, сплошь усыпанным крупными красными плодами. На пухлых щечках девушки сиял яркий, цвета помидоров, румянец, толстая, с руку, русая коса почти касалась земли.

Петрович с сожалением посмотрел на соседа:

– Не нужно никакие экспертизы. Это подделка.

Виктория АНДРЕЕВА



Почему Петрович решил, что картина поддельная?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 38: когда продавщицу якобы столкнули в пруд, телефон был у нее в руке и не мог не намочить. Но каждый владелец мобильного телефона знает: если это случилось, позвонить по нему сразу невозможно. Значит, продавщица лжет: наверняка она отдала сумку с деньгами успеющему скрыться подельнику, а сама «искупалась» для достоверности в пруду, оставив телефон на берегу.

Рис. Ирины Светловой

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

2 октября Восход: 6 ч. 23 м. Заход: 18 ч. 01 м. Долгота дня: 11 ч. 38 мин.

Убывающая Луна в знаке Тельца

3 октября Восход: 6 ч. 25 м. Заход: 17 ч. 59 м. Долгота дня: 11 ч. 34 мин.

Убывающая Луна в знаке Близнецов

4 октября Восход: 6 ч. 26 м. Заход: 17 ч. 57 м. Долгота дня: 11 ч. 31 мин.

Убывающая Луна в знаке Близнецов

5 октября Восход: 6 ч. 28 м. Заход: 17 ч. 55 м. Долгота дня: 11 ч. 27 мин.

Убывающая Луна в знаке Рака

6 октября Восход: 6 ч. 30 м. Заход: 17 ч. 52 м. Долгота дня: 11 ч. 22 мин.

Убывающая Луна в знаке Рака

7 октября Восход: 6 ч. 31 м. Заход: 17 ч. 50 м. Долгота дня: 11 ч. 19 мин.

Убывающая Луна в знаке Рака

8 октября Восход: 6 ч. 33 м. Заход: 17 ч. 48 м. Долгота дня: 11 ч. 15 мин.

Убывающая Луна в знаке Льва

НАШ КАЛЕНДАРЬ СО 2 ПО 8 ОКТЯБРЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

2 ОКТЯБРЯ

В 1803 году Москва впервые увидела полет воздушного шара. В 1836 году Чарльз Дарвин вернулся из кругосветного путешествия на корабле «Бигль».

3 ОКТЯБРЯ

В 1906 году был утвержден международный сигнал бедствия на море, известный как SOS. В 1990 году произошло официальное объединение ФРГ и ГДР.

4 ОКТЯБРЯ

В 1957 году на околоземную орбиту введен первый в мире искусственный спутник Земли, открывший космическую эру в истории человечества.

В 1964 году состоялось открытие монумента «Покорителям космоса» в Москве.

5 ОКТЯБРЯ

В 1952 году на XIX съезде ВКП (б) переименована в КПСС.

6 ОКТЯБРЯ

В 1977 году состоялся первый полет советского истребителя МиГ-29.

7 ОКТЯБРЯ

В 1959 году советская автоматическая межпланетная станция «Луна-3» впервые в мире совершила полный облет Луны и сфотографировала ее обратную сторону.

8 ОКТЯБРЯ

В 1906 году Лев Николаевич Толстой отказался от Нобелевской премии. В 1961 году состоялось открытие Государственного дворца съездов. В 2022 Филиппо Ганна установил новый рекорд езды на велосипеде (56 792 метра за 1 час).

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

2 ОКТЯБРЯ. Георгий, Игорь, Мария, Савватий, Трофим.
3 ОКТЯБРЯ. Александр, Михаил, Олег, Феодор.
4 ОКТЯБРЯ. Алексей, Даниил, Димитрий, Константин.
5 ОКТЯБРЯ. Вениамин, Макарий, Пётр.
6 ОКТЯБРЯ. Андрей, Иоанн, Раиса.
7 ОКТЯБРЯ. Василий, Виталий, Владислав, Павел.
8 ОКТЯБРЯ. Александр, Николай, Пафнутий, Сергей.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТЬ

2 ОКТЯБРЯ ■ Международный день врача
■ Международный день социального педагога
3 ОКТЯБРЯ ■ Всемирный день архитектуры
■ Всемирный день трезвости и борьбы с алкоголизмом
■ День ОМОН в России
4 ОКТЯБРЯ ■ День Космических войск России
■ День гражданской обороны МЧС России
5 ОКТЯБРЯ ■ Всемирный день учителя
■ День работников уголовного розыска России
6 ОКТЯБРЯ ■ День охраны мест обитания
■ Всемирный день улыбки
7 ОКТЯБРЯ ■ День штабных подразделений МВД России
■ День московской промышленности
8 ОКТЯБРЯ ■ День командира надводного, подводного и воздушного корабля ВМФ России
■ Всемирный день осьминога

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Ветряк дует всяк

2 октября по народному календарю считалось днем Трофима и Зосимы. В этот день по листьям осины определяли, какой будет зима: листья лежат на земле «лицом» вверх – к суровой зиме, «изнанкой» – к теплой.

Про 3 октября, день Астафия Ветряка, в народе говорили: «Ветряк дует всяк». По тому, как дует ветер на Астафия, судили о погоде: если с севера – к стуже, с юга – к теплу, с запада – к дождю, с востока – к ясному небу. Если 4 октября, в день Кондрата да Ипата, при сильном северо-восточном ветре светит солнце, то зима будет холодной. В день Ионы и Фоки, 5 октября, смотрели на березовую листву: если листья на деревьях

еще не опали, то снег выпадет поздно.

6 октября, на Ираиду Спорную, наблюдали за поведением кошек. Если кошка умывается левой лапкой – будет плохая погода, а если правой – хорошая.

В день Фёклы Запрядальницы, 7 октября, часто готовили борщ и приговаривали: «На Фёклу дергай свеклу». Также обращали внимание на дубы: обилие желудей предвещало мягкую зиму и богатый урожай в следующем году. Снег, выпавший 8 октября, на Сергея Капустника, сулил начало зимы в Михайлов день (21 ноября). Ясный день предвещал такую же погоду в три последующие недели.



Если от судьбы удалось уйти, значит, не судьба.

ТЕЛЕК Черноземье

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



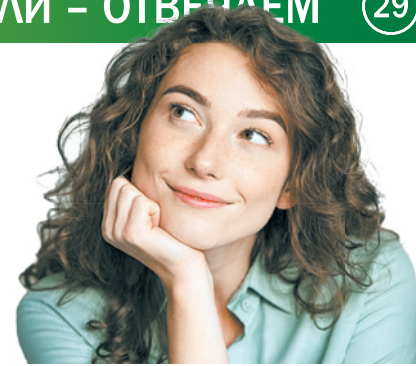
Учредитель, редакция и издатель: ООО «Издательская группа «КАРДОС»
Генеральный директор ВАВИЛОВ А.Л.
Адрес редакции: 127018, Россия, г. Москва, ул. Полковая, д. 3, стр. 4. e-mail: telek@kardos.ru
Адрес издателя: 111675, Россия, г. Москва, ул. Святоозерская, д.13, этаж 1, пом. VII, ком. 4, офис 4.

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С.
Тел. 8-495-580-95-77
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.
Редакционный редактор ЖУЧКОВА С.С.
Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.
Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А.
Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220, e-mail: distrib@kardos.ru

Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А.
Тел. (495) 937-95-77, доб. 237, e-mail: distrib@kardos.ru
Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.
Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами ЖУЙКО О.В.
Телефон: +7 (495) 937-95-77, доб. 273
Ведущий дизайнер: Немыкин Н.Н.
Телефон департамента рекламы: +7 (495)-792-47-73, e-mail: reklama@kardos.ru

№ 39 (412).
Дата подписания в печать: 01.00 час. 26.09.2023 г. Дата производства: 26.09.2023 г. Дата выхода в свет: 27.09.2023 г. Тираж 48 040 экз. Отпечатано в ООО «Прайм Принт Воронеж» (ООО «ППВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48л. Тел.: +7(473) 246-52-70
Заказ 7617. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.
Тираж этого номера 892 890 экз.
Рекомендованная цена в розницу 30 рублей. Еженедельная семейная газета для читателей 12+
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»
Объем 3 п.л. Сайт газеты www.telek.kardos.media
Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России» и на сайте https://podpiska.pochta.ru
Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.
Копирование без указания источника запрещено.

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



А ВОТ Я ИНТЕРЕСУЮСЬ...

Сезон отпусков и дач практически закончился, и, судя по редакционной почте, начался сезон любопытства. Вы задаёте нам вопросы, а мы только рады найти на них ответы и рассказать вам обо всём на свете!



Ждём новые вопросы и готовимся искать на них интересные ответы!

...зачем совытам спать на животе?

? Сыну в школе рассказали, что птенцы сов спят на животе. И вот мы спорим – для чего им это? Я говорю, что для сохранения тепла, а сын – что так меньше шансов выпасть из гнезда. Кто прав? Ксения Кулехина, г. Наро-Фоминск

Вы оба не совсем правы. Сова спят лежа, так как у них непропорционально большая и тяжелая голова. Когда совыта подрастают, пропорции их тела выравниваются, и взрослые птицы уже предпочитают спать в вертикальном положении.

...почему Москва «белокаменная»?

? Почему поэты часто называют Москву белокаменной, хотя Московский Кремль – главный символ столицы – построен из красного кирпича? Наталья Пахолкина, г. Рязань

Определение «белокаменная» по отношению к Москве имеет глубокие исторические корни. Дело в том, что при Дмитрии Донском Кремль в Москве был белым, потому называли ее белокаменной. Однако в XV веке по приказу Ивана III стены из белого кирпича разобрали и заменили на стены из красного кирпича. В XVIII веке стенам решили вернуть исторический облик, для чего покрыли их белой известью. Естественно, известь быстро облезала, в результате чего стены имели неопрятный вид. Только в 1947 году Кремль отреставрировали, обновив красный кирпич, с тех пор Кремль имеет тот облик, который нам хорошо знаком.



...что имел в виду Бисмарк?

? «Железный канцлер» Германии Отто фон Бисмарк выгравировал на трости русское «Ничего!». С какой целью? Марина Елизарова, г. Тверь

Мало кто знает, но Отто фон Бисмарк какое-то время жил в Санкт-Петербурге и изучал в этот период русский язык. По легенде, его очень раздражало, что он никак не мог уловить смысл русского слова «ничего». Помог один случай. Однажды он нанял ямщика, который излишне быстро повез его по ухабистой дороге. На вопрос Отто: «Ты меня не опрокинешь?», ямщик ответил «Ничего!». Потом сани все-таки перевернулись, Бисмарк разбил себе лицо и собирался побить тростью нерадивого ямщика, но тот подбежал к дипломату, загреб ручищами снег и стал стирать кровь с лица Отто, приговаривая: «Ничего... ничего-о-о!» После этого Бисмарк заказал себе трость с надписью латинскими буквами: «Ничего!». В трудные минуты он говорил себе: «Ничего!» А когда его упрекали в излишне лояльном отношении к России, он отвечал: «В Германии я один говорю: «Ничего!», а в России – весь народ!»

? Прочитала мельком в соцсетях, что в культуре поморов яичница-глазунья – это символ невесты. Очень неожиданно! Это потому что в наряде невесты много белого цвета? Юлия Меркулова, г. Ярославль

У северных народов всегда были сильны традиции и обычаи. Наверное, виной тому суровая природа, от милости которой зависит благополучие человека в этих краях. До сих пор в некоторых деревнях Северной Карелии, на Онеге, под Мурманском, Вологодой или Архангельском можно встретить их необычные проявления. Вообще, яйцо в поморской культуре – знак бесконечности, круговорота жизни, воскрешения и рождения. Яйца использовали во многих местных обрядах. Например, жених мог прийти к невесте свататься... с яичницей. Дело в том, что у поморов яичница-глазунья, желтки которой не перемешаны с белками, считалась символом непорочности невесты.

...кто разрешил японцам спать днём?

? Знаю, что в Японии распространена практика инеумури – сна посреди дня прямо на работе. Кто японцам это разрешил? Неужели правительство? Галина Семёнова, г. Талдом

Можно сказать и так. В Японии практика инеумури – сна на рабочем месте – не является чем-то из ряда вон выходящим. Она показывает, как много сил человек посвящает работе и как мало спит ночью дома (гиперответственное отношение к работе у японцев в крови). Кроме того, жители Страны восходящего солнца понимают, что после короткого сна человек будет работать лучше. Но спать на работе можно только в вертикальном положении, чтобы не привлекать к себе излишнего внимания и производить впечатление вовлеченности в рабочий процесс.

...неужели муравьи могут заменить хирурга?

? Правда ли, что в Африке, если рядом нет хирурга, рану зашивают... муравьями? Верится с трудом, честно говоря... Кира Михайловна Куравлева, г. Москва

Действительно, такой подход к обработке ран практикуется в некоторых регионах Африки и Америки. Чтобы осуществить «медцинскую процедуру», местные жители используют муравьев рода *Dorulus*. Длина их тела около 3 см. Муравья кладут вдоль разреза раны таким образом, чтобы он челюстями захватил два ее края. После этого тело отрывают, оставив только голову с челюстями – своеобразную «скобу», соединяющую края раны. Размещая муравьев вдоль раны с интервалом 1-2 см, получают ровный и естественный шов. Когда рана зарастает, муравьиные головы удаляют.



...откуда взялось слово «счастье»?

? В слове «счастье» легко можно найти исторический корень «часть». Только при чём здесь часть? Ульяна Слободчикова, г. Нижний Новгород

Лингвисты выяснили, что слово «счастье» появляется в текстах лишь в конце XV века. «Часть» в древнерусском означало «удел, доля», а приставка с- (со-) привносила значение «соединение, причастность». Таким образом появилось значение «совместное участие в доле, пае». Видимо, такое положение ассоциировалось с благополучием, хорошей долей. Со временем значение стало более широким, и счастьем стали называть удачу, успех, благоприятное стечение обстоятельств, благоденствие уже безотносительно к имущественному положению. Собственно, такое значение слово имеет и в наши дни.

Подготовила Светлана СИДОРЧУК

Серисса – довольно компактное растение и вырастает не более 60 см.

Из-за красиво-го изогнутого ствола, сравнительно мощного и похожего на ствол взрослого дерева, и маленьких листочков ее часто выращивают как бонсай. Кроме того, серисса еще и чудесно цветет – бело-розовыми цветами, напоминающими звездочки. За что, собственно, и получила второе имя: дерево тысячи звезд.



ДЕРЕВЕВО ТЫСЯЧИ ЗВЁЗД

Освещённость

Для сериссы выбирайте хорошо освещенное место. Но помните, что цветок не любит в жаркий день прямых солнечных лучей. Лучше всего подойдут окна западного и восточного направления. Также растение можно разместить недалеко от южного окна. Помещать сериссу в глубине комнаты не рекомендуется. Света будет недостаточно, и она не сможет нормально расти и развиваться.

Полив

Летом цветку требуется обильный полив – примерно раз в три дня. Самое главное, чтобы верхний земляной слой успевал просохнуть на 1,5-2 см. Вода для полива должна быть мягкой, отстоянной. Зимой полив сокращают до одного раза в неделю. Сериссе противопоказано как пересыхание земляного кома, так и переувлажнение.

Можно поливать растение через поддон. Важно избежать излишек воды, которое цветок не впитает, вылить.

– Дерево – это такое растение, – рассуждает автолюбитель, – которое может сотню лет стоять на месте, а потом вдруг окажется перед радиатором.



Температура

Летом серисса лучше всего себя чувствует при температуре от 20 до 30 градусов. Можно даже в это время вынести ее на открытый балкон или веранду. В зимнее время для цветка желательнее создать более прохладные условия обитания – порядка 14-15 градусов, но не ниже.

Детали

Разные ароматы

В Индии растет дерево кеппел, плоды которого очень душистые. Их запах напоминает запах фиалки. А вот ароник пятнистый, или аморфофаллус, крайне ядовитое растение и издает неприятный запах, напоминающий запах тухлой рыбы.

Удобрение

С весны до прихода осени вносят подкормки с частотой один раз в 3-4 недели. Подойдут как органические, так и минеральные подкормки. Лучше брать в жидкой форме и использовать половину рекомендуемой производителем дозы. С осени растение не удобряют.

Влажность воздуха

Серисса любит повышенную влажность. Совсем не против, если вы будете ее опрыскивать два раза в день утром и вечером. Или хотя бы один раз в день. Также для увеличения влажности можно поставить горшок с растением на поддон с галькой или керамзитом и налить туда немного воды. Самое главное, чтобы дно горшка не касалось воды.

Размножение

Размножают сериссу черенкованием. Срезается полуодревесневший верхушечный черенок длиной около 10 см. Этот черенок можно поставить в емкость с водой или высадить в землю, предварительно обработав корнеобразующим препаратом, и накрыть банкой или пакетом для создания мини-теплички.

Пересадка

Пересаживают сериссу один раз в год, в начале весны. Лучше всего пересаживать методом перевалки, так как корни легко ломаются. Почва должна быть рыхлой, воздухопроницаемой. На дне горшка обязателен дренаж.

Ольга БЕЛЬСКАЯ



Вышний Волочек
104,5 FM

Губкин
104,0 FM

Задонск
103,9 FM

Липецк
97,9 FM

Москва
и область
100,9 FM

Мосолово
101,0 FM

Орёл
95,6 FM

Осташков
99,4 FM

Ржев
102,4 FM

Рязань
102,5 FM

Смоленск
88,4 FM

Старый Оскол
104,0 FM

Тверь
89,4 FM

ДОСТУПНО
ОНЛАЙН

RADIOVERA.RU



СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...не бойся; отныне будешь ловить человеков»

Однажды, когда народ теснился к Нему, чтобы слышать Слово Божие, а Он стоял у озера Геннисаретского, увидел Он две лодки, стоящие на озере; а рыболовы, выйдя из них, вымывали сети. Войдя в одну лодку, которая была Симона, Он просил его отплыть несколько от берега и, сев, учил народ из лодки. Когда же перестал учить, сказал Симону: отплыви на глубину и закиньте сети свои для лова. Симон сказал Ему в ответ: Наставник! мы трудились

всю ночь и ничего не поймали, но по слову Твоему закину сеть. Сделав это, они поймали великое множество рыбы, и даже сеть у них прорывалась. И дали знак товарищам, находившимся на другой лодке, чтобы пришли помочь им; и пришли, и наполнили обе лодки, так что они начинали тонуть. Увидев это, Симон Пётр припал к коленям Иисуса и сказал: выйди от меня, Господи! потому что я человек грешный. Ибо ужас объял его и всех, бывших с ним, от этого лова рыб,



ими пойманных; также и Иакова и Иоанна, сыновей Зеведеевых, бывших товарищами Симону. И сказал Симону Иисус: не бойся; отныне будешь ловить человеков. И, вытащив обе лодки на берег, оставили все и последовали за Ним.

ДОРОГА К ХРАМУ

ЗАЧЕМ ЧАСТО ХОДИТЬ НА ИСПОВЕДЬ?

? Бабушка ходит в храм каждое воскресенье и обязательно на исповедь идёт. Неужели за неделю столько грехов наделать можно, что каждую неделю каяться надо? Зачем часто ходить на исповедь? Алевтина К.

В греческом языке таинство исповеди называется «метанойя» – перемена ума. Это значит, что цель исповеди не только в том, чтобы попросить прощения, но и с помощью Божией изменить свой ум, привести свои мысли в порядок. Пользу частой исповеди подтверждают старцы, благодаря ей грехи не могут пустить глубоких корней в сердце. Не стоит считать, что мелкие грехи не тяжёлы. Их тоже надо исповедовать, как гласит Евангелие, «ничто нечистое не войдет в Царство Небесное» (Откр. 21, 27). Иоанн Златоуст в своей книге писал, что «если возможно будет, о христианин, то и на каждый час исповедуйся у духовника».

Этот отрывок из Евангелия от Луки будет читаться в православных храмах 8 октября, в воскресенье.

О коренном повороте в жизни говорит нам это евангельское чтение, где первые ученики Спасителя (прежде всего, апостол Пётр), увидев чудо улова множества рыб, вдруг поняли – Кто перед ними стоит.

Первой реакцией была молитва и осознание собственного недостатка. Но Христос – не жестокий языческий божок. Он – истинное и совершенное проявление Божественной любви. Господь, бывает, призывает нас к решительным словам, храбрым поступкам, но не насилует нашей воли. Просто по сравнению со Христом все выгоды и блага этого мира блекнут.

Явленное Сыном Божиим могущество, при всем величии, остается, по сути, смиренным предложением открыть для себя новую реальность – реальность Царства Божия. Благодаря которой значение приобретает не только Небо, но и земля. Ведь даже самые простые элементы жизни благодаря прикосновению веры получают новое наполнение, становятся важными и существенными. Не сказать о ком-то плохо, не осудить, не обмануть, проявить милость... Все перечисленное обретает новый



Комментирует священник
Антоний Борисов

смысл, когда рассматривается сквозь призму отношений между человеком и Богом.

Господь, как в случае с апостолами, готов прийти и к нам. Он являет Себя нам через обстоятельства жизни, через других людей и смиренно ждет – когда же мы откликнемся на Его призыв. Величие Божие не может не поражать, но в корне всех действий Творца находится Его безмерная любовь к нам. В глубине души мы понимаем, что, наверное, не заслуживаем этой почести – прихода Христа в нашу жизнь. Но решать все же не нам. Потому будем радоваться возможности быть со Спасителем, свободно выбирая жизнь вместе с Ним и по Его благой воле!

Теплица даёт жителям не самых жарких регионов возможность получать урожаи теплолюбивых культур.

Но не стоит забывать, что теплица нуждается в регулярном уходе, чтобы не превратиться из укрытия для растений в рассадник болезней и вредителей. Кроме того, своевременный уход продлит срок службы постройки и сохранит ее привлекательный вид. Что нужно сделать в теплице осенью?

Уборка

1 **Н**а во дворе порядок в теплице, вы, конечно, уберете до нового сезона подвязки, опоры для растений, бирки и т.п. Главный вопрос: убирать ли из теплицы растительные остатки – опавшие плоды, ботву и корни растений или оставить их перегнивать, чтобы обогатить почву органикой?

Эксперты в области сельского хозяйства единодушно не советуют оставлять растительные остатки на грядках. Во-первых, они становятся зимним убежищем для насекомых и бактерий, которые прекрасно переносят зиму и распускаются пышным цветом, как только придет весна. Кроме того, в теплице обычно выращивают пасленовые (томаты, перцы, баклажаны) или тыквенные (огурцы). Ботва пасленовых плотная и перегнивает очень долго, а ботва тыквенных из-за высокого содержания влаги не представляет особой ценности. Поэтому лучшее решение – убрать все растительные остатки из теплицы и сжечь их.

7 осенних дел в теплице

Обработка конструкции

2 Внимательно осмотрите каркас, удалите следы ржавчины и покрасьте, чтобы конструкция прослужила вам как можно дольше. Если каркас деревянный и вы обнаружили на нем мох, зачистите и обработайте проблемное место гербицидами. Заделайте трещины и щели (с этим справится герметик). Помойте теплицу при помощи мыльного раствора изнутри и снаружи, для этого натрите на терке хозяйственное мыло и растворите его в теплой воде. Если растения не болели, помывки достаточно.



Дезинфекция поверхностей

5 Если есть нужда в дезинфекции, используйте раствор соды или горчичного порошка (2 ст. л. на ведро воды) или специальные дезинфицирующие растворы для теплиц. Серные шашки применять нужно с большой осторожностью: они эффективны, но негативно влияют не только на патогены и вредителей, но и на почву и каркас теплиц. Поэтому использовать серные шашки стоит только после обнаружения в теплице сильной инфекции.

Удобрение почвы

6 Если вы заменили грунт в теплице на плодородный, этот этап можно пропустить. Если грунт в теплице остается служить еще сезон, нужно его удобрить. Опытные дачники в осенний период отдают предпочтение органике: компост, торф, перегной, навоз отлично сработают для повышения плодородия почвы в новом сезоне. Рассыпьте органику из расчета 1 ведро на 1 кв. м и перекопайте почву. Если нет органики, можно внести любой минеральный комплекс с пометкой «Осеннее», соблюдая дозировку на упаковке удобрения («Фертика осень», «Гуми-Оми осенний» и т.п.).



Обеззараживание грунта

3 Оптимальный вариант – замена грунта в теплице на глубину 30 см. Именно в этом слое обитают вредители, и именно он истощается при интенсивном земледелии. Если заменить грунт на качественный возможности нет, нужно провести комплекс мероприятий по обеззараживанию почвы. Перекопайте верхний слой грунта (примерно 5-10 см), просейте, чтобы удалить личинки вредителей и остатки растений. После этого, если серьезных вспышек заболеваний в теплице не было, достаточно профилактической обработки биопрепаратами типа «Байкал», «Бактофит», «Триходермин» (обработать 2 раза с интервалом 10-14 суток). Если растения болели, нужно обработать почву препаратами типа «Оксихом», «Браво» и т.п.

Демонтаж систем полива, подогрева и проветривания

4 Если теплица оборудована по последнему слову огородной техники (капельный полив, обогреватель, вентилятор, датчик открывания дверей и т.п.), то до наступления морозов инженерные системы лучше демонтировать. Перепады температур и влажности в зимний период могут испортить дорогую технику. Системы полива промывают, просушивают и убирают частично или полностью. В «умных» теплицах снимают датчики, элементы системы обогрева и саму проводку, если она не стационарная. Датчики автопроветривания можно не демонтировать целиком, а снять цилиндры с открывателей.

Кто на даче не пахал, тот не оценит прелести её отсутствия!



Консервация на зиму

7 С пленочных теплиц на зиму убирают пленку (после обработки, дезинфекции и просушивания). Поликарбонатные и стеклянные теплицы обязательно укрепляют, чтобы помочь конструкции вынести снеговую нагрузку. Установите внутри подпорки в виде буквы «Т». На зиму форточки в теплице оставьте приоткрытыми для предотвращения образования конденсата и плесени.



Валерия ПАШЕЧКИНА

ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ ДАЧНИКА НА ОКТЯБРЬ

1 октября	Заготавливаем корни лекарственных растений.
2 октября	Проводим санитарную обрезку плодовых и мульчируем приствольные круги.
3 октября	Сеём на свободных грядках сидераты.
4 октября	Закладываем на хранение яблоки, груши, айву.
5 октября	Удаляем поросль, старые и больные растения.
6 октября	Сажаем деревья, кустарники, многолетние цветы.
7 октября	Заготавливаем капусту, квасим ее на зиму.
8 октября	Проводим санитарную обрезку плодовых деревьев и кустарников.
9 октября	Сушим впрок яблоки, груши, плоды косточковых.
10 октября	Выкапываем корнеклубни георгин и закладываем их на хранение.
11 октября	Сажаем деревья, кустарники, многолетние цветы.
12 октября	Поливаем растения, боремся с вредителями.
13 октября	Занимаемся оборудованием теплых грядок для следующего сезона.

14 октября	Готовим грядки и ямы для подзимних посевов и посадки крупномеров.
15 октября	Обрезаем и окучиваем розы.
16 октября	Мочим яблоки, закладываем урожай на хранение.
17 октября	Ухаживаем за растениями в оранжерее и в зимнем саду.
18 октября	Сеём сидераты на зиму.
19 октября	Защищаем стволы плодовых деревьев от грызунов.
20 октября	Заготавливаем землю для подзимних и весенних посевов овощей и цветов.
21 октября	Вносим подзимнюю подкормку в почву.
22 октября	Защищаем стволы деревьев от ожогов и грызунов.
23 октября	Убираем растительный мусор, приводим в порядок садовые инструменты.
24 октября	Ухаживаем за комнатными растениями и огородом на подоконнике.

25 октября	Проводим дренажные работы в саду.
26 октября	Сеём овощи и зелень на подоконнике.
27 октября	Закладываем в землю высаженные осенью сидераты, если погода позволяет.
28 октября	Проводим генеральную уборку сада, выбрасываем мусор, удаляем сухостой.
29 октября	Защищаем стволы плодовых деревьев от солнца и грызунов.
30 октября	Приводим в порядок дорожки, делаем мелкий ремонтхозпостроек.
31 октября	Устанавливаем зимние укрытия роз в саду. Мульчируем и укрываем лапником луковичные.

Фазы Луны:

с 1 по 13 октября – убывающая Луна, 14 октября – новолуние, с 15 по 27 октября – растущая Луна, 28 октября – полнолуние, с 29 по 31 октября – убывающая Луна.

Постоянная сонливость, апатия, плохое настроение – всё это признаки осенней хандры, с которой многие знакомы не понаслышке. Специалисты связывают это явление с уменьшением светового дня и снижением температуры воздуха.

Сегодня мы расскажем, как эффективно бороться с осенней хандрой и как без потерь пережить эту пору года. Научно доказано, что недостаток солнечного света влияет на наше состояние крайне негативно. В отсутствие яркого света организм не может выработать достаточного количества гормона счастья – серотонина, зато в избытке вырабатывает гормон сна – мелатонин. Потому и возникает постоянная сонливость, а настроение оставляет желать лучшего. Кроме того, поздней осенью, когда пора свежих овощей и фруктов заканчивается, играет свою далеко не положительную роль и недостаток витаминов. Тем не менее, с осенней хандрой можно и нужно бороться.

Методы борьбы с осенней хандрой

Режим дня

Нашему организму легче всего справиться с любой проблемой в том случае, если мы соблюдаем режим дня. Человеческий организм очень любит порядок: еда в одно и то же время, сон по расписанию и т.д. А если мы ложимся, встаем и едим каждый день в разное время, организм испытывает стресс, которого во время осенней хандры ему и без того хватает. Поэтому первое, что необходимо предпринять для помощи собственному организму, – это организовать адекватный режим дня и четко его соблюдать.

Движение

Физические нагрузки во время осенней хандры нужны не только для поддержания физической формы. Главное, что умеренные физические нагрузки стимули-



Как победить осеннюю хандру

Кстати

Признаки осенней хандры

К основным признакам осенней хандры относятся:

- плохое настроение,
- постоянная сонливость,
- апатия,
- повышенная раздражительность,
- необъяснимая усталость,
- тревожность.

Кстати, нередко осеннюю хандру «заедают», и все больше сладеньким – углеводами – в результате чего появляется лишний вес. Иногда человек ощущает социальную изоляцию, он будто впадает в спячку.

руют выработку гормонов радости – эндорфинов. Попадая в кровь, эндорфины обеспечивают нам

хорошее настроение и повышенный жизненный тонус.

Лучше всего для борьбы с осенней хандрой подходят групповые занятия: пилатес, аэробика, танцы, командные игры.

Если нет возможности заниматься спортом, его успешно заменяют пешие прогулки на свежем воздухе. Старайтесь бывать на улице каждый день, в любую погоду (и в соответствующей одежде, конечно).

Свет

Как мы уже писали, недостаток дневного света – главная причина осенней хандры. Поэтому важно, чтобы света было чуть более чем достаточно. Если нет возможности ежедневно гулять при дневном свете, каждое утро включайте в помещении, где находитесь, лампы дневного света на 30-60 минут.

ВАЖНО!

Чтобы борьба была по-настоящему эффективной, необходимо понять, что причина вашего плохого настроения не личные невзгоды, а объективные физиологические факторы. Вашему организму нужна небольшая помощь и немного времени – и все наладится.

Питание

Очень важно именно в это время не просто питаться, но и получать от еды удовольствие. Однако это вовсе не значит, что есть можно все подряд, невзирая на последствия. Любите бургеры?

Хорошо, позволяйте себе это периодически. Но не забывайте о поддержке собственного организма – добавляйте в ежедневный рацион максимально полезные продукты.

В период осенней хандры нашему организму показаны:

- жирная рыба, морепродукты;
- орехи;
- шоколад (чем темнее, тем лучше);
- шпинат и брокколи;
- овощи и фрукты ярких цветов (тыква, морковь, красные яблоки и т.п.);
- пивные дрожжи.

Витамины

Помните, что недостаток витаминов помогает осенней хандре портить нам настроение. Особенно наш организм страдает от недостатка витамина D, который вырабатывается только под воздействием солнечных лучей. Поэтому с сентября по

Детали

Если симптомы осенней хандры все же никак не проходят, а только нарастают и усугубляются, обратитесь к врачу-специалисту.

апрель желательно принимать этот витамин – в составе комплекса или отдельно.

Живите на позитиве

Победить осеннюю хандру можно, если совсем немного постараться и не забывать, что в жизни много радостей. Старайтесь больше обращать внимания на какие-то особенно приятные вам вещи, бывать в обществе жизнерадостных людей. Помогите своему организму, и он ответит вам хорошим настроением и прекрасным здоровьем.

Светлана ИВАНОВА

Супружеская пара гуляет по осеннему парку.

– Да, дорогая, – говорит муж. – Если ты ещё раз на карканье вороны скажешь «Да, дорогая», я обижусь и уйду.



ПОДРОБНОСТИ

Чёрная желчь и слабительный настой

Из греческого языка к нам пришло слово «меланхолия», что в буквальном переводе означает чёрная желчь.

Э то выражение принадлежит Гиппократу, он писал: «Страх и печаль, если они долго длятся и не вызваны житейскими причинами, происходят от черной желчи». И предлагал лечить недуг специальной

диетой и настоем слабительных трав, а потом давать пациенту ослиное молоко. Кстати, Сократ, а позднее и Платон считали, что лечить депрессию должны философы...

Со временем болезнь стали считать привилегией, таким недугом могли страдать только аристократы. Вспомните, как в поэме «Евгений Онегин» в первой главе Александр Сергеевич описал состояние главного героя:

«Недуг, которого причину Давно бы отыскать пора Подобный английскому сплину,
Короче: русская хандра Им овладела понемногу;
Он застрелиться, слава Богу, Попробовать не захотел,
Но к жизни вовсе охладел».

Для борьбы с недугом предлагались солнечные ванны и всевозможные развлечения, в том числе в комплексе с музыкой и театром.



В Древнем Риме существовало выражение «Ab ovo usque ad mala», что означает «от яйца до яблока».

Оно связано с трапезой: принято было начинать с закуски из яиц и заканчивать фруктами. Современные диетологи тоже уверены, что яйца обязательно должны быть включены в рацион, особенно если вы хотите похудеть и не страдаете аллергией на куриный белок.



Развенчать мифы и узнать всю правду об употреблении этого продукта нам поможет диетолог Светлана Титова.

Польза в чередовании

? Светлана, давайте начнём с общей информации – чем яйца полезны и вредны? И действительно ли они повышают уровень холестерина?

– Куриное яйцо обладает сбалансированным сочетанием витаминов, микроэлементов и питательных веществ, необходимых организму. Кроме того, это легкоусвояемый высокобелковый и практически не содержащий углеводов продукт. Он быстро насыщает и долго не дает испытывать чувство голода. Яйца часто вклю-

чают в диету для похудения. При этом каждое яйцо содержит 200 мг холестерина и 5 граммов жиров. И если употреблять большое количество яиц ежедневно, действительно может повыситься холестерин в крови.

? Сколько яиц в день можно съесть без риска для здоровья?

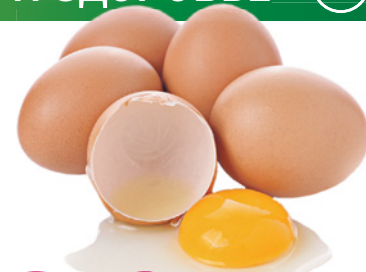
– Чтобы не увеличивать дневную калорийность, не перегружать работу печени и сделать рацион разнообразным, не закликаясь лишь на одном продукте, рекомендуется съедать не более 2-3



Ведро воды по калорийности равно одному яйцу. Утренняя яичница из трёх вёдер воды обеспечит вам активность в течение всего рабочего дня.

штуки в день. А лучше чередовать яйца с другими белковыми продуктами – творогом, например. Куриные яйца содержат холестерин, но он находится в желтке. Белок же можно употреблять в пищу прак-

От яйца к стройности



тически в неограниченных количествах. При этом стоит помнить, что рацион должен быть сбалансирован и помимо белка содержать и другие важные составляющие – жиры и углеводы.

Утром – яйца, вечером – белки

? Яйца лучше есть утром или вечером?

– Яйца лучше употреблять утром. Такой завтрак позволит не ощущать голод до обеда и защитит от желания перекусить чем-то калорийным в течение дня. Чтобы не набрать лишние килограммы, вечером можно употреблять только белки.

? С какими продуктами лучше всего сочетаются яйца?

– Яйца хорошо сочетаются с овощами и мясом.

? В каком виде яйца полезнее – сыром, варёном или жареном?

– Считается, что сырые яйца полезнее вареных. Но есть одно «но»: есть риск заразиться сальмонеллезом. Полезнее всего есть вареные яйца. Нужно учитывать, что быстрая варка сохраняет больше полезных веществ. Жарка яиц – это тот вариант, который лучше не использовать в принципе. Лучше сделать омлет под крышкой, не зажаривая продукт.

Размер и цвет

? Имеет ли значение цвет скорлупы и цвет желтка?

– Яйца с белой и темной скорлупой имеют одинаковые свойства, все зависит от породы курицы. Цвет желтка зависит от содержания птицы и ее рациона:

если достаточно солнечного света и места, корм натуральный (трава, зерно), то желток будет плотный, насыщенного темно-желтого цвета.

? Чем яйца крупнее, тем полезнее?

– Крупное яйцо несет старая курица, а мелкое – молодая. Польза зависит не от размера яйца, а от содержания и рациона курицы.

? Что значит «диетическое» и «столовое» яйцо? Означает ли, что диетическое хорошо подойдет тем, кто соблюдает диету?

– Разница в сроках годности. Диетическое яйцо хранится лишь семь суток, после чего переходит в категорию столовых. То есть это свежее яйцо, которое можно употреблять в сыром виде. Столовое яйцо – то, которое может храниться до одного месяца.

Татьяна МИХАЛЁВА

НА ЗАМЕТКУ

Если анекдот «Метеорологическая станция приглашает на работу человека с больными коленями для составления прогнозов погоды» не кажется вам смешным, вы наверняка на себе испытали «прелести» ноющих на погоду суставов. Особенно осенью. Значит, пора себе помочь.

Подготовим суставы к осени

Причины боли

Суставы ноют на погоду по трем причинам:

- Хрящ подвергся изменениям (из-за возраста или травмы), поэтому при движении затрагиваются нервные окончания.
- Из-за понижения температуры суставная жидкость становится вязкой, появляется скованность движений.
- Малоактивный образ жизни провоцирует застой-

ные процессы в суставах, поэтому сначала появляются ноющие ощущения, а затем и боль.

Принципы профилактики

Исходя из причин появления боли, подбираются и средства профилактики. Важно, чтобы их подобрал врач. Но есть и такие меры, которые в любом случае пойдут на

пользу и помогут снизить неприятные ощущения.

1 Питание, богатое кальцием (молочные продукты, орехи). Важно также поддерживать суставы при помощи специальных препаратов и добавок, рекомендованных врачом.

2 Умеренные физические нагрузки. Пока не наступила гололедица, нужно взять за правило совершать пешие прогулки, постепенно увеличивая маршрут.

3 Одежда по погоде. Чтобы суставная жидкость оставалась в физиологически правильной консистенции, важно избегать переохлаждения.

4 Снижение лишнего веса, если он есть. Давление лишнего килограмма на части суставов заметно усиливает дегенеративные изменения в них. Самое время обратиться за консультацией к диетологу или нутрициологу.



КСТАТИ

Для осенних прогулок подойдет одежда из современных синтетических материалов, которые отлично сохраняют тепло, отводят от тела лишнюю влагу и не позволяют вспотеть.

Татьяна МИХАЛЁВА

СОРТ № RU.77.99.19.003.E.000022.01.15 от 12.01.2015 г. Реклама



ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

Геленк Нарунг – источник коллагена

Здоровье суставов и позвоночника

- Способствует укреплению хрящевой ткани суставов и позвоночника.
 - Активизирует выработку внутрисуставной жидкости.
 - Укрепляет соединительную ткань (мышцы, связки, сухожилия).
- Спрашивайте в аптеках вашего города.

СПРАВКИ И КОНСУЛЬТАЦИИ: 8-800-333-06-07 (ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ), Москва 8 (495) 220-76-76

БАД. Производитель ПРОВИСТА, г. Ганновер, Германия. www.provista-ag.ru

НЕ ВРАЧЕВА ЛЕКАРСТВОМ

Пицца – любимый многими и самый известный открытый пирог итальянской кухни. Да-да, согласно кулинарной терминологии, именно так и определяется пицца.

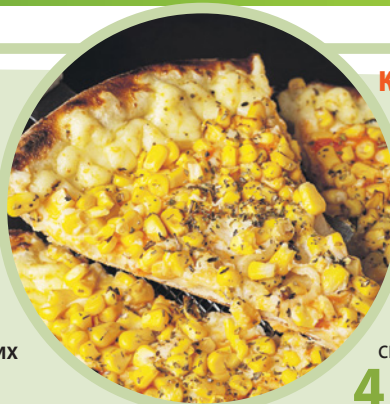
Основу пиццы составляет дрожжевое тесто, приготовить которое берутся не все хозяйки. Однако только из-за этого не стоит отказываться от любимой пиццы, ведь ее можно просто... пожарить на сковороде! На самом деле открытый пирог на сковороде – это, конечно, не пицца в ее классическом варианте, но очень близкий аналог. Вкус такой «пиццы» будет близок к оригиналу, а простота приготовления придется по душе даже начинающим кулинарам. Кроме того, приготовление пиццы на сковороде занимает минимум времени, что делает это блюдо еще более привлекательным. Мы предлагаем несколько проверенных вариантов начинок, но рекомендуем смело экспериментировать – заменять одни ингредиенты другими, ориентируясь на свой вкус. Единственное условие для ингредиентов начинки – все они должны быть готовы к употреблению. То есть, если это мясо, птица или рыба, к моменту выкладки на тесто они уже должны быть вареными, жареными, запеченными и т.п.

Постная пицца

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 189 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 100 г муки ■ 2 ст. л. растительного масла ■ 3 ст. л. кетчупа
- 0,5 сладкого перца
- 2 ст. л. консервированной кукурузы
- 100 г спаржевой фасоли
- 1 помидор ■ 1 ч. л. сухих итальянских трав ■ соль по вкусу



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Помидор нарезать кружками, перец – тонкой соломкой, фасоль – кусочками по 3-5 см.
- 2 Фасоль погрузить в кипящую подсоленную воду на 5 минут, откинуть на дуршлаг, обдать ледяной водой.
- 3 В муку добавить щепотку соли, масло и 50 мл холодной воды, замесить однородное тесто, выложить на сковороду, смазать кетчупом.
- 4 Поверх кетчупа произвольно разложить овощи, посыпать итальянскими травами.
- 5 Готовить 10-15 минут на небольшом огне.

– Мама, я заказал нам пиццу «Четыре сыра».
– А почему не пять?

– Я решила худеть!
– Поздравляю. С чего начала?
– Не стала заказывать пиццу, а сходила за ней сама.



ПИЦЦА? НА СКОВОРОДЕ ПРОЩЕ ПРОСТОГО

Пицца на сметане

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 231 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 6 ст. л. сметаны ■ 0,5 ч. л. разрыхлителя
- 10 ст. л. муки ■ 2 яйца ■ 100 г охотничьих колбасок ■ 3 ст. л. томатного соуса ■ 1 помидор
- 100 г сыра ■ 2-3 веточки свежего базилика (или 1 ч. л. сушеного) ■ растительное масло
- молотый черный перец
- соль по вкусу

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Колбаски и помидор нарезать кружочками, базилик (только листья) – тонкой соломкой, сыр натереть на крупной терке.
- 2 Яйца хорошо взбить со сметаной и щепоткой соли, всыпать муку с разрыхлителем, хорошо перемешать.
- 3 Выложить тесто на сбрызнутую маслом сковороду, смазать томатным соусом, разложить колбаски и помидор, посыпать базиликом, поперчить, сверху посыпать сыром.
- 4 Готовить под крышкой на небольшом огне 10-15 минут.



Пицца на кефире

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 234 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 200 мл кефира (жирностью не менее 3,2%)
- 4 ст. л. майонеза ■ 2 яйца ■ 6 ст. л. муки
- 100 г сыра ■ 3 сосиски ■ 0,5 сладкого перца
- горсть маслин б/к ■ растительное масло

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Колбасу нарезать кружочками, перец – тонкой соломкой, маслины разрезать пополам, сыр натереть на крупной терке.
- 2 Кефир, майонез, яйца и муку хорошо перемешать, выложить полученное тесто на сбрызнутую маслом сковороду.
- 3 На тесто выложить в произвольном порядке начинку, посыпать сыром. Готовить на среднем огне 15-20 минут.



Пицца из лаваша

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 240 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 тонкий лаваш ■ 3 яйца ■ 100 мл молока
- 100 г курицы гриль ■ 80 г шампиньонов
- 3 ст. л. кетчупа ■ 100 г сыра ■ растительное масло
- 1 ч. л. сухих итальянских трав ■ соль по вкусу

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Куриное мясо разобрать на волокна или нарезать небольшими кусочками, шампиньоны нарезать тонкими ломтиками, сыр натереть на терке.
- 2 Лаваш нарезать полосками, выложить на сбрызнутую растительным маслом сковороду.
- 3 Яйца взбить с молоком, сухими травами и солью, залить лаваш, готовить на среднем огне до тех пор, пока тесто не схватится, после чего перевернуть, смазать кетчупом, выложить курицу и шампиньоны, посыпать сыром.
- 4 Готовить на небольшом огне под крышкой 10-15 минут.



Пицца «Маргарита»

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 210 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

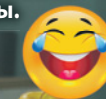
- 8 ст. л. муки ■ 6 ст. л. сметаны ■ 2 яйца
- 2 ст. л. натурального йогурта ■ 2 ст. л. томатного соуса (или кетчупа) ■ 2 помидора ■ 1-2 зубчика чеснока ■ 100 г моцареллы ■ 1-2 веточки базилика
- 1 ч. л. сухих итальянских трав ■ растительное масло

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Помидоры нарезать кружочками, чеснок и базилик (только листики) мелко нарубить.
- 2 Из муки, сметаны, яиц и йогурта замесить тесто, выложить на сбрызнутую маслом сковороду.
- 3 Тесто смазать томатным соусом, разложить кружки помидоров и моцареллу, посыпать смесью чеснока, базилика и итальянских трав. Готовить на небольшом огне под крышкой 10-15 минут.



– Это твой блокнот? Здесь написано: «Домашняя выпечка с доставкой. Доставка пиццы. Куры гриль на дом».
– Нет. Это кулинарная книга моей жены.



Лето – это не только тёплые длинные дни, короткие ночи и пора долгожданных отпусков.

Лето – это еще и сезон открытых окон и пыли, которая оседает на окнах и шторах после каждого проветривания. Не пора ли вернуть им чистоту и свежесть?

Освежим шторы легко и быстро

Шаг за шагом

Чтобы шторы как можно дольше сохраняли свой первозданный вид, за ними нужно правильно ухаживать. Уход включает в себя:

- 1 Чистку пылесосом.** Если убирать пыль с помощью мелковорсовой насадки пылесоса, то шторы придется стирать реже.
- 2 Использование антистатики.** Чтобы уменьшить количество оседающей на шторы пыли, воспользуйтесь антистатиком.
- 3 Очищение карниза.** Не забывайте протирать карниз влажной салфеткой, особенно во время генеральной уборки. Это делает общий вид окон уютнее и чище.
- 4 Стирку (чистку) штор и тюля.** Как бы мы ни пытались уменьшить количество пыли, оседающей на шторы, периодически они все равно требуют стирки. Но учитывая, что не всякие шторы можно мочить, остановимся на этом вопросе более подробно.

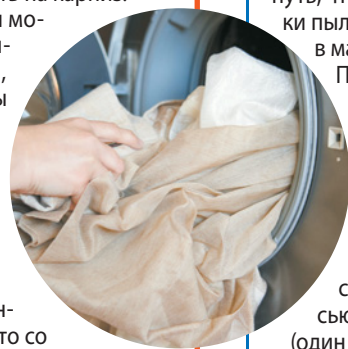


К счастью, большинство тканей, которые используются для пошива штор, можно стирать. Но существуют и такие, которые мочить совсем нельзя. Поэтому, чтобы не испортить оконную «одежду», при покупке новых штор обязательно поинтересуйтесь у продавца, как за ними правильно ухаживать.

Всё дело в материале

- Самые легкие в уходе – **синтетические шторы.** Их можно стирать как в стиральной машинке, так и вручную в теплой воде. Отжимать их лучше руками, и то слабо, не выкручивая. Но полоскать шторы нужно тщательно, иначе под лучами солнца они могут быстро выгореть.
- **Шторы из органзы** очень нежные, поэтому для их стирки лучше использовать мешок. Режим стирки выбирайте деликатный с отжимом на самых низких оборотах или стирайте вручную. Зато сушить такие шторы можно прямо на карнизе.
- **Атлас и шёлк** стирать следует исключительно руками, используя жидкое мыло и чуть теплую воду, не горячее 30 градусов. Дайте воде стечь и оставьте шторы высохнуть естественным образом подальше от отопительных приборов. Гладить шелковые шторы лучше с изнанки при температуре утюга не выше 80 градусов, не увлажняя, чтобы не появились пятна.
- **Хлопковые и льняные шторы** можно стирать в стиральной машинке при 40 градусах с использованием жидких моющих средств, а отжимать на не-

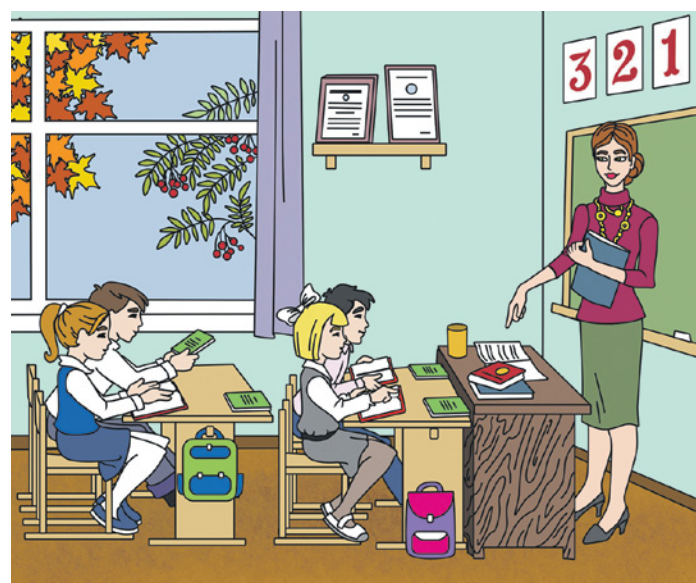
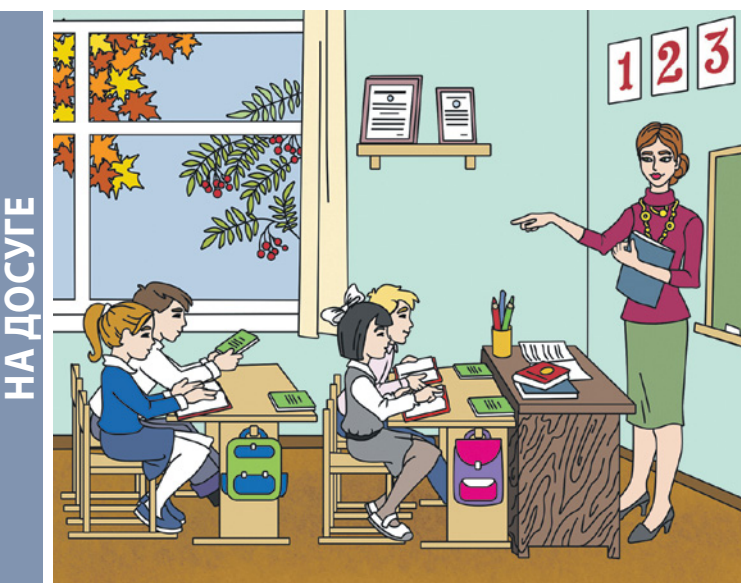
больших оборотах. Гладить такие шторы лучше чуть влажными.
 • **Светонепроницаемые шторы** стирают при 40 градусах с отжимом на низких оборотах. Используют жидкое моющее средство, так как оно лучше вымывается, не оставляя разводов. После стирки такие шторы можно не гладить, а сразу вешать на карниз.
 • **Жаккард** от стирки может быстро деформироваться и выцветать, поэтому такие шторы лучше отнести в химчистку.
 • **Натуральный бархат** также лучше доверить специалистам, чтобы не испортить. А если в состав добавлено синтетическое волокно, то стиркой можно справиться самостоятельно. Сверните шторы ворсовой стороной внутрь и постирайте в мешке для стирки на деликатном режиме при 30 градусах без отжима. Затем аккуратно развесьте шторы до высыхания. Гладить бархатные шторы лучше отпаривателем с изнанки.



Кстати Некоторые тонкости

Шторы удобнее стирать вместе с крючками. Достаточно перед стиркой проверить, чтобы они были застегнуты. Есть смысл опробовать моющее средство на незаметном участке ткани. Если все хорошо, можно стирать всю штору целиком. Слишком пыльные шторы перед стиркой нужно встряхнуть, чтобы излишки пыли не попали в машинку. Пожелтевшие светлые шторы станут белее, если ненадолго замочить их в воде с перекисью водорода (один пузырек на 3 л воды).

– Почему ты стираешь шторы на режиме «Шерсть»?
 – На них полежал кот!
 Светлана СИДОРЧУК



Найди 10 отличий Первые шаги к знаниям!

Первый месяц школьных занятий уже позади, дети втянулись в учёбу и стараются изо всех сил.

Ответы: литься за окном слева, цвет штор, развешены на полочке, поручок, икра, развешены на полочке, карабинчик, портфель у первой парты, цвет волос у девочки слева, на парте слева.

СЕРИЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ ВЫПУСКОВ ЖУРНАЛОВ О ЗДОРОВЬЕ

В новых справочниках «Здоровое питание при гастрите», «Здоровое питание при заболеваниях почек» и «Здоровое питание при аллергии» собрана только актуальная, полезная и интересная информация. В журналах вы не найдете сложных научных терминов и формулировок, здесь не будет сложносочиненных рецептов и жестких рамок. Зато мы обещаем материалы, изложенные доступным языком, варианты диет и возможность составить собственное меню, основываясь на предложенных нами идеях. А еще в справочниках вы найдете ответы на вертящиеся на языке вопросы.

Здоровое питание № 7/2023 ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ СПЕЦИАЛИСТ

ПРИ ГАСТРИТЕ

ПРИНЦИПЫ ДИЕТЫ • МЕНЮ • РЕЦЕПТЫ

ОСТРЫЙ ГАСТРИТ продукты-провокаторы? ШПАРГАЛКА «ХРОНИКА» еда, которой можно сказать «да»? ПОВЫШЕННАЯ КИСЛОТНОСТЬ чем погасить? НЕТ АППЕТИТА симптомы типичного гастрита МЕНЮ НА МЕСЯЦ из доступных продуктов

Здоровое питание № 8/2023 ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ СПЕЦИАЛИСТ

ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ПОЧЕК

ПРИНЦИПЫ ДИЕТЫ • МЕНЮ • РЕЦЕПТЫ

БЕЛОК почкам друг или враг? РАЗГРУЗОЧНЫЕ ДНИ почему они так важны? «КАМЕННЫЕ ЗАЛЕЖИ» диета при мочекаменной болезни ДИЕТИЧЕСКИЕ ХИТРОСТИ как вкусно готовить без соли

Здоровое питание № 9/2023 ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ СПЕЦИАЛИСТ

ПРИ АЛЛЕРГИИ

ПРИНЦИПЫ ДИЕТЫ • МЕНЮ • РЕЦЕПТЫ

КАКИМ ЗУДОМ ты уйма? ЕКРЕСТНАЯ ЕРЯЖА что береза – это яблоня? ТОКСИКАНТЫ и ЗИЩЕНЦИФТИКОМ КОЛИЧЕСТВО ТИКАМ НА МЕСЯЦ «КРАСНЫМ»

В НОВЫХ ВЫПУСКАХ ВЫ НАЙДЕТЕ:

- какие продукты могут спровоцировать острый приступ гастрита?
- как грамотно «погасить» изжогу с помощью диеты?
- можно ли налегать на белок при пиелонефрите?
- чем «ударить» по «каменным залежам» в почках?
- возможно ли справиться с кожным зудом с помощью диеты?
- и многое другое.

ЖУРНАЛЫ УЖЕ В ПРОДАЖЕ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

5 октября мы будем отмечать Всемирный день учителя. У каждого из нас образ идеального педагога свой, но есть и такие, у которых хотели бы учиться многие поколения учеников, – учителя из любимых фильмов. Мы постарались собрать их в нашей виртуальной учительской.

КИНОГЕРОИ ИЗ УЧИТЕЛЬСКОЙ



1 Во многих фильмах об учителях режиссёры старались показать, что их герои – не лубочные картинки, а живые люди, умеющие любить, страдать, прощать. В учительницу русского языка и литературы Татьяну Сергеевну Левченко из фильма «Весна на Заречной улице» влюбляется сталевар Саша Савченко. Татьяна Николаевна Кольцова из фильма «Вам и не снилось» проходит через болезненное расставание. Ещё одна учительница русского языка и литературы, Надежда Васильевна Шевелева из фильма «Ирония судьбы, или С лёгким паром!», переживает самую романтическую новогоднюю ночь в жизни. И при этом все они не забывают о своих учениках. Вспомните, например, что говорит о них Надежда Шевелева?

- а) Что они надоели ей больше всего на свете.
- б) Что пора вводить в школах раздельное обучение.
- в) Что она старается научить своих учеников думать хоть самую малость.

2 Мария Васильевна Девятова, учительница математики и классный руководитель 9 «б», появилась в художественном фильме «Розыгрыш» в 1976 году. За эту роль исполнившая её актриса Евгения Ханаева получила приз на Всесоюзном кинофестивале в Риге. Впрочем, в фильме были и другие прекрасные педагоги, чьи роли полюбили зрители. Например, неподражаемый учитель химии Карл Сигизмундович Йоликов. Кто сыграл эту роль?

- а) Гарри Бардин. б) Зиновий Гердт.
- в) Павел Винник.

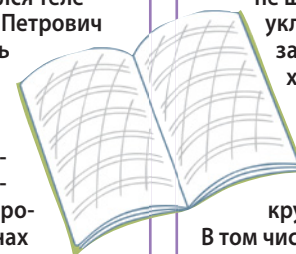


3 В фильме Станислава Росточкиного учитель Илья Семёнович Мельников преподаёт историю в обычной советской школе. Эту роль блестяще сыграл Вячеслав Тихонов. Три дня из жизни девятиклассников начались с дурацкой шутки на уроке английского языка, а закончились большим жизненным уроком, причём не только для учеников, но и для Ильи Семёновича, а также его коллеги и бывшей ученицы Натальи Сергеевны. Какой фильм стал настоящим событием в 1968 году?

- а) «Доживём до понедельника». б) «Дневник директора школы». в) «Урок литературы».

4 Фильм Алексея Коренева «Большая перемена» был показан весной 1973 года и получил массу критических отзывов. Но несмотря на это стал культовым и быстро разошёлся на цитаты. Особенно полюбился телезрителям Нестор Петрович Северов – учитель истории и классный руководитель непослушного 9 «а» в вечерней школе работающей молодёжи. Добровольная «самосылка» провалившегося на экзаменах в аспирантуру молодого историка, гордящегося глубокими (как он считает) знаниями, оборачивается не только преподаванием, но и заботами о взрослых, но таких беспомощных учениках. Особенно обрадовался появлению единственного коллеги-мужчины педагогический коллектив. Почему?

- а) Появилась надежда усилить спортивную секцию. б) Есть кому выгонять прогульщиков из мужского туалета.
- в) Можно хоть кого-то поздравить с 23 Февраля.



5 Ефрем Николаевич Соломатин, сыгранный актёром Андреем Поповым в фильме Наума Бирмана «Учитель пения», хочет создать первую в стране школу с певческим уклоном. Но, решая задачи школьного хора, который мечтает поехать на конкурс в Москву, учитель попадает в целый круговорот проблем.

В том числе из-за пса, подаренного благодарными учениками. Конечно, всё закончилось благополучно, а финальная песня фильма – «Щенок по имени Пёс» – полюбилась ребятам всей страны. Кто её написал?

- а) Александр Галич. б) Булат Окуджава.
- в) Сергей Никитин.



ОТВЕТЫ

1-в. Что она старается научить своих учеников думать хоть самую малость. 2-б. Зиновий Гердт. 3-а. «Доживём до понедельника». 4-б. Есть кому выгонять прогульщиков из мужского туалета. 5-а. Александр Галич.



Уважаемые читатели! С 2 по 12 октября 2023 года «Почта России» проводит «Всероссийскую декаду подписки» на 1-е полугодие 2024 года. Успейте подписаться в этот период на газету «ТЕЛЕК Черноземье»* ПО ЛЬГОТНОЙ ЦЕНЕ.



** От цены основной подписки на 1-е полугодие 2024 г.

Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Газета выходит 1 раз в неделю

Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России»

Стоимость ПОДПИСКИ в период ДЕКАДЫ на газету «ТЕЛЕК Черноземье»* на 1-е полугодие 2024 г.

Срок подписки	В основной период	В период с 2 по 12 октября	Срок подписки	В основной период	В период с 2 по 12 октября
на 1 месяц	207,03 ₽	189,63 ₽	на 4 месяца	828,12 ₽	758,52 ₽
на 2 месяца	414,06 ₽	379,26 ₽	на 5 месяцев	1 035,15 ₽	948,15 ₽
на 3 месяца	621,09 ₽	568,89 ₽	на 6 месяцев	1 242,18 ₽	1 137,78 ₽

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

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

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

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

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

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

Отсканируйте QR-код, перейдите на сайт Почты России и оформите подписку на издание «ТЕЛЕК Черноземье»



П2912
«ТЕЛЕК Черноземье»



ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

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

Перчатки – необходимый аксессуар холодной осенью. Ведь нашим ручкам нужна защита от холода и непогоды.

Сегодня мы расскажем, как выбрать перчатки и не ошибиться с размером.

как выбрать ПЕРЧАТКИ

– Моя жена ласковая. Как только я прихожу домой, она снимает с меня пальто, подаёт тапочки и перчатки.
– Перчатки?
– Да, резиновые, для мытья посуды...



Кстати, о коже

Кожа – идеальный материал для перчаток. Натуральная кожа хорошо держит тепло, не портится от мороза, достаточно упруга и эластична. Однако и в выборе кожаных перчаток есть свои нюансы. Например, чем меньше швов, тем лучше – тем дольше должны прослужить вам ваши перчатки. Перчаточная кожа должна быть гладкой, мягкой, иметь характерный рисунок. Если есть сомнения в натуральности кожи, приложите ненадолго к ней руку: натуральная нагреется, искусственная – останется холодной.



ВАЖНО!
На пальцы перчатки должны садиться до конца, свободного пространства оставаться не должно.

Светлана ИВАНОВА

Как определить размер

Чтобы перчатки были удобны и долго служили, необходимо правильно определить размер. Как правило, размер каждой из двух рук (и, кстати, каждой из двух ног) у человека немного различается. Поэтому измерять лучше ту руку, которой вы пишете.

Для определения размера руки нужно взять сантиметровую ленту и обернуть ее вокруг ладони в самом широком месте, по суставам, не захватывая большой палец. Чтобы убедиться, что лента прилегает плотно, можно слегка сжать руку. Число, которое получилось в результате измерения, нужно запомнить.

Если сантиметровой ленты под рукой нет, используйте шнурок, отрезок веревки или что-то подобное. Как и сантиметровую ленту, оберните его вокруг руки, а затем приложите к линейке.

Размеры перчаток обозначаются двумя способами: числовым и буквенным. Числовой способ основан именно на обхвате кисти, однако согласно правилам, обозначается в дюймах. Буквенный способ проще: каждому размеру соответствует определенная буква (подобно маркировке на одежде). Определите свой размер по нашей таблице. Если не найдете числа, точно совпадающего с вашим размером, выберите ближайшее.

Если под рукой нет такой таблицы, просто переведите свой размер в дюймы, разделите число в сантиметрах на 2,54 и округлив до ближайшего размера. Например, обхват руки 17,5 см / 2,54 = 6,89; округляем до ближайшего размера и получаем 7.



Примерка

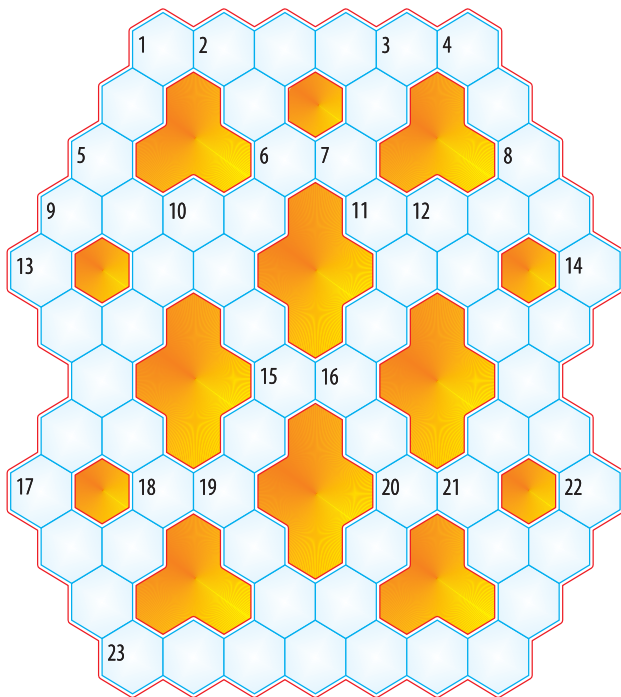
Маркировка размеров у разных производителей может несколько различаться. Кроме того, форма кистей рук у всех разная. Поэтому, даже правильно определив свой размер, перчатки необходимо померить.

Правильно подобранные перчатки сидят плотно, но не сковывают движений, снимаются легко, пальцы в них сгибаются полностью. Главное правило – руке должно быть удобно и комфортно, перчатка должна сидеть как вторая кожа. Если что-то где-то болтается или, наоборот, жмет, если внутри перчаток остается пустое пространство, если в самых неожиданных местах появляются складки – это не ваш размер.

Может возникнуть ситуация, когда выбранный размер чуть тесноват, а следующий – чуть великоват. В этом случае выбирайте пару, которая чуть тесновата: кожа (если перчатки из кожи) при носке растягивается, и очень скоро перчатки сядут «как влитые».

Обхват руки (см)	15,2	16,5	17,8	19,1	20,3	21,6	22,9	24,2	25,4	26,7	27,9	29,2	30,5
Размер перчаток (дюймы)	6	6,5	7	7,5	8	8,5	9	9,5	10	10,5	11	11,5	12
Буквенный размер перчаток	XXS	XS	S	M	L	XL	XXL						

КРОССВОРД «ТРИ ДОРОГИ»



По горизонтали:

1. Зеленый листовый овощ. В первой трети XX века в западных странах наблюдался взрывной рост популярности шпината. В то время ошибочно считалось, что шпинат – самый богатый железом пищевой продукт.
9. Бычок на крючке у мясника.
11. «Шарик», на котором летал барон Мюнхгаузен.
23. Великан непомерного роста.

Слева-вниз-направо:

2. Весь в паркетe.
4. Стоглавое чудовище в мифах эллинов.
5. Боковой удар в боксе.
7. Ремень, натянутый от конца оглобли к чеке переднего

колеса повозки.
10. Колесо, которое передает движение приводному ремню.
12. Степень отчетливости в произношении слов.
13. Физик, чья «сила» в розетке.
16. Актер, говорящий пластикой тела.
17. Бегут в берегах.
19. «Паркинг» для усталых трамваев.
21. Всячески вредил Отелло.

Справа-вниз-налево:

1. Смесь сырья для закладки в домну.
3. «Кусочек» пьесы.
6. Покрытие ногтей.
8. Картошка, что относится к фаст-фуду.
10. Капитан баржи с характерной формы бородкой.
12. «Дай, ... на счастье лапу мне, Таковую лапу не видал я сроду» (начало стихотворения Есенина «Собаке Качалова»).
14. Этническая общность людей с единым языком и самосознанием.
15. Обличие, наружность.
18. Музыка для любителей «потяжелее».
20. Банное для бани.
22. «Глава экспедиции» за золотым руном.

ОТВЕТЫ

По горизонтали: 1. Шпинат. 9. Туша. 11. Ядро. 23. Исполнитель. Слева-вниз-направо: 2. Пол. 4. Тифон. 5. Хук. 7. Тяж. 10. Шкив. 12. Диклей. 13. Ампер. 16. Мин. 17. Фекя. 19. Дено. 21. Лго. Справа-вниз-налево: 1. Шихта. 3. Акт. 6. Лак. 8. Фри. 10. Шкив. 12. Диклей. 13. Ампер. 16. Мин. 17. Фекя. 19. Дено. 21. Лго. Справа-вниз-налево: 1. Шихта. 3. Акт. 6. Лак. 8. Фри. 10. Шкив. 12. Диклей. 13. Ампер. 16. Мин. 17. Фекя. 19. Дено. 21. Лго. Справа-вниз-налево: 1. Шихта. 3. Акт. 6. Лак. 8. Фри. 10. Шкив. 12. Диклей. 13. Ампер. 16. Мин. 17. Фекя. 19. Дено. 21. Лго. Справа-вниз-налево: 1. Шихта. 3. Акт. 6. Лак. 8. Фри. 10. Шкив. 12. Диклей. 13. Ампер. 16. Мин. 17. Фекя. 19. Дено. 21. Лго.

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

РАБОТА

8 (906) 033-62-32, 8 (905) 798-95-88, 8 (903) 527-39-05, 8 (906) 031-94-23, 8 (903) 726-56-73 Охранники на объекты: школы, сады, больницы, поликлиники, парки, РЖД. Работа в Москве/МО/ПФР – Луганская, Запорожская и Донецкая обл. – 4 000 руб. Прямой работодатель. Ставки от 1 850 руб. – 2 500 руб. Стабильная з/п, премии. Вахта: 15/15, 30/30, возможны подработки. Карьерный рост. Вознаграждения: при предотвращении хищения – премия; акция «Приведи друга» – премия за каждого! Тел.: 8 (906) 033-62-32, 8 (905) 798-95-88, 8 (903) 527-39-05, 8 (906) 031-94-23, 8 (903) 726-56-73

ТЕЛЕФОН ОТДЕЛА РЕКЛАМЫ ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»:

8 (903) 792-47-73

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ

8 (903) 792-47-73

ПО ПОЧТЕ

reklama@kardos.ru

ЦЕНА

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

КАК ОПЛАТИТЬ

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

Скидки
уточняйте
у менеджера

РЕКЛАМА

LEOMAX

Оформи заказ по телефону:
8 (800) 500-20-24 и получи **ПОДАРОК***!

Скидки
на ТВ-ХИТЫ
до **-60%**

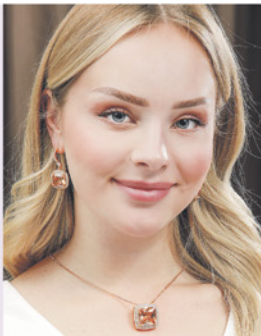
**Серьги, подвеска
«Шехерезада»**
лот 505073

Серьги **599 399.-**

Подвеска **599 399.-**

Комплект (серьги+подвеска) **799 599.-**

Украшения с крупным фианитом нежнейшего цвета покрыты золотом 24 карата, огранка «бриллиант» придает кристаллам фианита невероятную красоту и потрясающий блеск. Материал: сплав недрагоценных металлов, золотое покрытие. Вставка: фианит. Длина цепочки: 48 см + 7 см (доп. звенья). Подвеска: 2,5×2,5×1,3 см. Серьги-пусеты: 4×1,9 см. На выбор: подвеска на цепочке (1), серьги-пусеты (2), или комплект (1, 2) (укажите при заказе).



Выгодная цена за комплект!

Шиньон «Интрига» лот 69545 **999 499.-**

• Изготовлен из искусственных волос с эффектом мелирования. • Можно мыть шампунем и сушить феном. Материал: канекалон. Объем пучка: 6 см. В комплекте: 2 шт. одного цвета.

Блонд Шатен Темный каштан Темно-корич. Черный

Женская меховая шапка «Герда»
лот 300105

2999 1499.-

Материал: мех кролика породы рекс, вязаная трикотажная основа (ПЭ). Размер: универсальный (обхват головы 54-60 см). Цвет: бежевый, серый, темно-серый, коричневый, черный (укажите при заказе).



Жилет из шерсти «Ласковое тепло»

лот 305659 **2299 1499.-**

Материал: 60% акрил, 40% шерсть. Размер: 46-48, 50-52, 54-56, 58-60, 62-64. Длина по спинке для 50-52 размера: 72 см.



до 64-го размера

Бордовый

Икона из янтаря «Святая Матрона», «Неувядаемый цвет», «Умягчение злых сердец»
лот 505074

3999 1499.-

1. Икона из янтаря «Святая Матрона» Помогает в трудных ситуациях (тяжелый недуг, несправедливое преследование, несчастье или большая потеря и др.).

2. Икона из янтаря «Икона Божией Матери Неувядаемый цвет» Символ чистоты, нежности и божественной любви. Ей молятся об успешном замужестве, счастье в супружеской жизни, о чистоте и целомудрии, о разрешении семейных проблем.

3. Икона из янтаря «Икона Божией Матери Умягчение злых сердец» Молятся о примирении враждующих, об обижающих и обиженных, о защите от гнева, ожесточения, о силах простить, смягчиться самому. Материал: янтарь. Размер: 14×17 см. В комплекте: икона в рамке. Икону укажите при заказе.



Велотренажер «Кардио»

лот 401808 **3999 1999.-**

• Для тренировки ног и рук.
• Регулируемый уровень нагрузки.
• Укрепление дыхательной и сердечно-сосудистой систем.
• Компактный.

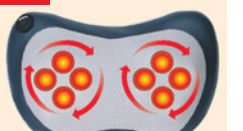


Материал: металл, пластик. Вес: 2,4 кг. Размер: 40×53,5×25,5 см.

Универсальная массажная подушка «Profi»

лот 403401 **3599 1999.-**

• Поможет снять напряжение в мышцах.
• Есть функция подогрева.
• Можно использовать дома, на работе, в автомобиле.
• Удобное управление. Питание: от сети 220 В или от автомобильного аккумулятора 12 В. Мощность: 24 Вт. Материал: пластик, иск. кожа, текстиль. Размер: 31,5×18×8,5 см. В комплекте: массажер, автомобильный и сетевой провода, чехол на молнии. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Корректор осанки «Здоровая спина»

лот 400573 **1999 799.-**

• Эффективный способ сформировать правильную осанку. • 10 магнитов вдоль позвоночника улучшают кровообращение и питание тканей. Размеры по обхвату талии, см: 60-90 (1), 80-110 (2), 100-130 (3). Материал: неопрен. Цвет: черный, бежевый. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Наколенник «Двигайся легко»

лот 45295

1 шт. **999 599.-**

2 шт. **1999 999.-**

• Уменьшает нагрузку на сустав.
• Не нарушает кровоток.
• Фиксирует сустав при сгибании и разгибании ноги.
• Незаметен под одеждой. Материал: 68% нейлон, 32% спандекс. Высота: 28 см. Размер универсальный. Максимальный обхват ноги до 50 см. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Фиксатор голеностопа «Легкий шаг», 2-й в ПОДАРОК!

лот 46869 **1999 999.-**

• Фиксирует и снижает нагрузку.
• Компрессионный эффект. Материал: нейлон, спандекс, латекс. Размер: универсальный. Высота: 22,5 см. Обхват: 24 см (в растянутом виде). НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Чудо-трость

лот 40814 **2999 1999.-**

• Устойчивое основание.
• Фонарик на ручке.
• Складная конструкция.
• Регулировка высоты. Встроенный фонарик работает от 4 батареек типа LR44. Материал: металл, пластик, резина. Высота: от 88 до 98 см.



***ВАШ ПОДАРОК:**

***при заказе от 1000 р. на выбор:**



1. Комплексная пищевая добавка **«ZINC PICOLINATE»**, 60 таб.

2. Серьги **«Рубиновая страсть»**

Бритва 3 в 1 «Леомакс Рейзер»

лот 402968-01 **1999 1499.-**

• 3 в 1: роторная бритва для лица (1), триммер для висков и бороды (2), триммер для носа и ушей (3).
• Водонепроницаемая, легкая и компактная.
• Работает от аккумулятора. Материал: пластик, металл, резина, нерж. сталь (лезвия). В комплекте: бритва с удобной ручкой, 3 насадки (роторная бритва с защитной крышкой и 2 триммера), кабель-USB для зарядки, щетка для чистки бритвы. Мощность: 5 Вт. Емкость аккумулятора: 800 мАч. Время работы при полной зарядке: до 60 мин.



Ножницы для педикюра

лот 402091-02 **899 599.-**

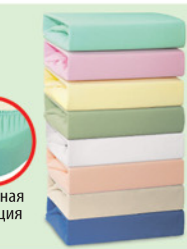
• Ножницы для педикюра из нержавеющей стали с длинной ручкой и угловым лезвием для стрижки жестких ногтей.
• Требуют меньше усилий при обрезании ногтей, чем обычные ножницы.
• Подходят для тех, кому трудно нагибаться. Материал: нержавеющая сталь, пластик. Размер: 20×5,9 см, длина лезвия: 3,5 см.



Простыня на резинке

лот 27839 от 1899 **1299.-**

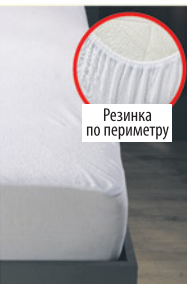
Белый, оливковый, персиковый лот 16558 Мятный, розовый, желтый, кофейный, синий
• Для матрасов высотой до 20 см. Материал: 100% хлопок. Размер: 90×200 см, 140×200 см, 160×200 см, 180×200 см, 200×200 см.



Наматрасник непромокаемый

лот 103314 от 1599 **999.-**

• Защищает матрас от влаги и грязи.
• Верхний слой — дышащий, нижний — непромокаемый.
• Для матрасов высотой до 30 см. Материал: махра (80% хлопок, 20% ПЭ), полиуретановая мембрана. Размер укажите при заказе: 90×200 см, 120×200 см, 140×200 см, 160×200 см, 180×200 см.



Специальные носки без резинки «Комфорт», 2 пары + 2 пары в ПОДАРОК!

лот 45988 **999 699.-** Синий + Черный Светло-серый + Черный

• Не нарушают кровообращение. Материал: 87% хлопок, 13% ПЭ. Размер: 35-37, 38-40, 41-43, 44-46. В комплекте 2 пары: черные + светло-серые или черные + синие. 2 пары того же цвета в ПОДАРОК!

Водонепроницаемые ботинки «Аляска Комфорт»

лот 46725 **3999 1499.-** Бордо Черный

• Комфортная обувь для непогоды — подойдет и мужчинам, и женщинам.
• Для ног любой полноты — даже с вальгусной деформацией. Материал: трехслойный дышащий текстиль (верх), эко-мех (подкладка и стелька), полиуретан (подшова). Размер: 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45. Маломерят на 1 размер. Цвет: бордо, индиго, черный. Цвет и размер укажите при заказе.



«Браслет здоровья»

лот 44663 **2999 1499.-**

• Не требует подключения к Интернету.
• Измерение давления и пульса, измерение расстояния, шагомер, счетчик калорий. Размер: 18 мм (ширина), 24 см (окружность). Материал корпуса: гипоаллергенный пластик и силикон. Водонепроницаем. Встроенный аккумулятор. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Складные очки «Фокус Плюс»

лот 43063 **1499 599.-**

• Складная конструкция.
• Визуальное увеличение до 160%.
• Подходят мужчинам и женщинам. Материал: пластик. Расстояние между дужками: 13,5 см. В комплекте: очки с футляром. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Усилитель звука «Чуткий слух»

лот 402930 **1499 999.-**

• Может усилить звуки до 40 дБ.
• 6 уровней громкости. Материал: металл, пластик, силикон. Размер усилителя звука: 5×4,5×1,7 см. Длина обода: 4 см. Вес: 10 г. В комплекте: усилитель звука, 2 батарейки AG3 (1,5 В), ушные вкладыши в трех размерах, контейнер для хранения, инструкция. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Чудо-мазь «МауЛи», 2 шт.

лот 402634-01 **СОГРЕВАЮЩАЯ**

лот 402633-01 **ОХЛАЖДАЮЩАЯ**

1799 1199.-

• Уникальный состав из 20 трав.
• Мазь с охлаждающим эффектом может помочь облегчить дискомфорт и напряжение в ногах.
• Мазь с согревающим эффектом может облегчить дискомфорт и напряжение в области спины, поясницы, суставов. В комплекте: 2 одинаковые банки по 500 мл.



ОРИГИНАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО. ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК! ДОСТАВКА ПО ВСЕЙ ТЕРРИТОРИИ РОССИИ!

* При одновременном заказе на сумму от 1000 рублей без почтового сбора. Все цены указаны в рублях. Бесплатная доставка при оплате картой. Информацию об организаторе, правилах, сроках проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора по тел.: 8 (800) 500-20-24. Предложение действительно с 01.09.23 по 30.11.23 г. Продавец: ООО «ЕВРОШОП». ОГРН 109774679270, 115088, г. Москва, ул. Шарикоподшипниковская, д. 13, стр. 62. Сайт: leomax.ru. E-mail: catalog@leomax.ru. Получить наш бесплатный каталог вы можете, позвонив по номеру телефона (круглосуточно, звонки бесплатные по всей территории РФ):

8 (800) 500-20-24

ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!*

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

Матрас-топпер с анатомическим эффектом

Размеры:
70x200 см,
80x200 см,
90x200 см,
120x200 см,
140x200 см,
160x200 см



СУПЕРЦЕНА
от 1690 рублей

Матрас-топпер делает спальное место удобным и комфортным. Высокоэластичная пена адаптируется к форме тела, обеспечивая бережную поддержку в области шеи, позвоночника, бедер, создавая условия для расслабления и отдыха. Подходит для обновления старых диванов, кроватей, матрасов, разглаживает ямки и перепады.

Светильник «Суперсвет»

2 по цене 1
990 руб.

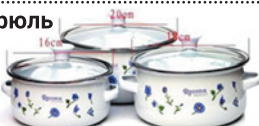


С датчиком движения – автоматически включается и выключается! «Чувствует» движение в радиусе 3 м и на высоте 4 м. Просто установите его, и у вас всегда будет яркое освещение везде, где вам нужно: на балконе, в гараже, в погребе, в сарае.

- легко установить – просто наклейте на ровную поверхность,
- автоматически отключается через 20 секунд.

Набор кастрюль

1800 руб.
1490 руб.



Каждая кастрюля изготовлена из цельного листа углеродистой стали и покрыта жаропрочной эмалью. Диаметр: 16, 18 и 20 см.

Лента «Супер Фикс»

2 по цене 1
990 руб.



«Супер Фикс» – это специальный состав, который имеет тройную толщину и обработан сверхсильным клеем, который позволит ей моментально приклеиться к поверхности и образовать герметичное соединение, закрывая трещины, порезы, разрывы и т.д. Легко фиксируется на любой ровной поверхности (пластик, металл, плитка, дерево, керамика, кирпич, бетон, стекло, брезент и т.д.). Заклеит влажную поверхность даже под водой!

Палочки для очистки водосточных труб

690 руб.



Палочки Sani Sticks – это быстрый и эффективный способ устранить засор и неприятный запах в трубах, не прибегая к помощи сантехника. Опустите палочки в слив раковины или ванны, полностью погрузив в водосточную трубу. Концентрат, входящий в состав – смесь энзимов и ферментов, попадая в воду, начинает действовать мгновенно. Расщепляют остатки пищи, моющих средств, жир, волосы. Вы можете забыть о забившейся раковине и сливном отверстии душевой кабины. Одной упаковки хватит на год!

1+1 КУПИ ОДИН И ПОЛУЧИ ВТОРОЙ В ПОДАРОК!

Светильник «Чемпион – солнечная батарея»

1700 руб. 1290 руб.



Отличная разработка военной промышленности теперь доступна и вам! Новейшая технология светодиодной панели. Сочетает в себе три устройства: кемпинговая лампа с ярким мягким светом, мощный фонарь прожекторного типа, зарядное устройство power bank. Создает круговое освещение на 360° и видимость с расстояния 3 км. Срок службы светодиодных панелей – 100 000 часов, и при обычном использовании светильником можно пользоваться всю жизнь. Находясь на рыбалке, охоте, в походе, на даче, в кемпинге на природе и т.д., вам не придется переживать, что в ответственный момент вы останетесь без источника света, т.к. кемпинговый фонарь имеет два источника питания: солнечную батарею и встроенный аккумулятор большой емкости. Вы не останетесь без связи и сможете подзарядить свой телефон от разъема USB, который встроен в фонарь.

Термобелье мужское, женское

1690 руб.
1290 руб.



Современный способ оставаться в тепле в любую погоду! Можно носить под брюки, джинсы, тонкие джемпера, блузы. Изготовлено из трехслойного волокна, которое нейтрализует размножение бактерий, устраняет запах пота, обеспечивает постоянный влагообмен, выполняет функцию корректирующего белья. Благодаря специальным утягивающим вставкам вы будете выглядеть стройнее и изящнее.

Тонетр НОВИНКА

1990 руб.
1590 руб.



В любой момент вы можете измерить давление самому себе без посторонней помощи. Прибор имеет специально разработанную манжету, которая гарантирует надежное считывание пульса и высокую точность измерений. Интеллектуальная система запоминает последние 60 измерений и имеет индикатор аритмии. На крупном LCD дисплее отображаются дата и время измерения, систолическое давление (верхнее), диастолическое (нижнее), пульс. В комплекте с тонометром вы получите пластиковый кейс с защелкой для хранения и переноски устройства.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

Подушка для ног «Здоровый сон»

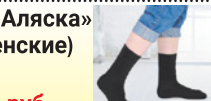
1690 руб.
990 руб.



Инновационная подушка специальной анатомической формы с эффектом памяти обеспечивает правильное положение ног во время сна. Снижается нагрузка на коленные суставы и сустав бедра. Значительно улучшает качество сна, утром вы чувствуете себя отдохнувшим и бодрым. Особенно необходима для людей пожилого возраста.

Термоноски «Аляска» (Мужские, женские)

Суперцена!
4 пары за 990 руб.



Три слоя из микроволокна заботятся о стопе. Сохраняют воздух, который обеспечивает тепло. Защищают от размножения бактерий и появления неприятных запахов. Отвечают за впитывание влаги. Размер носков – универсальный. Согревают ноги в любую погоду!

Дрель-шурупверт «Профи»

1590 руб. 1290 руб.



Работает от аккумулятора. Встроенная подсветка. Рукоятка дрели поворачивается на 180°. 26 бит в комплекте заменяет множество инструментов! В комплекте: дрель-шурупверт с аккумулятором, зарядное устройство, биты плоские – 5 шт., крестовые – 4 шт., шестигранные – 4 шт., четырехгранные – 2 шт., биты-сверла – 2 шт., наконечники насадки – 8 шт., бита-переходник – 1 шт., кейс для хранения, инструкция. Материал: ударопрочный пластик, металл.

Отпугиватель-фонарь

1690 руб.
1290 руб.



Фонарь защитит вас от любых нежданных животных или уличных хулиганов, напугает и прогонит даже большую стаю собак. Действует на расстоянии 100 м. Имитирует треск и вспышки шокера. Он имеет мощный встроенный фонарик.

Отпугиватель грызунов и насекомых

2 по цене 1
990 руб.



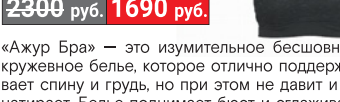
Устройство предназначено для отпугивания тараканов, жуков, мушек, крыс. Защищает ваш дом, квартиру или промышленное предприятие площадью до 200 кв.м. Просто вставьте отпугиватель в розетку. Можно использовать, если в доме дети, собаки и кошки. Безопасен для ваших домашних. И в него встроен уютный ночник.

«Ажур Бра» набор кружевных бюстгалтеров

В комплекте:
3 шт. – белый, черный, бордовый

S-M (42-46), L-XL (48-50),
2XL-3XL (52-56),
4XL (58-60).

2300 руб. 1690 руб.



«Ажур Бра» – это изумительное бесшовное, кружевное белье, которое отлично поддерживает спину и грудь, но при этом не давит и не натирает. Белье поднимает бюст и сглаживает неровности, придает округлые формы. Специальное усиленное плетение посередине для создания красивого декольте. Его можно носить как нижнее белье, как топ под жакет и как спортивное белье. Для увеличения объема есть потайные кармашки под поролоновые вкладыши.

Горящий Кукла-повторяша Woody O'time Original

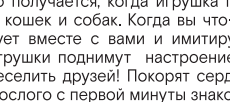
1700 руб.
990 руб.



Уникальные развивающие игрушки способны рассмешить до слез любого, попытавшегося заговорить с ними. Повторяют все произнесенные слова и звуки на любом языке мира, очень забавно получается, когда игрушка повторяет звуки кошек и собак. Когда вы что-то жуете, она жует вместе с вами и имитирует хрюки!!! Эти игрушки поднимают настроение и помогут развеселить друзей! Покажет сердце ребенка и взрослого с первой минуты знакомства.

Электрический измельчитель «Молния»

2100 руб.
1490 руб.



Измельчитель «Молния» – незаменимый помощник на кухне. Он один заменит несколько бытовых приборов (от кофемолки и мясорубки до яйцеразбивателя и блендера). Компактный размер. В измельчителе: 2 сменные самозатачивающиеся насадки из стали для пюрирования и нарезки кубиками; вместительная чаша; высокая скорость вращения ножей. «Молния» справляется с продуктами разной твердости (кофейные зерна, лед, овощи, фрукты, орехи), помогает приготовить широкий спектр блюд (пюре любой густоты, детское питание, соусы, заготовки для салатов и пр.).

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

Усилитель звука

990 руб. НОВИНКА



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

Увеличительные очки-лупа Big Vision (Биг Вижн)

990 руб. **2 по цене 1**



Очки-лупа дают визуальное увеличение предмета на 160% и при этом оставляют ваши руки свободными. Очки прекрасно подходят для чтения, шитья и выполнения различных работ, требующих большой точности!

Корректор осанки

S-M талия 60-85 см
L-XL талия 86-125 см

1690 руб.
990 руб.



Знакомые всем боли в пояснице, шее, грудном отделе – все это чаще всего следствие неправильной осанки. Неправильная осанка, постоянно опущенные плечи создают излишнее давление на грудную клетку, диафрагму и могут вызвать остеохондроз, сколиоз и далее всем знакомые боли в спине. Представляем универсальное средство для профилактики сколиоза, исправления дефектов осанки, облегчения боли в поясничном, грудном, шейном отделе, плечах, спине. Корректор поможет выпрямить вашу спину и научит мышцы держать правильное положение.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

Термокерамический обогреватель

1990 руб.
1490 руб.

Подключите обогреватель к розетке и выберите необходимую t от 15 до 32°C. Система климатроник-термостат (автоматически выключается, когда достигнет заданной температуры). Встроенный таймер, дисплей и система защиты от перегрева. Потребляет мало электроэнергии, способен легко согреть помещение площадью 20 кв.м!



Швейная мини-машинка

1990 руб.
1690 руб.

С этой мини-машинкой вы подошьете брюки или юбку, вставите молнию. Подарите любимым вещам вторую жизнь. С ней легко пришить заплатку, красивый декоративный элемент. Вы сошьете красивую одежду, используя ножную педаль, это сделает процесс шитья быстрым и удобным.



Складная стиральная машинка «Мини-автомат»

2490 руб. СУПЕРЦЕНА

Работает от сети, или Пауэр банк. Удобно брать в путешествие, на дачу. Можно использовать как посудомоечную машину.

Проточный кран-водонагреватель

1990 руб.
2490 руб.

Забудьте о проблемах с горячей водой с проточным краном-водонагревателем! Нагреет воду за несколько секунд, можно регулировать температуру. Идеальный вариант для дома и дачи. Экономит электроэнергию! Устанавливается за пару минут.

Многофункциональный парогенератор

2500 руб.
1290 руб.

Прибор сочетает в себе такие функции, как паровой утюг, парогенератор, парочиститель и увлажнитель воздуха. Вырабатывает непрерывный поток пара, за счет чего хорошо проникает в ткань и расправляет складки, чистит, дезинфицирует и избавляет от неприятного запаха. Уничтожает пылевых клещей и бактерии. Попробуйте погладить им шторы, освежить кресла и диван, избавиться от аллергенов и пыли на подушках и одеялах. Борется с неприятными запахами и пятнами пота. Прекрасная модель среди ручных отпаривателей.

Чудо-пленка «Надежная защита» (3 м x 60 см) 990 руб.

2 по цене 1

2 по цене 1

Самоклеящаяся алюминиевая фольга для защиты поверхностей от различного рода повреждений и загрязнений, а также для мгновенного преобразования интерьера. Легко клеится, водонепроницаемая, жаростойкая, легко мыть. Универсальное применение – для оклеивания любых гладких поверхностей (столешницы, фасады шкафчиков, полки, двери, стены и т.д.). Идеально подходит для использования на кухне, в ванной и жилых комнатах. Приклеивается сама к любой поверхности.

Точилка «Мастер» НОВИНКА

1190 руб. 990 руб.

Уникальный прибор с запатентованной технологией подходит для заточки любых ножей, ножниц, отверток, лезвий садового инвентаря. Точилка имеет два независимых зажимных рычага, выполненных из сверхтвердого карбида вольфрама, которые гибко подстраиваются к форме любого лезвия.

Наколенник «Двигайся легко»

2 по цене 1

2 по цене 1

2 по цене 1

Гарантия качества! Звоните прямо сейчас!

ИП Елтин Иван Юрьевич ОГРН 321774600271012. С информацией об организаторе акций, правилах их проведения, количестве призов, сроках, месте, порядке их получения можно узнать по телефону 8 (499) 213-03-16. Акции действительны с 27.09.2023 г. по 18.10.2023 г. *По итогам продаж 2022 г. На правах рекламы.

ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ВСЕМ РЕГИОНАМ РОССИИ

8 499 213-03-16 Работаем без выходных с 9:00 до 20:00.