

№47  
(720)

ТВ-программа с 24 по 30 ноября 2025 года

52  
КАНАЛА  
ТВ

ИСТОРИЯ  
И ТРАДИЦИИ.  
ВВЕДЕНИЕ  
БОГОРОДИЦЫ  
ВО ХРАМ

стр. 15

ФАСОЛЬ:  
ПОЛЕЗНАЯ,  
ВКУСНАЯ,  
РАЗНАЯ

стр. 8

# ТЕЛЕК

PRESSA.RU

«РИКТА»:  
берём диабет  
под контроль

имеются противопоказания,  
проконсультируйтесь  
со специалистом. Реклама

стр. 5

ЛЮБИМЫЙ  
РАЗДРАЖАЕТ...  
ТЕРПЕТЬ ИЛИ  
ПОГОВОРИТЬ?

стр. 4

КАК СБЕРЕЧЬ  
МАКИЯЖ  
В ХОЛОДА

стр. 14

АНАСТАСИЯ  
ЧЕРНОБРОВИНА  
Я ВЛЮБЛЕНА В СВОЁ  
«УТРО РОССИИ» стр. 2

12+

КАРДОС  
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА



Фото телеканала «Россия»

ISSN 2222-6380



4

Анастасия Чернобровина из тех ведущих, которые стали для телезрителей практически родными.

**Т**рудно сосчитать, сколько раз мы слышали от нее и ее супруга Андрея Петрова пожелания доброго утра в эфире программы «Утро России»! А еще наша сегодняшняя гостья – заядлая путешественница и даже занимает пост советника президента Русского географического общества. Впрочем, этим круг ее увлечений не ограничивается. С недавних пор Анастасия стала поклонницей оперы...

### Застой в профессии невозможен

– Анастасия, зрители любят вас в первую очередь как постоянную ведущую программы «Утро России» на телеканале «Россия 1». 23 года выходите в утреннем эфире. Никогда не было желания уйти в другую программу?

– Даже мысли такой не возникало. Я влюблена в свое «Утро...», которое мы создавали с нуля. Мы вместе с программой вставали на ноги, придумывали, ошибались, побеждали и часто побеждаем до сих пор, по-прежнему экспериментируем. Мне очень нравится в ней развиваться. Вообще, уверена, что в профессии телеведущего утреннего эфира застой невозможен. Наше «Утро» настолько разнообразно по своему наполнению, что постоянно открывашь для себя что-то новое.

Безусловно, я думаю о том, чтобы совершенствоваться и в других направлениях. Периодически сотрудничаю с телеканалом «Моя планета», много путешествую, снимаю фильмы о людях, которые живут в разных уголках планеты. То есть все время чем-то параллельно занимаюсь. И мне было интересно попробовать себя в жанре вечернего шоу «Большая опера». Спасибо руководству программы «Утро России», которое позволило отдать месяц этому проекту.

### Заманчивое предложение

– Опера – особый музыкальный жанр, где именно музыка формирует сценическое событие. Чтобы на равных вести диалог в этом жанре, нужно быть профессионально подготовленным. Насколько сложно было погрузиться в данную тему?

– Когда главный редактор телеканала «Россия-Культура» Сергей Леонидович Шу-



#### ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:

– Хочешь, чтобы жизнь тебя баловала, – получай от нее удовольствие и будь благодарен каждой минуте, каждой возможности. Я так и стараюсь жить. И еще трудоголики (это касается меня тоже) должны успевать отдыхать. Не зря говорят хорошие работодатели: плох тот работник, который не умеет отдыхать. Учусь это делать, и вам этого желаю. Тогда, возможно, мы обретем ту гармонию, благодаря которой человек ощущает себя счастливым.

## Анастасия ЧЕРНОБРОВИНА:

# /// Я влюблена в свою «Утро России»

маков предложил мне стать ведущей в «Большой опере», я немного развелась – поскольку для меня это малознакомый жанр. Но это был новый вызов, и было очень интересно попробовать себя в качестве ведущей такого грандиозного шоу.

Мне кажется, Сергей Леонидович обратил внимание на то, что я человек любопытствующий, эмоциональный и сопереживающий. Ему хотелось, чтобы я стала связующей нитью между участниками, членами жюри и аудиторией, которая, возможно, впервые обратила внимание на оперную музыку или просто также по-человечески переживала за участников. Надеюсь, все это получилось.

На контрасте моим супругом стал Эльчин Азизов – потрясающий артист, оперный певец, солист Большого театра.

Он же стал для аудитории и для меня надежным проводником в мир оперной музыки. И буквально носил меня на руках, поскольку длинные наряды часто цеплялись за каблуки. Эльчин – надежный партнер во всех отношениях, мне с ним очень повезло.

### Каждый имеет право на выбор

– Как вы думаете, любовь к опере – это данность или ее можно воспитать?

– Мне кажется, эту любовь можно обрести. Если человек признается, что опера так и не пришла к нему по душе, ничего

зазорного в этом нет. Зато кто-то другой, заинтересовавшись, вдруг начинает понимать, что его «зашепило», что он хочет узнать об этом больше, и начинает ходить в оперные театры. Мне кажется, этот проект дает возможность не только познакомиться с оперой, но и полюбить ее.

– Вы человек эмоциональный, стало быть, вам трудно оставаться бесстрастной. Наверняка возникали симпатии к кому-то из участников. Вы имели право высказывать свою точку зрения?

– Конечно, были любимчики, хотя переживала за каждого. Все участники талантливы, и это бесспорно! Перед проектом был серьезный кастинг.

Я ощущала себя очень комфортно, пытаясь разобраться в нюансах исполнения и не скрывала свои чувства: плакала вместе с выбывшими из проекта, радовалась за тех, кто прошел дальше. Я была такой, какая есть.



Эльчином Азизовым на съемках шоу «Большая опера».



Анастасия Чернобровина и Андрей Петров – дуэт ведущих, ставший классикой утреннего эфира.

### ПОДРОБНОСТИ

#### Конкурс – это всегда испытание

– Любопытно наблюдать за психологическим состоянием людей, участвующих в конкурсе? Вы ведь тоже через это прошли...

– Да, я участвовала в шоу «Танцы со звездами». Знаю, что психологическое давление на конкурсе очень высокое, но тяжел путь участников. Конкурс – это всегда испытание. Если в какой-то момент ты не прошел на следующий этап, но тебя успел полюбить зритель, это и есть настояще признание. Так что не нужно сильно расстраиваться. Когда один из исполнителей «Большой оперы», за которого я болела, выбыл из конкурса, я видела, как зрители, проходя мимо, говорили ему: «Мы за тебя, мы все тебя любим». Увы, надо быть готовым к тому, что можно не дойти до финала. Ты сам себе должен сказать: раз я в это пошел, это надо прожить и пережить. Это опыт. С этим знанием мы развиваемся дальше.

– Что вынесли для себя вы, участвуя в этом проекте?

– Я счастлива, что удалось поработать в «Большой опере». Оперное искусство – тот жанр, который обогащает. Чувствую, что обогатилась на несколько лет вперед, и ощущаю себя абсолютно счастливым человеком. Спасибо огромное за поддержку всей команде, которая отнеслась ко мне благосклонно. Добавлю, что любой конкурс дает человеку возможность посмотреть со стороны, как люди преодолевают себя. Возможно, увиденное кому-то придаст сил и поможет в дальнейшем достичь собственного успеха!

Наталья АНОХИНА

## Пишите письма Деду Морозу



В преддверии выхода на большие экраны новогодней комедии «Письмо Деду Морозу» на Киностудии Горького состоялся пресс-джанкет, в котором приняли участие актёры Кристина Асмус, Антон Филипенко, Екатерина Темнова и режиссёр картины Кирилл Кузин. Также состоялась онлайн-встреча с актрисой Наталией Орейро, сыгравшей в картине одну из главных ролей. Она подключилась по видеосвязи из Аргентины, рассказав о работе с российскими артистами и своих впечатлениях от съемок. Кристина Асмус дополнила рассказы коллеги, признавшись, что это ее первый опыт работы в сказке.

– Трудно представить непосвященному человеку, каково сниматься в фильме, где большинство твоих партнеров – анимационные персонажи, с которыми ты все время взаимодействуешь, – рассказала Кристина Асмус. – Такое случается редко, но мне представилась эта великолепная возможность, которую можно сравнить с большим аттракционом.

Фото пресс-службы Киностудии Горького

## В Москве пройдёт третья «вији ночь эмоций»

В этом году она будет посвящена любви – к близким, к себе и к миру вокруг. Гости вечера по-новому взглянут на сцены из известных фильмов, а приглашенные эксперты раскроют тему с неожиданной стороны. Мероприятие пройдет 19 ноября в 20.00 в кинотеатре «Иллюзион».

В программу войдут «эмоциональные сеты» – фрагменты из фильмов разных жанров. Зрители увидят сцены, в которых чувства героев колеблются между нежностью и абызом, страстью и созависимостью, доверием и контролем. Тема выйдет за рамки романтических отношений. Большое внимание будет уделено любви между родителями и детьми, а также заботе человека о самом себе.

Обсуждать эти непростые проявления чувств будут топовые эксперты: психолог, EMDR-терапевт, специалист в области психосоматики и недирективного гипноза Максим Коваленко, кинокритик Егор Москвитин, главный редактор портала «Кино-Театр.Ру» Жан Просянов, сексолог и консультант в сфере сексуальных и семейных отношений Татьяна Коломыцева. Присоединяются к гостям «вији ночь эмоций» и российские селебрити – актеры, режиссеры, теле- и радиоведущие, блогеры.

## «Последний год любви» готовится к премьере

Телеканал «Домашний» завершил съёмы мелодрамы «Последний год любви» (производство АП Интертайм). Роли в фильме исполнили Татьяна Казючиц, Варвара Фролова, Антон Батырев, Василий Туркин, Георгий Лежава и другие артисты. В кресле режиссера – Александра Бутько.

Нина (Татьяна Казючиц) всю жизнь помогала другим справляться с их проблемами, но, когда в ее жизни начались трудности и таинственно исчез ее муж, оказалась беспомощной...



Фото пресс-службы телеканала «Домашний»

## Мегашоу «История игрушек» встретит зрителей в КЦ «Москва»



Новое шоу от лидера индустрии семейных развлечений продюсерского центра «Седьмая Радуга» пройдёт в концертном зале «Москва», на территории парка «Остров Мечты». Зрителей ждёт грандиозное представление с любимыми мульгероями. Сказочный Патруль, Геройчики, Турбозавры, Ум и Хрум и Кот Басик будут вместе спасать Новый год! Гости представления поучаствуют в увлекательных контактных играх с гигантскими надувными игрушками. Эмоции детей управляют сказкой, и волшебство рождается из энергии зала!

Не стоит откладывать покупку билетов – цены на сайте продюсерского центра и партнеров будут зависеть от спроса! Шоу пройдёт с 20 по 21 декабря, с 24 по 30 декабря 2025 года и с 2 по 7 января 2026 года.

Фото Алексея Молчановского, предоставлено  
ПЦ «Седьмая Радуга»



## РЕЧНЫЕ И МОРСКИЕ КРУИЗЫ 2026!

8 (495) 166-84-91 • AP-TRAVEL.RU

РЕЧНЫЕ И МОРСКИЕ КРУИЗЫ 2026!		Офис в трёх минутах от  «Семёновская»	
		Для посещения офиса требуется предварительная запись по телефону	
02.05.2026 – 06.05.2026 (5 дн.)	от 58 900 руб.	06.06.2026 – 11.06.2026 (6 дн.)	от 84 975 руб.
теплоход «Константин Симонов» (стандарт-класс)		теплоход «Тихий Дон» (комфорт-класс)	
Москва – Углич – Ярославль – Мышкин – Москва		Санкт-Петербург – Свирьстрой – Кики – Петрозаводск – Мандриги – Валаам – Коневец – Санкт-Петербург	
04.05.2026 – 18.05.2026 (15 дн.)	от 191 790 руб.	07.06.2026 – 11.06.2026 (5 дн.)	от 70 490 руб.
теплоход «Маленький принц» (комфорт-класс)		теплоход «Огни большого города» (комфорт-класс)	
Москва – Мышкин – Ярославль – Нижний Новгород – Казань – Елабуга – Сарапул – Пермь – Чайковский – Чистополь – Чебоксары – Нижний Новгород (тех. стоянка) – Чкаловск – Кострома – Дубна – Москва		Москва – Углич – Мышкин – Ярославль – Калязин – Москва	
12.05.2026 – 22.05.2026 (11 дн.)	от 111 700 руб.	14.06.2026 – 28.06.2026 (15 дн.)	от 214 190 руб.
теплоход «Георгий Жуков» (стандарт-класс)		теплоход «Огни большого города» (комфорт-класс)	
Москва – Мышкин – Кострома – Плес – Городец – Нижний Новгород – Свияжск – Казань (2 дня) – Чебоксары – Козьмодемьянск – Нижний Новгород – Городец – Ярославль – Углич – Москва		Москва – Углич – Горицы – Старая Ладога – Валаам – Хийденсельга (Рускеала) – Санкт-Петербург (2 дня) – Свирьстрой – Мандриги – Кики – Петрозаводск – Вытегра – Череповец – Дубна – Москва	
17.05.2026 – 23.05.2026 (7 дн.)	от 103 733 руб.	15.06.2026 – 21.06.2026 (7 дн.)	от 91 790 руб.
теплоход «Сергей Дягилев» (комфорт-класс)		теплоход «Н. А. Некрасов» (комфорт-класс)	
Москва – Углич – Кострома – Кинешма – Плес – Ярославль – Тутаев – Калязин – Москва		Москва – Углич – Ярославль – Чкаловск – Городец – Калязин – Москва	
20.05.2026 – 31.05.2026 (12 дн.)	от 259 000 руб.	22.06.2026 – 30.06.2026 (9 дн.)	от 160 160 руб.
лайнер «Спектр морей» (комфорт-класс)		новый теплоход «Аурум» (люкс-класс)	
Шанхай (2 ночи в отеле 5*, Китай) – Шанхай (старт круиза, Китай) – Токио (Япония) – Симидзу (Фуджи, Япония) – Киото (Осака, Япония) – Шанхай (Сучжоу + ночь в отеле 5*, Китай). Безвизовый круиз с русской группой! Требуется заграничный паспорт.		Москва – Константиново – Рязань – Касимов – Муром – Нижний Новгород – Ярославль – Углич – Москва («Московская кругосветка» по Оке и Волге! Все каюты с балконами, экскурсии за доп. плату)	
22.05.2026 – 09.06.2026 (19 дн.)	от 182 900 руб.	23.06.2026 – 04.07.2026 (8 дн.)	от 137 600 руб.
теплоход «Русь Великая» (стандарт-класс)		теплоход «Георгий Жуков» (стандарт-класс)	
Москва – Калязин – Углич – Череповец – Горицы – Валаам – остров Коневец – Санкт-Петербург – Крепость Орешек – Старая Ладога – Кики – Соловецкий архипелаг (2 дня) – Беломорск – Сосновец – Повенец – Мышкин – Москва (экскурсии за доп. плату)		Москва – Мышкин – Коприно – Кострома – Городец – Нижний Новгород – Свияжск – Болгар – Елабуга – Казань – Чебоксары – Нижний Новгород – Чкаловск – Ярославль – Углич – Москва	
25.05.2026 – 30.05.2026 (6 дн.)	от 70 000 руб.	27.06.2026 – 04.07.2026 (8 дн.)	от 132 300 руб.
теплоход «Максим Литвинов» (комфорт-класс)		лайнер «Astoria Grande» (комфорт-класс)	
Москва – Углич – Кострома – Ярославль – Тутаев – Мышкин – Москва		Сочи (Россия) – День в море – Стамбул (2 дня, Турция) – Амасра (Турция) – Самсун (Турция) – Трабзон (Турция) – Сочи (Россия). Экскурсии за доп. плату.	
28.05.2026 – 08.06.2026 (12 дн.)	от 195 790 руб.	02.07.2026 – 22.07.2026 (21 дн.)	от 302 490 руб.
теплоход «Россия» (люкс-класс)		теплоход «Огни большого города» (комфорт-класс)	
Москва – Мышкин – Ярославль – Нижний Новгород – Ядрин (река Сура) – Казань – Маринский Посад – Чебоксары – Козьмодемьянск – Юрино – Нижний Новгород – Чкаловск – Кострома – Дубна – Москва («Московская кругосветка» по Оке и Волге)		Москва – Углич – Горицы – Кики – Петрозаводск – Бесов нос – Петрозаводск – Мандриги – Старая Ладога – Валаам – Санкт-Петербург (каюты категории «Полуплюс»)	
31.05.2026 – 10.06.2026 (11 дн.)	от 101 000 руб.	04.07.2026 – 14.07.2026 (11 дн.)	от 192 593 руб.
теплоход «Бородино» (эконом-класс)		теплоход «Россия» (люкс-класс)	
Москва – Константиново – Рязань – Касимов – Павлово – Чебоксары – Нижний Новгород – Кинешма – Ярославль – Тутаев – Мышкин – Углич – Москва («Московская кругосветка» по Оке и Волге)		Москва – Углич – Горицы – Кики – Петрозаводск – Бесов нос – Петрозаводск – Мандриги – Старая Ладога – Валаам – Санкт-Петербург (каюты категории «Полуплюс»)	
05.06.2026 – 15.06.2026 (11 дн.)	от 190 962 руб.	06.07.2026 – 10.07.2026 (5 дн.)	от 72 890 руб.
теплоход «Антон Чехов» (комфорт-класс)		теплоход «Лунная соната» (комфорт-класс)	
Москва – Углич – Ярославль – Плес – Кинешма – Нижний Новгород – Казань – Самара – Саратов – Волгоград – Никольское – Астрахань (теплоход с бассейном!)		Москва – Углич – Мышкин – Ярославль – Калязин – Москва	
06.07.2026 – 18.07.2026 (13 дн.)	от 98 200 руб.	08.07.2026 – 18.07.2026 (13 дн.)	от 160 293 руб.
теплоход «К. А. Тимирязев» (эконом-класс)		теплоход «Лебединое озеро» (комфорт-класс)	
Москва – Углич – Ярославль – Плес – Кинешма – Нижний Новгород – Казань – Самара – Саратов – Астрахань		Москва – Углич – Ярославль – Чкаловск – Городец – Кинешма – Плес – Коприно – Мышкин – Москва	
13.07.2026 – 26.07.2026 (14 дн.)	от 154 000 руб.	10.09.2026 – 26.09.2026 (8 дн.)	от 81 090 руб.
теплоход «Георгий Жуков» (стандарт-класс)		теплоход «Две столицы» (эконом-класс)	
Москва – Углич – Кострома – Городец – Нижний Новгород – Свияжск – Болгар – Самара – Казань – Чебоксары – Козьмодемьянск – Нижний Новгород – Чкаловск – Кинешма – Плес – Ярославль – Коприно – Мышкин – Москва		Москва – Углич – Ярославль – Нижний Новгород – Казань – Чебоксары – Калачин – Кострома – Калязин – Москва	
20.07.2026 – 26.07.2026 (7 дн.)	от 42 400 руб.	12.09.2026 – 19.09.2026 (8 дн.)	от 96 490 руб.
теплоход «Родная Русь» (эконом-класс)		теплоход «Лунная соната» (комфорт-класс)	
Москва – Углич – Мышкин – Кострома – Плес – Кинешма – Юрьевец – Ярославль – Тутаев – Калязин – Москва (экскурсии за доп. плату)		Москва – Углич – Мышкин – Ярославль – Дубна – Москва	
23.07.2026 – 28.07.2026 (6 дн.)	от 88 390 руб.	13.09.2026 – 19.09.2026 (7 дн.)	от 102 090 руб.
теплоход «Огни большого города» (комфорт-класс)		теплоход «Лебединое озеро» (комфорт-класс)	
Москва – Углич – Ярославль – Плес – Ярославль – Дубна – Москва		Москва – Углич – Ярославль – Чкаловск – Городец – Кинешма – Плес – Коприно – Мышкин – Москва	
02.08.2026 – 15.08.2026 (14 дн.)	от 200 100 руб.	16.09.2026 – 25.09.2026 (10 дн.)	от 141 990 руб.
теплоход «Константин Симонов» (стандарт-класс)		теплоход «Огни большого города» (комфорт-класс)	
Москва – Углич – Кузино – Мандриги – Хийденсельга – Валаам – Санкт-Петербург (3 дня) – Лодейное Поле – Свирьстрой – Кики – Горицы – Мышкин – Москва		Москва – Углич – Ярославль – Нижний Новгород – Казань – Чебоксары – Чкаловск – Кострома – Коприно – Мышкин – Москва	
03.08.2026 – 10.08.2026 (8 дн.)	от 88 100 руб.	07.09.2026 – 11.09.2026 (5 дн.)	от 66 690 руб.
теплоход «Георгий Жуков» (стандарт-класс)		теплоход «Лунная соната» (комфорт-класс)	
Москва – Завидово – Углич – Коприно – Ярославль – Череповец – Горицы – Мышкин – Москва		Москва – Углич – Мышкин – Ярославль – Дубна – Москва	
06.08.2026 – 15.08.2026 (10 дн.)	от 200 100 руб.	13.09.2026 – 19.09.2026 (7 дн.)	от 96 490 руб.
теплоход «Огни большого города» (комфорт-класс)		теплоход «Лебединое озеро» (комфорт-класс)	
Москва – Углич – Ярославль – Нижний Новгород – Казань – Чебоксары – Чкаловск – Кострома – Коприно – Мышкин – Москва		Москва – Углич – Ярославль – Чкаловск – Городец – Кинешма – Плес – Коприно – Мышкин – Москва	
07.09.2026 – 11.09.2026 (5 дн.)	от 141 990 руб.	16.09.2026 – 25.09.2026 (10 дн.)	от 81 090 руб.
теплоход «Лунная соната» (комфорт-класс)		теплоход «Две столицы» (эконом-класс)	
Москва – Углич – Мышкин – Ярославль – Дубна – Москва		Москва – Углич – Ярославль – Нижний Новгород – Казань – Чебоксары – Козьмодемьянск – Нижний Новгород – Чкаловск – Кострома – Калязин – Москва	
13.09.2026 – 19.09.2026 (7 дн.)	от 66 690 руб.	19.09.2026 – 26.09.2026 (8 дн.)	

## СЕКРЕТ УСПЕХА

## Как определить стоимость на рынке труда?

Знать свою рыночную стоимость – значит управлять карьерой, а не плыть по течению. Это комплексный показатель, который складывается из опыта, навыков, образования и спроса на вашу профессию. Как же его оценить и, что важнее, повысить?



## ДИАГНОСТИКА

Начните с анализа рынка. Изучите сайты по поиску работы, обращая внимание не только на зарплатные вилки, но и на требования к кандидатам. Вакансии, где вы соответствуете на 80–90 %, – ваш ориентир. Проведите информационные собеседования с HR и рекрутерами. Спросите откровенно: «На какую позицию и доход я могу претендовать с моим бэкграундом?» Проанализируйте профили коллег с похожим опытом – часто там указан их карьерный путь.

## ПЛАН ПО УВЕЛИЧЕНИЮ ЦЕННОСТИ

Определив разрыв между вашей текущей стоимостью и желаемой, действуйте. 1 **Прокачайте Hard Skills.** Определите, какие «жесткие» навыки наиболее востребованы в вашей сфере. Пройдите специализированные курсы, получите сертификат, освойте новый инструмент. Не просто изучайте, а сразу применяйте знания на практике, чтобы было что показать работодателю.

2 **Развивайте Soft Skills.** Эмоциональный интеллект, лидерство, коммуникация и тайм-менеджмент – это то, что сложно автоматизировать и что высоко ценится. Посещайте мастер-классы, участвуйте в проектах, где можно проявить эти качества.

3 **Создайте личный бренд.** Станьте экспертом в своей области. Пишите статьи, делитесь опытом в соцсетях, выступайте на отраслевых конференциях. Ваше имя должно ассоциироваться с профессионализмом и компетентностью.

4 **Научитесь говорить на языке бизнеса.** Вместо «я отвечал за проект» говорите «я увеличил эффективность на 15 %» или «сократил издержки на 10 %». Цифры и конкретные результаты – ваш главный козырь на переговорах зарплате.

Однажды вы просыпаетесь и понимаете: тот, кто еще вчера казался воплощением идеала, сегодня вызывает раздражение одним своим присутствием.

3 **накомая ситуация?** Поздравляем, это неизбежный этап практически любых длительных отношений. Что делать? Молча терпеть, боясь разрушить идиллию супругой? Или высказать все, что накопилось, рискуя обидеть и отдалиться?

ВАРИАНТ

## 1 Цена молчания

Кажется, что, замалчивая проблему, мы сохраняем мир. Но это иллюзия.

Накопленное раздражение не исчезает. Терпение,озведенное в абсолют, ведет к трем опасным последствиям:

- **Эмоциональный взрыв.** Рано или поздно чаша терпения переполнится из-за абсолютно незначительного повода (невымытая чашка, опоздание на 5 минут). И тогда выльется не конкретная претензия, а весь накопленный заряд негатива, что будет крайне болезненно и несправедливо для партнера.

- **Потеря себя.** Постоянно подавляя свои чувства, вы начинаете жить не своей жизнью. Исчезает радость, накапливается усталость, падает самооценка.

- **Болезни.** Психосоматика – не миф. Невысказанные эмоции, особенно негативные, находят выход через тело: головные боли, проблемы с ЖКТ, бессонница, снижение иммунитета.

## СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Слышать, понимать, жить!

Швейцарские слуховые аппараты с повышенной разборчивостью речи и шумоподавлением.

**bernafon**®

Цифровые и аналоговые, внутриушные, внутриканальные, заушные. Профессиональная консультация.

м. Войковская (рядом с метро) 4-й Новоподмосковный пер., 4 Тел.: 8 (499) 150-88-88, 8 (916) 879-74-31 [www.neoton-sluh.ru](http://www.neoton-sluh.ru)

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

# Любимый человек раздражает: терпеть или поговорить?

ВАРИАНТ

## 2 Искусство конструктивного диалога

Второй путь – говорить. Но не срываться с криком, а вести конструктивный диалог. Цель такого разговора – не унизить и обвинить, а решить проблему, которая мешает вам обоим быть счастливыми. Используйте алгоритм из пяти шагов.

1 **Разберитесь в себе.** Иногда раздражительная реакция на мелкую привычку – лишь верхушка айсберга. Возможно, вас на самом деле злит пассивность партнера или то, что вы берете на себя все бытовые обязанности. Найдите корень.

2 **Выберите правильное время и место.** Никогда не затевайте серьезный разговор на людях или при посторонних, когда партнер устал, голоден или расстроен, сразу после

ссоры или утром перед работой.

3 **Говорите от «Я».** Сравните: «Ты постоянно разбрасываешь свои вещи! Ты неряха!» и «Я очень устаю после работы, и когда вижу разбросанные вещи, я чувствую раздражение и беспомощность. Мне было бы гораздо спокойнее, если бы мы вместе поддерживали порядок». «Я-сообщение» делает партнера не врагом, а союзником в решении проблемы.

4 **Конкретика вместо обобщений.** Избегайте слов «всегда», «постоянно», «никогда». Например, так: «В последние две недели ты трижды опаздывал(а) на наши встречи. Я чувствовал(а) себя неважным(ой)».

5 **Предлагайте решение и слушайте.** Не просто вываливайте проблему, а предложите выход: «Давай попробуем завести корзину для грязных вещей?» И главное – выслушайте ответ партнера. У него тоже есть своя правда и свои причины так поступать.



– Дорогой, скажи честно: что ты ко мне испытываешь?  
– Терпение, любимая... Громадное терпение...

## Верный ответ – третий

На самом деле, дилемма «терпеть или говорить» – ложная. Истина находится в третьем варианте: не терпеть раздражение, а трансформировать его в диалог, и не говорить с целью уколоть, а общаться с целью понять. Ваш партнер – не ваш клон. Он вырос в другой семье, с другими привычками и сценариями. Его раздражающие черты – обратная сторона его же достоинств. Человек, мечтательно разбрасывающий носки, может быть гениальным творцом на работе. А педантичный чистюля, который сводит вас с ума, обеспечивает стабильность и порядок в семье.

Так что в следующий раз, когда любимый человек снова будет действовать вам на нервы, сделайте глубокий вдох и начните разговаривать.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

## НОВОСТИ ТВ, ТЕАТРА И КИНО

## «Синяя птица» влетит в эфир с новым сезоном

На телеканале «Россия» 23 ноября в 18.00 стартует новый, 12-й сезон Всероссийского конкурса юных талантов «Синяя птица»! Телезрителей ждет знакомство не только с новыми яркими участниками, но и с их родными, тренерами и наставниками, которые поделятся секретами воспитания юных гениев. Автор и ведущая программы – Дарья Златопольская. Состав жюри также остается неизменным, это народные артисты России: ректор Академии русского балета им. А.Я. Вагановой Николай Цискаридзе, пианист-виртуоз Денис Мацуев, актеры театра и кино Мария

на Неёлова, Сергей Безруков и Евгений Миронов.

– Нас, наверное, можно сравнить с учителями начальной школы: мы набираем первый класс, через какое-то время выпускаем ребят, – поделилась Дарья Златопольская. – Потом они заканчивают школу, идут своей жизнью, и мы следим за их успехами с гордостью. А у нас новый набор и новые первоклассники.



Фото телеканала «Россия»



Специалисты называют диабет «медленным раком». Это опасное заболевание, если его не лечить.

О том, с какими осложнениями сталкиваются люди с диабетом 2-го типа, и о новых способах лечения мы поговорим с ведущим исследователем в области физиотерапии, кандидатом наук, преподавателем Государственного научного центра лазерной медицины имени О.К. Скobelкина (ГНЦЛМ) Екатериной Григорьевной Осиповой.

**КОРРЕСПОНДЕНТ.** Здравствуйте, Екатерина Григорьевна! Спасибо, что нашли время для нашего разговора. Сегодня мы хотим поговорить о важной теме — диабете 2-го типа у пожилых людей, его последствиях. А также о том, какие современные методики используют для его лечения и улучшения качества жизни таких пациентов.

**Екатерина Григорьевна.** Здравствуйте! Очень рада быть здесь и обсудить эту важную тему. Диабет 2-го типа — это на самом деле очень коварное заболевание. И страшно оно прежде всего своими последствиями. Врачи между собой нередко называют его «медленным раком».

**КОРРЕСПОНДЕНТ.** Даже так?! С какими проблемами могут столкнуться люди с диабетом 2 типа, если не лечить заболевание?

**Екатерина Григорьевна:** к сожалению, данная патология без должного контроля и лечения может иметь прогрессирующую течения. Страшно то, что диабет оказывает отрицательное воздействие на все системы организма. В первую очередь страдают сосуды. Их разрушение часто носит необратимый характер. Пациент начинает стремительно терять зрение (ангиопатия сосудов сетчатки).

#### УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ И ГОСТИ ГОРОДА МОСКВЫ!

ПРИГЛАШАЕМ ВАС ПОСЕТИТЬ НАШ МАГАЗИН МЕДИЦИНСКОЙ ТЕХНИКИ!

**АДРЕС:** м. «Пионерская»,  
ул. Малая Филёвская, д. 18  
(вход со стороны мед. анализов КДЛ)

**СКИДКА ПО ПРОМОКОДУ:**  
**ТЕЛЕК**

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРН 306730205900051. Оплата при получении. \*Акция действует с 19.11.2025 г. по 19.12.2025 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышем по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. 'ООО "Поток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Реклама.

# «НЕСЛАДКАЯ БОЛЕЗНЬ»: РЕВОЛЮЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В БОРЬБЕ С ДИАБЕТОМ 2-ГО ТИПА.

Так, по данным Федерального регистра в России на 2023 год на диспансерном учёте состоит около 5 млн. человек. Причём более 90% из них составляют больные сахарным диабетом 2-го типа. Болеваемость сахарным диабетом — самая быстрорастущая патология в мире. Считается, что к 2030 году в мире станет 643 млн больных, а к 2045 году — 783 млн человек. Цифры просто шокирующие, на самом деле. Это настоящая эпидемия. Можно ли помочь всем этим людям? К счастью, да. За последние несколько лет российская медицина продвинулась в этом вопросе очень далеко. И если подходить к лечению диабета 2-го типа грамотно, можно не только избежать страшных последствий, но и жить полноценной жизнью. Как будто у Вас и нет этой болезни.

**КОРРЕСПОНДЕНТ.** Это просто потрясающая новость.

Думаю, многим нашим читателям не терпится узнать, о каких революционных технологиях в лечении диабета идёт речь. Расскажите о них поподробнее, пожалуйста.

**Екатерина Григорьевна.** Наши специалисты по биофизике и инженеры в области высоких технологий предложили новое



Вот почему так важно своевременно выявлять заболевание и проводить необходимое лечение.

**КОРРЕСПОНДЕНТ.** Очень страшно. Кому надо особенно тщательно следить за здоровьем, кто в группе риска по заболеваемости диабетом 2-го типа?

**Екатерина Григорьевна.** Прежде всего это, конечно, люди пенсионного возраста.

Пик заболеваемости приходится примерно на 65 лет. И с каждым годом риск заболеть диабетом 2-го типа только увеличивается.

**Екатерина Григорьевна.** Аппарат лазерной терапии «РИКТА ЭСМИЛ-01» способствует восстановлению больных клеток поджелудочной железы, сосудов глаз, почек, нервов, кровеносных сосудов и сердца, т.е. всё то, что в первую очередь страдает при диабете 2-го типа. Включение применения «РИКТА ЭСМИЛ-01» в комплексное лечение осложнённых форм сахарного диабета способствует высокой результативности лечения и достижению длительной ремиссии, а значит можно будет жить полноценной жизнью и не бояться ослепнуть или стать инвалидом. Главное — держать заболевание под контролем.

**КОРРЕСПОНДЕНТ.** Какие изменения могут ожидать пациенты после начала использования аппарата?

**Екатерина Григорьевна.** Некоторые из пациентов сообщают о значительном улучшении самочувствия. Появляются энергия, желание жить, улучшается настроение. А также заметили, что уменьшаются проявления таких симптомов, как жажда и усталость. Более того, применение низкочастотного лазерного излучения может стабилизировать показатели сахара в крови. Но всё равно мерить его надо. К сожалению, полностью вылечить диабет пока невозможно. А вот жить с ним полноценной жизнью при грамотной терапии и контроле — да!

**КОРРЕСПОНДЕНТ.** Это действительно вдохновляет и вселяет надежду, что ещё не всё потеряно! Как часто нужно использовать аппарат?

**Екатерина Григорьевна.** Рекомендуется проводить процедуры курсами. Главное — регулярность и соблюдение рекомендаций. В комплекте с аппаратом «РИКТА ЭСМИЛ-01» идёт подробная инструкция.



И даже если что-то останется непонятным, всегда можно позвонить на бесплатную горячую линию по номеру 8-800-444-93-04 и получить ответы на все свои вопросы у специалиста. Одним словом, своих не бросаем.

**КОРРЕСПОНДЕНТ.** Как вы считаете: что самое важное для людей в возрасте, которые еще не начали лечение диабета?

**Екатерина Григорьевна.** Я бы посоветовала не откладывать заботу о своём здоровье на потом. Чем раньше начнётся лечение, тем больше шансов избежать осложнений. Использование аппарата «РИКТА ЭСМИЛ-01» — это не просто терапия, это возможность вернуть радость жизни. Не стоит бояться перемен — они могут привести к удивительным результатам. И Вы поймёте: жизнь на диабете не заканчивается!

**КОРРЕСПОНДЕНТ.** Екатерина Григорьевна, спасибо за ваши ценные советы и информацию. Что бы вы хотели сказать нашим читателям в заключение?

**Екатерина Григорьевна.** Дорогие читатели! Если Вы или Ваши близкие страдаете от диабета 2-го типа, не упускайте шанс изменить свою жизнь к лучшему. Аппарат «РИКТА ЭСМИЛ-01» может стать вашим надежным помощником в этой борьбе. Позвоните по номеру 8-800-444-93-04 и узнайте больше о том, как мы можем помочь вам вернуть здоровье и качество жизни. Помните: ваше здоровье — это главная ценность!

**КОРРЕСПОНДЕНТ.** Спасибо, Екатерина Григорьевна! Надеюсь, что наши читатели воспользуются вашим советом и сделают первый шаг к улучшению своего здоровья.

**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС:  
8 (800) 444-93-04**

**ТОРОПИТЕСЬ!  
200 АППАРАТОВ ПО ЗАКУПОЧНЫМ ЦЕНАМ!\***

**БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА ПО ВСЕЙ РОССИИ!**

**Prodex**

**БОЛЕЕ 10 ЛЕТ НА РЫНКЕ  
МЕДИЦИНСКОЙ ТЕХНИКИ ДЛЯ ДОМА**

**WWW.PRODEX.RU<sup>1</sup>**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Тулу называют городом оружия, самоваров и пряников.

Но с некоторых пор этот перечень расширился. Отныне Тула ассоциируется у жителей и гостей города еще и с музыкой. Потому как именно здесь второй год подряд проходит российский фестиваль «Кино и музыка», президентом которого является народная артистка России, кинорежиссер Алла Сурикова.

## День рождения отметили на сцене

«Неугомонная, озорная, юморная, талантливая, креативная» – каких только лестных слов не услышала Алла Ильинична в дни фестиваля, где отметила свой большой юбилей. На сцене! Всем доказав, что эта цифра – не про нее. Молодая, полная идей, азарта, желания жить и творить – это все Алла Ильинична! Признаться режиссеру в любви и поздравить с круглой датой в Тулу приехали Дмитрий Харатьян, Ольга Кабо, Максим Аверин, Елизавета Боярская, Сергей Никоненко, Нонна Гришаева, Дмитрий Губерниев, Игорь Христенко, Вероника Кожухарова – список этот можно продолжать... Они не только поздравили любимого режиссера, вспоминая разные байки, но и, конечно, пели. С ними – весь зал. Надо ли говорить – стоило Харатьяну запеть всенародно любимую «Не вешать нос, гардемарины!», как песню подхватили все. Прозвучавшая на церемонии открытия фестиваля, она сразу задала общий позитивный настрой. Когда Харатьян поет, хочется петь вместе с ним. И мы пели.

## На частоте 432 Гц

Музыка звучала все дни киносмотра – на мастер-классах, творческих вечерах, в конкурсных фильмах. За 6 дней киносмотра в трех конкурсных программах были представлены более 50 картин: 20 документальных, 14 игровых и 12 анимационных для детей и взрослых. Выбрать, на какую из них пойти, было непросто. Так что дать полную оценку киновинкам могло только жюри, состоящее из профессионалов,

Приз «За лучший игровой фильм» жюри присудило картине «Пророк. История Александра Пушкина» Феликса Умарова, где главный русский поэт в исполнении Юры Борисова читает рэп.

# Спасибо, музыка, тебе!



Алла Ильинична Сурикова весь вечер принимала заслуженные искренние поздравления.

отсматривающих фильмы в определенной им конкурсной программе. Было интересно услышать мнение каждого.

– Мы судили фильмы, которые посвящены музыке и музыкантам, – сказала сценарист, режиссер, председатель жюри конкурсной программы документальных фильмов Галина Евтушенко. – 20 очень разных картин, и все потрясающие. Среди них были фильмы о балете и об опере, фильмы, посвященные старинным роялям и национальным музыкальным инструментам.

Были совершенно невероятные истории, которые трогали сердце и душу, согревали нас и зрителей своими примерами – с кого делать жизнь? Так что трудно было выбрать лучшего. Но мы постара-

лись, чтобы было справедливо. И отдали свои голоса фильму режиссера Елены Жигаевой «432 Гц». Фильм о том, как в старинном городе Галич учительница музыки начала коллекционировать и восстанавливать старинные фисгармонии, которые звучат на частоте 432 Гц. И она пытается сохранить эту частоту для молодых поколений.

## «Лунтик» – лучший

Поддержал коллегу и Артём Васильев – композитор, автор музыки более чем к 50 фильмам и сериям, председатель жюри программы анимационных фильмов (к слову, получивший на фестивале Приз «За вклад в киномузыку»):

– Музыка в фильмах создает особый эмоциональный фон, колоссальным образом влияет на наше восприятие, и здесь она звучала в каждой работе. Программа состояла из разножанровых и очень неоднородных работ. По-

этому было непростой задачей правильно фильмы уравновесить и выделить те приоритеты, отметить тех авторов, которых бы нам хотелось. Надеюсь, мы справились с этой задачей, и главную награду определили фильму «Лунтик. Возвращение домой» Константина Бронзита, музыку к которому написал Михаил Чертищев. Другую картину – «Отель «Онегин» Ирины Евтеевой отметили «за самобытное освоение музыкального, звукового и художественного пространства».

## Без языка и барьеров

Порой члены жюри расходились во мнениях, но в итоге победители были определены.

– Двадцать игровых картин, представленных на конкурс, были сделаны с огромной любовью, с желанием высказаться. Но я бы хотела отметить фильм «Каруза», – высказалась свою точку зрения член жюри игрового кино, сценарист, писатель и продюсер Оксана Южанина. – Это малобюджетный проект Ивана Харатьяна. Фильм, который мы давно ждали. Тяжелое время, война, но Иван с такой любовью и светом снял эту картину, что лично я была по-хорошему удивлена. Получилась замечательная работа.

Несмотря на частное мнение Оксаны, Приз «За лучший игровой фильм» жюри присудило картине «Пророк. История Александра Пушкина» Феликса Умарова, где главный русский поэт в исполнении Юры Борисова читает рэп.

Надеюсь, мы справились с этой задачей, и главную награду определили фильму «Лунтик. Возвращение домой» Константина Бронзита, музыку к которому написал Михаил Чертищев. Другую картину – «Отель «Онегин» Ирины Евтеевой отметили «за самобытное освоение музыкального, звукового и художественного пространства».

## В подарок – белый рояль

Поскольку все мероприятия фестиваля были тематические, то есть музыкальные, здесь пели все. Запел даже ведущий церемонии закрытия, спортивный комментатор Дмитрий Губерниев, исполнивший «Марш монтажников» («Не кочегары мы, не плотники...») из кинофильма «Высота» и напомнивший, что написал эту музыку Родион Щедрин, в то время делающий первые шаги в кино. Напомнил не просто так: предки Родиона Константиновича были из Тульской губернии. Соведущая Губерниева, актриса Нонна Гришаева, также не осталась в стороне и исполнила монолог Людмилы Гурченко, которой 12 ноября исполнилось бы 90 лет.

Осталось добавить, что был еще один Приз – «За вклад в киноискусство», который был вручен самой Суриковой. И не только. Тульская земля, получившая в подарок музыкальный фестиваль, в долгую не осталась, и подарила его президенту и одновременно юбиляру белый рояль. Алла Ильинична была растрогана и в ответном слове пообещала, что на таком рояле сама будет сочинять музыку к кино. Кто знает, возможно, через год, на третьем фестивале «Кино и музыка», мы эту музыку услышим.

Наталья АНОХИНА

Ведущими церемонии закрытия фестиваля стали Нонна Гришаева и Дмитрий Губерниев.



Максим Аверин на юбилейном вечере Аллы Суриковой.



Елизавета Боярская нашла для замечательного режиссёра много теплых слов.



Один из почётных гостей фестиваля – актёр, сценарист и режиссёр Сергей Никоненко.





## Максим Аверин снова станет доктором Брагиным

В Москве подошли к концу съемки 13-го сезона многосерийной медицинской драмы «Склифосовский» (производство кинокомпании «РУССКОЕ»).

Главные роли исполняют Максим Аверин, Мария Куликова, Елена Яковлева, Андрей Ильин, Дмитрий Миллер, Ольга Павловец, Нина Усатова, Александр Сирин, Анна Якунина и другие артисты. Режиссером вновь выступает Юлия Краснова.

С момента последних событий прошел год, и в жизни любимых героев многое изменилось. Доктора Брагина (Максим Аверин) и весь коллектив «Склифа» ждет новый этап: им предстоит столкнуться не только с испытаниями на работе, но и с личными драмами, которые заставят по-новому взглянуть на себя и окружающих. Павлова (Елена Яковлева) назначена главврачом «Склифа» вместо внезапно умершего Полонского, да и отношения с Кривицким (Андрей Ильин) по-прежнему остаются напряженными. Хромову (Александр Сирин) дали шефство над двумя амбициозными ординаторами, которым предстоит пройти тот же путь, что и их старшим коллегам в молодости...

Фото телеканала «Россия»

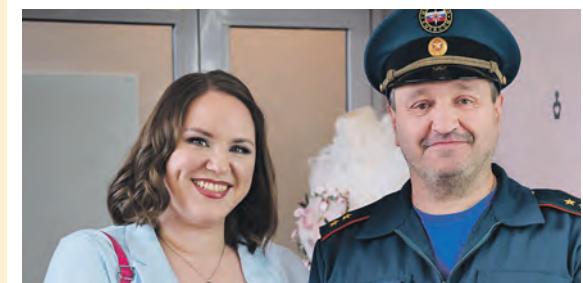
## Александр Новин сыграет следователя

На Первом канале – премьера военной детективной драмы «Враг у ворот». В ролях – Филипп Янковский, Александр Новин, Кристина Ра, Сергей Варчук, Чантурия Заза, Валентин Анциферов, Ольга Ефремова, Дмитрий Журавлев, Мария Смольникова, Александр Лырчиков, Арсений Тополага и другие артисты. Режиссером-постановщиком сериала стал Никита Грамматиков (производством сериала занималась «Студия ТРЕТИЙ РИМ» при участии Первого канала и при поддержке Института развития интернета и Правительства Москвы по заказу Иви).

Сериал рассказывает о противостоянии следователя МУРа Захара Мятова (Александр Новин) и диверсанта Павла Турсунова (Филипп Янковский).

1941 год. Следователя Захара Мятова возвращают в МУР для организации борьбы с преступниками, число которых стало расти с приближением немецких захватчиков к Москве. Герою поручают возглавить оперативную группу, чтобы расследовать цепь преступлений. В ходе следствия выясняется, что все преступления совершены группой фашистских диверсантов под руководством Павла Турсунова. Захару придется вступить в смертельную схватку с Турсуновым, чтобы предотвратить грандиозную диверсию, способную переломить ход войны.

Фото предоставлено пресс-службой Первого канала



## Ксения Корнева рассказала о своей героине

На СТС 24 ноября – премьера третьего сезона комедийного хита «Мама будет против», съемки которого проходили в Екатеринбурге. В новых сериях к своим ролям вернулись Дмитрий Брекоткин, Роман Постовалов, Ксения Корнева, Сергей Ершов, Эвелина Бледанс, Андрей Рожков, Илана Дылдина и Михаил Тарабукин.

В этот раз бывший грузчик и директор пирожковой, а ныне председатель ТСЖ Николай Батонов (Роман Постовалов) готовится к свадьбе с Наташей (Ксения Корнева). Дав формальное согласие, Тамара Игоревна (Дмитрий Брекоткин) разворачивает деятельность против этого брака. Одной из ключевых тем сезона станет подготовка к свадьбе.

– Моя героиня, конечно же, переживает, хочет, чтобы все получилось идеально, но препятствий будет много, – говорит Ксения Корнева. – Я, как девчонка, которая любит удобную одежду, читала сценарий с мыслями: «Боже мой, это же сколько времени придется провести в свадебном платье». При этом на своей свадьбе я тоже хотела бы стать принцессой...

Фото пресс-службы телеканала СТС

Подготовлено по материалам пресс-служб телеканалов, кинокомпаний, онлайн-кинотеатров, театров, концертных площадок

## КОГДА СУСТАВЫ ЗОВУТ НА ПОМОШЬ



### ДВИГАЕМСЯ БЕЗ БОЛИ

Проблемы с суставами, мышцами, спиной ограничивают активность, мешают заниматься любимыми делами. Иногда приёма обезболивающих не достаточно. Частой причиной болей в суставах являются остеоартроз и так называемые кристаллические артриты. Это обменно-дистрофические нарушения, сопровождающиеся отложением солей кальция и мочевой кислоты в ткани суставов, сухожилиях, образующие острые шипы – остеофиты, вызывающие боль. Кристаллы солей буквально разрывают ткани суставов, способствуя разрушению хряща.

Источниками избыточного кальция и холестерина являются жирные молочные продукты (творог, сыр, сметана, сливочное масло и др.). Источником мочевой кислоты служит жирное красное мясо, мясные и рыбные консервы, помидоры, щавель и др. Нарушение питания в течение многих лет приводит к «отложению солей». Если боли в суставах являются проявлением нарушенных обменных процессов, то для восстановления их не обойтись без соблюдения диеты. Следует исключить из

справоцировать обострение проблем с суставами, поясницей может охлаждение, резкая нагрузка на сустав. Травмируется нежная хрящевая ткань. Не «разогретые» мышцы ног и спины не могут надежно фиксировать сустав в правильном положении, что приводит к его травме. От этого боль, ограничение подвижности, «прострелы» в пояснице.

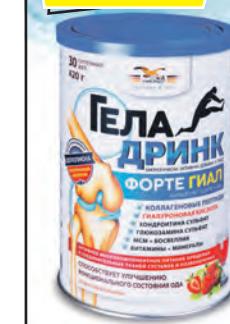
Предотвратить проблему поможет разминка для суставов, массаж области суставов с использованием крема для массажа, ограничение веса сумок, использование наколенника. Надевайте обувь с толстым, мягкой подошвой. Держите суставы в тепле. Если дискомфорт или боль в суставе и спине появилась – прекратите нагрузку, используйте согревающие или обезболивающие кремы. Их нужно запастись заранее, проконсультировавшись с врачом.



От 200 руб.

## СУСТАВЫ ЛЮБЯТ ГЕЛАДРИНК!

НОВИНКА!



### ГЕЛАДРИНК ФОРТЕ ГИАЛ

Усиленная формула Геладринк ФОРТЕ ГИАЛ дополнена гиалуроновой кислотой, которая способствует:

• сохранению упругости и эластичности хрящевых тканей,



- улучшению подвижности и гибкости суставов и позвоночника,
- увлажнению и восстановлению гладкости кожи.

Порошок (30 суточных доз).



### ГЕЛАДРИНК ФАСТ ГЕЛАДРИНК ФАСТ ЭКСТРА

Порошок, капсулы (30 суточных доз).



При активных нагрузках – активное питание суставов и позвоночника! Когда «ни согнуться, и разогнуться».

Информация по тел.: 8 (800) 30-20-561 и на сайте: [www.geladrink.ru](http://www.geladrink.ru)  
Продается в аптеках: [eapteka.ru](http://eapteka.ru) [apteka.ru](http://apteka.ru) [здравсити](http://здравсити)

СОГР: RU.77.99.88.003.R.003194.11.24; RU.77.99.19.003.E.000002.01.15; RU.77.99.11.003.E.004151.09.18. ООО «еАПТЕКА» ОГРН1147746631988. г. Москва, Фрунзенская наб., д. 42, цок. эт., пом. 1, ком. 2. Лиц. №-82-02-000978 от 09.12.2020 г. ООО «Здравити» 1127282, г. Москва, Чермянская ул., д. 2 стр. 1, эт. 8, пом. 1, ком. 9. ОГРН: 1217700264561 Лиц. №-042-01148-78/00140062 от 06.04.2022 г. АО НПК «Катрен» 630559, Новосибирская обл., р.п. Кольцово, пр-кт Академика Сандакчева, 11. ОГРН 1025403638875 Лиц. № ФС-99-02-007598 от 26.12.19 г. ООО «СОГЕР», 115280, г. Москва, ул. Ленинская Слобода, д. 9, эт. 1, пом. 37, оф. 37-2, ОГРН 5137746095966.

РЕКЛАМА. 18+

БАД.НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

«ЦИТРАЛГИН», «БИШОФИТ-ГЕЛЬ»: ПОМОЩЬ СУСТАВАМ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ  
СПРАШИВАЙТЕ ВО ВСЕХ АПТЕКАХ И ИНТЕРНЕТ-АПТЕКАХ  
Бесплатная консультация: 8 (800) 201-81-91 [www.inpharma2000.ru](http://www.inpharma2000.ru)

Косметические средства. ООО «Инфарма 2000». ОГРН: 1097746613953. 109202, г. Москва, ул. 1-я Фрязинская, д. 2/1, стр. 26. РЕКЛАМА

Фасоль относится к лучшим представителям семейства бобовых. Кулинары разделяют фасоль на зеленую (бобы) и спаржевую (или стручковую). Оба вида не только являются ценностными пищевыми продуктами, но и очень вкусны.

**С**посыбы приготовления блюд из разных видов фасоли отличаются кардинально: если спаржевую достаточно отварить в течение нескольких минут, то зеленую необходимо предварительно замачивать на несколько часов (до суток), а затем варить 1,5-2 часа. Но есть способ значительно сократить это время – использовать консервированную фасоль.

### Суп Гарбюр

Французская кухня.  
На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 137 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 2 копченых куриных окорочка ■ 3-4 картофелины ■ 300 г белокочанной капусты ■ 2 луковицы ■ 1 морковь ■ 100 г крупной белой фасоли ■ 50 г подкопченной грудинки ■ 50 г спаржевой фасоли ■ 1 лук-порей ■ 2-3 зубчика чеснока ■ 1 ст. л. топленого сала ■ 2 веточки тимьяна ■ 3-4 веточки петрушки ■ 1 стебель сельдерея ■ 1 лавровый лист ■ 2 пера зеленого лука ■ молотый черный перец ■ соль



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Фасоль залить холодной водой (3 л) на ночь, после чего откинуть на дуршлаг.
- 2 Переложить фасоль в кастрюлю, добавить грудинку, 1 очищенную луковицу и букетик гарни, варить 1 час.
- 3 Вторую луковицу и морковь нарезать кубиками, лук-порей – полукольцами, картофель и капусту – кусками, чеснок измельчить.
- 4 В сковороде разогреть жир, обжарить репчатый лук, добавить порей и чеснок, жарить еще 1 минуту, добавить морковь, жарить еще 4-5 минут, переложить в кастрюлю с фасолью, посолить, варить под крышкой 15-20 минут.
- 5 Извлечь из кастрюли веточки тимьяна, добавить капусту и картофель, варить до готовности картофеля.
- 6 Окорочка разобрать на волокна, добавить в суп вместе с зеленой фасолью, поперчить, варить еще 5 минут.

# ФАСОЛЬ

## добавь в своё меню



### Свекольный салат

Европейская кухня.  
На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 82 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 400 г свеклы
- 1 банка консервированной фасоли ■ 2 картофелины ■ 1-2 маринованных огурчика ■ 1-2 зубчика чеснока ■ 3-4 пера зеленого лука ■ небольшой пучок укропа ■ 3 ст. л. растительного масла ■ 2 ст. л. яблочного уксуса ■ 1 ч. л. дижонской горчицы ■ сахар ■ молотый черный перец ■ соль



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Свеклу и картофель тщательно вымыть, завернуть в фольгу, запечь в разогретой до 200 °C духовке до готовности, дать остывать.
- 2 Фасоль откинуть на дуршлаг, промыть.
- 3 Все овощи почистить, нарезать небольшими кубиками, чеснок и зелень измельчить.
- 4 Сделать заправку: соединить растительное масло, уксус, горчицу и сахар, взбить до однородной эмульсии.
- 5 Все ингредиенты соединить, посолить, поперчить, перемешать.

### Котлеты

Русская кухня.  
На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 151 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 300 г сухой фасоли
- 80 г тертого сыра
- 2 луковицы ■ 1 морковь
- 3 ст. л. манки ■ 1-2 зубчика чеснока ■ 3-5 веточек зелени (укроп, петрушка) ■ соль
- растительное масло
- молотый черный перец



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Фасоль залить холодной водой (3 л) на 4-8 часов, после чего откинуть на дуршлаг.
- 2 Фасоль залить 2 л холодной воды, варить до готовности; за 5-10 минут до готовности посолить.
- 3 Готовую фасоль откинуть на дуршлаг, переложить в блендер, пюрировать.
- 4 В пюре из фасоли добавить манку и 1-2 ст. л. растительного масла, перемешать, оставить на 15-20 минут.
- 5 Лук нарезать кубиками, морковь натереть на терке, чеснок и зелень измельчить.
- 6 Овощи припустить на растительном масле, добавить к фасоловой массе вместе с сыром и зеленью, перемешать.
- 7 Сформировать котлетки, жарить на масле с обеих сторон до золотистой корочки.

### Зелёная фасоль с куриным филе

Китайская кухня.  
На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 90 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 куриное филе
- 500 г спаржевой фасоли
- 1-2 зубчика чеснока
- 1-2 ст. л. соевого соуса
- 1 ст. л. кунжута
- растительное (кунжутное) масло



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Фасоль нарезать кусочками 3-4 см, положить в кипящую воду, через 3 минуты откинуть на дуршлаг и обдать ледяной водой.
- 2 Филе нарезать тонкой соломкой, залить соевым соусом, оставить на 10 минут. Чеснок измельчить.
- 3 В сковороде разогреть растительное масло, обжарить филе (3-5 минут), добавить фасоль и чеснок, жарить еще 3-4 минуты, посыпать кунжутом, влить оставшийся после маринования соевый соус, перемешать, прогреть и немедленно подавать.



### Суп с авокадо

Испанская кухня.  
На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 64 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 банка консервированной красной фасоли в т/с
- 400 г консервированных помидоров в с/с (кусочками)
- 1 крупная луковица
- 1 морковь ■ 1 авокадо
- 1 сладкий перец
- 1-2 зубчика чеснока
- небольшой пучок петрушки
- 1 ст. л. томатной пасты
- растительное (оливковое) масло ■ соус табаско
- молотый перец чили
- молотый черный перец
- соль



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Перец и авокадо нарезать небольшими кубиками, лук – мелкими кубиками, морковь натереть на терке, петрушку и чеснок измельчить.
- 2 В кастрюле с толстым дном обжарить на растительном масле лук до прозрачности, добавить морковь, перец и чеснок, посыпать молотым чили, перемешать, жарить еще 3-4 минуты, добавить томатную пасту, жарить, помешивая, еще 2-3 минуты.
- 3 Добавить в кастрюлю фасоль (вместе с соусом) и помидоры, влить 1 л горячей воды, довести до кипения,варить на небольшом огне под крышкой 20-30 минут.
- 4 Снять кастрюлю с огня, пюрировать содержимое с помощью погружного блендера.
- 5 Вернуть кастрюлю на огонь, суп посолить, поперчить, добавить авокадо и табаско, прогреть 2-3 минуты и сразу подавать; при подаче посыпать петрушкой.

#### В ресторане:

- Ваш английский завтрак, сэр!
- Так, бекон, яичница, фасоль... А где тост?
- Ваше здоровье, сэр!



## ПРОДАЙТЕ СВОЕ ЗОЛОТО ДОРОГО, ДЕНЬГИ СРАЗУ!

ФИЛИАЛЫ В КАЖДОМ ОКРУГЕ СТОЛИЦЫ  
БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД ЮВЕЛИРА К ВАМ ДОМОЙ

585-я или 583-я проба – 4 500 р. за 1 г. 750-я проба – 6 500 р. за 1 г. Монеты, серебро, стоматологические коронки – дорого

**Компания по скупке золота и ювелирных изделий «Аурум»** – одна из крупнейших столичных компаний в этом сегменте, принимающая ювелирную продукцию по государственным образцам. Ориентир на цену золотовалютной биржи, современный и точный и процесс оценки.

**Разбираем, чем это лучше ломбарда?**

**Насколько удобнее и выгоднее?**

В отличие от ломбарда, цена в скупке в разы выше. Ломбард принимает дешево и надеется заработать на том, что клиент не сможет выкупить залог. Скупка же ориентируется на фиксированную цену биржи, работает по государственным

образцам, имеет в штате профессиональных ювелиров. Ломбард не оценивает камни, в скупке же учитывают и их стоимость. Так же ломбард накладывает на вас долговые обязательства. В скупке вы сразу получаете максимальную стоимость вашего золота или ювелирных изделий, наличными или на карту, мгновенно.

**Чем скупка «Аурум» отличается от других?**

Филиалы по всей Москве. Главный офис компании расположен на ул. Петровке, недалеко от Большого театра и Высоко-Петровского монастыря. Имеет свои ювелирные магазины. Часть изделий будет

реализована в них. А за такие изделия вы получите значительно больше денег. Другие скупки примут все как лом, по весу. Кроме того, компания «Аурум» работает официально, имеет лицензию Федеральной пробирной палаты.

**Выездная скупка от компании «Аурум».**

Новый сервис для вашего удобства. Наш профессиональный ювелир (на фото именно он, согласитесь, так спокойней?) бесплатно приедет к вам домой, на работу, встретится в кафе в любое удобное для вас время. При себе имеет все необходимые инструменты, при вас произведет оценку, ответит на все ваши вопросы.



62

**ВЫЗОВ ЮВЕЛИРА 8 (800) 551-84-34 ВЫПЛАТА НА МЕСТЕ, НАЛИЧНЫЕ ИЛИ ПЕРЕВОД НА КАРТУ!**



Максимальная оценка



Выплата наличными или переводом на карту



Любые драгоценные металлы, в любом состоянии



Высокие рыночные цены



Принимаем в скупку дороже любого ломбарда



Не продавайте без нашей экспертной оценки

**Компания «АУРУМ» – Ваш надежный партнер вот уже 2 года!**

**За это время услугами компании воспользовались более 1 050 читателей газеты!**

**Выездная скупка, насколько это удобно? Спросили у читателей их историю и мнение об услуге.**

**Елена Константиновна, 65 лет**

— Компания «АУРУМ» помогла нам с мужем найти средства на срочный ремонт в квартире, за что им огромное спасибо! Дело в том, что нас год назад затопили соседи. Сначала подумали, что обойдемся косметическим ремонтом и своими накоплениями, но скоро стало понятно, что траты предстоят больше, чем мы наметили. Пришлось даже новый настяжной потолок заказывать. На соседей в суд подали, но сами знаете: дело это не быстрое... Мы пенсионеры, кредит брать на ремонт не с руки, да и не дали бы нам нужную сумму. Детей напрягать тоже не хотелось, у них самих кредит на машину не закрыт. Сели мы и стали думать, где денег взять. И тут я вспомнила, что от моей мамы и от мамы мужа нам остались в наследство золотые украшения. Лежат без дела, только место в шкатулке занимают. Вот и решили мы продать наш «золотой запас». А куда идти, к кому обращаться – не знаем, никогда с этим не сталкивались. Начали обзванивать друзей, читать объявления в газетах, искать ломбарды. Муж у меня дотошный, даже табличку составил: где какие условия предлагаются.

Остановились на компании «АУРУМ» и не пожалели ни минуты! Позвонили – и скоро к нам домой приехал специалист. Вежливый молодой человек на все вопросы моего въедливого мужа ответил, золото оценил, работал быстро и четко. И деньги заплатил действительно хорошие! Ремонт уже заканчиваем. Да еще и суд у соседей на днях выиграли, скоро потраченные деньги нам вернут. Так что очень рекомендуем: если на вас свалились финансовые трудности, обращайтесь в «АУРУМ»!

**Игорь, 48 лет**

— Дочь в этом году закончила школу. Конечно, встал вопрос о поступлении в вуз. Девочка у нас умненькая, училась хорошо, личные достижения тоже есть – поступила на бюджет в хороший институт в соседнем городе. Как мы обрадовались – словами не передать! Но тут как гром среди ясного неба: мест в общежитии всем не хватит, и как минимум весь первый курс дочке придется жить на съемной квартире. Как сейчас сдаются квартиры, сами знаете: депозит, залог, предоплата... Сумма не заоблачная, но и не такая, которую можно заплатить без напряга.

Потом-то я найду подработку, все решим, но квартира срочно нужна. Собрали семейный совет, и моя теща предложила продать её советские золотые украшения: «Все равно внучка такие носить не будет, не модные, а деньги сейчас ей очень помогут». Сказано – сделано. На работе мужики посоветовали позвонить в «АУРУМ». Все оказалось гораздо проще и быстрее, чем мы думали. Нашли в газете номер, позвонили, согласовали время. Сотрудник приехал вовремя, привез специальные приспособления, все взвесил, оценил, деньги перевел на карту. Вот бы все проблемы решались так легко!

**Светлана, 34 года**

— Вот бывает так: все одно к одному! Конец лета, вернулись из отпуска, следующая зарплата будет не скоро, да и небольшая, а тут как назло: мама в больнице попала, сыну-школьнику вся обувь стала резко мала, да еще и собаку клещ укусил... Было бы что-то одно – не проблема, выкарабкались бы как-то. Но тут хоть разорвись! Микрозаймов бояюсь, как огня, так что для меня не выход. Пошла проведать

маму, а она мне и говорит: «Помнишь, бабушка оставила тебе свои золотые украшения? Все равно ведь не носишь. Продай, и в долги влезать не придется». И как я сама не додумалась? Прибежала домой, нашла их: цепочки, несколько сережек, перстень и браслет. Сначала пошла в ломбард, но вернулась ни с чем, деньги предложили маленькие. Потом решила посмотреть объявления в интернете. Вроде предложения хорошие, но как только звонишь по указанному телефону, всплывают всякие «но», и цена оказывается ниже заявленной. «АУРУМ» был моей последней надеждой. Если бы и там не помогли, пришлось бы брать заем. К счастью, до этого не дошло! У «АУРУМ» много отделений по всей Москве, можно найти ближайшее к дому, но есть услуга вызова специалиста по телефону. Ей мы и воспользовались, чтобы не мотаться по городу с ценностями. Специалист приехал, оценил украшения, похвалил их состояние и предложил весьма приятную сумму. Хватило и маме лекарства купить, и кроссовки сыну, и счет из ветклиники оплатить. Даже на канцтовары к школе хватило. Очень рекомендую «АУРУМ»!

**Продайте золото осенью и получите бонус**



**до 30 000 руб.\***



**ВСЕ ФИЛИАЛЫ РАБОТАЮТ ДЛЯ ВАС БЕЗ ВЫХОДНЫХ С 10:00 до 20:00 • м. «Трубная», ул. Петровка, 26, стр. 2 (вход в магазин «Кристалл мечты») • м. «Аэропорт», Ленинградский пр-т, 62 • м. «ВДНХ», пр-т Мира, 146 • м. «Проспект Мира», пр-т Мира, 38 • м. «Улица 1905 года», ул. Красная Пресня, 23, корп. Б, стр. 1 (вход в магазин «М.Видео») • м. «Бауманская», ул. Бауманская, 33/2с1 • м. «Братиславская», ул. Братиславская, 12, стр. 1 • м. «Кузьминки», ул. Маршала Чуйкова, 4 • м. «Ломоносовский проспект», Мичуринский пр-т 3 • м. «Тёплый стан», Новоясеневский просп., 2Б, стр. 2 • м. «Кантемировская», Пролетарский пр-т, 23А • м. «Проспект Вернадского», пр-т Вернадского, 39 • м. «Варшавская», Варшавское ш., 87 • м. «Преображенская площадь», Большая Черкизовская ул., 3, корп. 1 • м. «Курская», ул. Земляной Вал, 27, стр. 2 • м. «Отрадное», ул. Декабристов, 21Г • м. «Таганская», ул. Нижняя Радищевская, 5 стр. 2 • м. «Домодедовская», Каширское шоссе, 106 • м. «Медведково», ул. Широкая, 14, корп. 1 • м. «Строгино», Строгинский бул., 21 • м. «Арбатская», ул. Арбат, 20 (вход в тату-салон «Дракон») • м. «Селигерская», Коровинское ш., 1А • м. «Водный стадион», Головинское ш., 4 • м. «Перово», Зеленый пр-т, 27, корп. 1 • г. Одинцово, ул. Верхне-Пролетарская, 1Б**

**ПОКАЖИТЕ ЭТО ОБЪЯВЛЕНИЕ И ПОЛУЧИТЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНО 500 руб. К ОЦЕНКЕ!\*\***

\*Предложение действует с 01.09.25 по 30.11.25 при сумме сделки от 100 000 руб. и дает дополнительный бонус в размере 5% от суммы сделки, но не более 30 000 руб. \*\*Действует при сумме сделки от 20 000 руб. РЕКЛАМА. ООО «АУРУМ», ОГРН 1207700387245, ул. Петровка, 26, стр. 2.

Шторы – настоящий фильтр нашего дома.

Они задерживают пыль, поглощают запахи и защищают от солнца, со временем теряя былую свежесть. Регулярная стирка помогает не только поддерживать чистоту, но и продлевает жизнь текстилю. Однако неправильный подход может безвозвратно испортить даже самые дорогие ткани. Как же правильно стирать шторы, чтобы они раз за разом выглядели как новые?

### Подготовка

**ШАГ 1** Перед тем как отправить гардины в стиральную машину, уделите время подготовке.

**Изучите ярлычок.** Это главная инструкция от производителя. На бирке вы найдете информацию о составе ткани, рекомендуемой температуре воды, режиме стирки и возможности отжима. Символы подскажут, можно ли использовать отбеливатель и как правильно сушить изделие.

**Удалите пыль.** Снимите шторы и тщательно вытряхните их на улице или балконе. Пропылесосьте

# Стираем шторы правильно, или как освежить интерьер, не испортив ткань



их на самой низкой мощности, используя мягкую щелевую насадку. Это предотвратит образование липкой грязной пены в машинке.

**Снимите фурнитуру.** Снимите все неприятные крючки, грузики, декоративные элементы.

Металлические детали могут порвать ткань, поцарапать барабан машинки и окислиться при контакте с водой.

**Застегните молнии и липучки.** Это убережет ткань от затяжек и повреждений во время стирки.

**ШАГ 2**

### Выбор режима и моющих средств

- Температура.** Для большинства тканей (хлопок, лен, полиэстер) подходит температура 30-40 °С. Горячая вода (выше 60 °С) может привести к усадке или потере цвета.
- Режим стирки.** Выбирайте деликатный или ручной режим. Отключите или установите на минимум отжим. Сильная центрифуга может деформировать ткань, и заломы на ней будут практически невозможно разгладить.
- Моющие средства.** Используйте жидкое средство для стирки – они лучше выполоскиваются и не оставляют разводов, в отличие от порошка. Для белых штор можно применять универсальные гели, для цветных – средства для цветных тканей. Отбеливатель используйте с крайней осторожностью и только если это разрешено на ярлыке. Для шелка и шерсти требуются специальные средства.

**ШАГ 3**

### Особые случаи

- Тюль и вуаль.** Стирайте их отдельно в мешке для стирки, используя прохладную воду и минимальные обороты отжима.
- Портреты с пропиткой.** Антильевая или огнеупорная пропитка может быть разрушена при машинной стирке. Часто такие шторы требуют только бережной химчистки.
- Шторы с подкладкой.** Подкладка и основная ткань могут иметь разный состав и давать усадку. Проверьте реакцию на небольшом участке или отдайте предпочтение химчистке.

**ШАГ 3**

### Сушка и гладка

Никогда не сушите тяжелые шторы в автоматической сушке – это гарантировано их испортит.

Аккуратно втягните влажные шторы и развесите их на плечики или сразу на карниз, чтобы они высохли естественным путем. Это поможет избежать сильных заломов. Если используете веревку, закрепите шторы прищепками в нескольких местах.

Гладьте шторы слегка влажными, с изнаночной стороны, выбрав режим утюга, соответствующий типу ткани. Для тюля и синтетики лучше использовать отпариватель – он деликатно удалит складки, не повреждая нежные волокна.

Светлана СИДОРЧУК

## ВСЕГО 12 КАПЕЛЬ «ОТОМАКСА» В ДЕНЬ СПОСОБСТВУЮТ ВОССТАНОВЛЕНИЮ КОХЛЕАРНЫХ НЕРВОВ И УЛУЧШЕНИЮ СЛУХА!

Ранее специалист по возрастной тугоухости помогала людям старшего возраста выбирать слуховой аппарат. Но в последнее время перестала советовать это устройство и рекомендует иной способ улучшения слуха. Давайте поинтересуемся, какой именно.

– Почему Вы отказались от идеи в первую очередь рекомендовать людям старшего возраста слуховой аппарат?

– Причина в моей матери. После 80 лет у нее начал резко ухудшаться слух из-за тугоухости. Она стала жаловаться на шум в ушах, трудности с распознаванием речи. Я купила ей самый дорогой слуховой аппарат. Но это устройство не смогло заменить маме ее собственный слух. Она ушла в себя, стала замкнутой. Ее слух продолжал ухудшаться. Тогда я подумала, что, может, нужно попробовать что-то другое. Известно, что тугоухость возникает по причине старения кохлеарного, то есть слухового нерва. Я стала изучать этот вопрос, искать, что может помочь.

– Расскажите об этом более подробно.

– Дело в том, что кохлеарные нервы передают слуховые импульсы от внутреннего уха в головной мозг, то есть напрямую отвечают за слух. Эти нервы содержат около 30 000 клеток, и ухудшение работы либо отмирание даже не значительной их части, которое происходит с возрастом, может привести к ухудшению слуха, проблемам с распознаванием речи, шуму в ушах. Я подумала: а что если попытаться улучшить работу кохлеарного нерва и таким обра-

зом улучшить слух. Клетки этого нерва могут восстанавливаться. Это естественный процесс самогенерации, который происходит в организме. Но в пожилом возрасте этот процесс идет гораздо медленнее, чем в молодости. Но, оказалось, что есть вещества, которые могут помочь его ускорить. Это аллантоин, D-пантенол, экстракт эмблики и серебро коллоидное. И уже есть средство с таким составом. Называется оно капли «Отомакс».

– Какой слух у Вашей мамы сейчас?

– В данный момент ее слух достигает 96% и это еще не предел. Она перестала носить слуховой аппарат, который ей не нравился, слышит нормально, не переспрашивает, не жалуется на шум в ушах. После столь удачного опыта я стала рекомендовать капли «Отомакс» многим клиентам. Ежедневно они звонят мне, чтобы поблагодарить. У



меня часто слезы наворачиваются на глаза, когда я слушаю истории: как люди мучаются со слуховым аппаратом, как они уже поставили на себе крест. Я хочу, чтобы все это осталось в прошлом.

Верно говорят, что хороший слух – это настоящее счастье. Возьмите себе в помощники капли «Отомакс», чтобы и у вас появилась возможность ощущать эту радость!

### ОБЩЕНАЦИОНАЛЬНАЯ ЗАБОТА О ПЕНСИОНЕРАХ\*

Хотите получить квоту на покупку капель «Отомакс» по 8 рублей?

Звоните по бесплатному номеру 8-800-303-05-55

Квоты действуют с 19 ноября по 17 декабря 2025 г.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ИП Добринин Дмитрий Андреевич. ИНН: 025601745183. ОГРН: 323774600210720. 115142, г. Москва, а/я 20. \*Срок проведения акции с 19 ноября по 17 декабря 2025 г. С информацией об организаторе такого мероприятия, о правилах его проведения можно узнать по телефону 8-800-303-05-55 (звонки по РФ бесплатные).

\*Доставка за счет ИП Добринин Д.А. Реклама

КОД НА КВОТУ

9274

Количество курсов  
по квотам ограничено!  
Доставка бесплатная!\*\*

Осенне-зимний период принято воспринимать как время замедления и даже некоей спячки.

Мы же предлагаем вам перенести стройность и активность. Тогда и стройность не придется откладывать до лета. А для этого понадобится следующее.

### Нормализуем режим

Для нашего организма очень важно чередовать время бодрости и сна. И чтобы это происходило примерно в одно и то же время. Недосыпы, сбившийся график бодрости не принесут, зато аппетит в течение дня разыграется с удвоенной силой – нужно же откуда-то силы брать. Плюс из-за сбившегося режима часто происходит задержка жидкости в организме, что тоже влияет на вес. Поэтому первое и очень важное на пути к стройности – привести в порядок свой режим.



### Включаем бодрость

Наше утро определяет, как пройдет день. Поэтому важно сделать время после пробуждения активным. Небольшая зарядка, растяжка, контрастный или просто теплый душ. Полноценный завтрак с белками, жирами и сложными углеводами. И обязателен свет – не приглушенный, с которым хорошо готовиться ко сну, а наоборот, яркий и заряжающий.

А вот по вечерам много света не нужно. Его избыток приводит к нарушению циркадных ритмов и менее глубокому сну.

### Используем теплое питьё

Теплое питье помогает взбодриться в течение дня. И лучше если это будут не высококалорийные напитки, а, например, имбирный чай, который добавит энергии и защитит от бактерий и вирусов. Шиповник с лимоном, цикорий, травяные чаи, ягодные морсы и согреют, и зарядят. А если вы заядлый кофеман, постараитесь пить кофе с минимальным количеством добавок (сливки, молоко, сахар) и не избегайте других напитков.

Первый день диеты. Я избавился от всей вредной еды в холодильнике. Это было очень вкусно!



### Заменяем сладости на перекусы

Если вы устали и хочется взбодриться, за сладким лучше не тянуться. Сладости если и помогут, то ненадолго: они быстро поднимут уровень сахара в крови, но заряд энергии вскоре иссякнет, и потянет ко сну. Лучше полноценно поесть. И даже если времени совсем немного, можно перекусить бутербродом с хлебом и сыром или мясом. В этом случае вы получите реальную энергию надолго.

### Вводим активность в привычку

Если нет времени и желания на спорт, танцы, йогу и другой фитнес и у вас сидячая работа, устраивайте регулярные перерывы, чтобы встать из-за стола, пройтись по офису. Полезны прогулки на свежем воздухе – не только для здоровья в целом. Чем больше вы ходите, тем крепче ваши мышцы, лучше метаболизм, меньше отеков и быстрее уходит лишний вес. Можно гулять бесцельно, а можно и деловые прогулки устраивать – эффект будет в любом случае.

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА  
ЕДИМ МЕНЬШЕ И МЕДЛЕННЕЕ



Кандидат медицинских наук, член национальной ассоциации

диетологов

и нутрициологов, вра-

диетолог НИИ Склифосов-

ского Дарья Русакова рас-

сказала, как подбирать

продукты, которые

помогут нам быть ак-

тивными и бодрыми.

– Почему одни про-

дукты добавляют

энергии, а после

других тянет в

сон?

– Уровень энергии после еды зависит от типа продуктов, размера порций, скорости приема пищи и общего состояния здоровья. Сонливость могут вызвать продукты с высоким содержанием углеводов, жиров, триптофаном и мелатонином. Для сохранения бодрости стоит употреблять белок, продукты, богатые магнием и железом, цельнозерновые продукты, источники омега-3. Большие порции и быстрый прием пищи также могут способствовать сонливости.

Татьяна МИХАЛЕВА

Фото из личного архива Дарьи Русаковой и www.shutterstock.com



СОГР № RU.77.99.22.003.E.002441.09.24 от 04.09.2024 г. Реклама



## ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

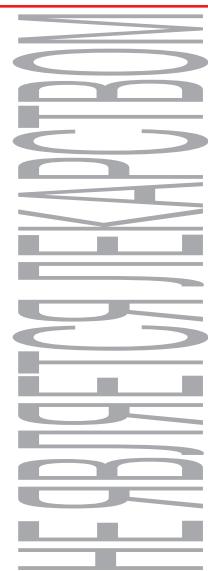
### Геленк Нарунг – источник коллагена Здоровье суставов и позвоночника

СПРАВКИ И КОНСУЛЬТАЦИИ: 8-800-333-06-07 (звонок бесплатный), Москва +7(495) 220-76-76

БАД. Производитель ПРОВИСТА, г. Ганновер, Германия. [www.provista-ag.ru](http://www.provista-ag.ru)

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

Спрашивайте в аптеках вашего города.



ЖУРНАЛ В ПРОДАЖЕ С 21 НОЯБРЯ  
Реклама 16+



Мы объединили в журнале  
все самое актуальное,  
злободневное и интересное:

- ♦ как сохранить молодость духа и тела;
- ♦ каковы причины заболеваний, диагностика, избавление от болезней;
- ♦ проверенные методы самодиагностики и разнообразные тесты на проверку здоровья;
- ♦ профессиональные советы, как действовать в экстременных ситуациях: при переломах, приступе астмы, инфаркте, инсульте и пр.;
- ♦ тематические статьи о новых достижениях в косметологии.

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ  
И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

Болит голова и немеют руки?

**В**озможно, это остеохондроз. Чувство сдавливания в груди? Возможно, это тоже остеохондроз. Болит желудок? Причина может быть та же. Затекает и ноет нога или проблемы с мочеиспусканием? И в этих недомоганиях может быть виноват остеохондроз позвоночника. Что это за многоликий недуг, который скрывается под чужими масками?

### Заглянем внутрь

В норме позвонки – это гладкие кости, разделенные между собой упругими межпозвонковыми дисками. Такая конструкция обеспечивает вертикальную амортизацию, когда прямоходящий человек делает шаг. А вот когда диски изнашиваются и истончаются, края позвонков начинают соприкасаться и теряться друг о друга. Образуются наросты, и ни о какой амортизации не может быть речи. Но самое печальное то, что позвонки начинают сдавливать кровеносные сосуды и нервные окончания. Прохождение сигналов из спинного мозга нарушается, и внутренние органы перестают корректно работать. Если остеохондроз образовался в грудном отделе, человек может столкнуться с головными болями, звоном в ушах и даже панически-



ми атаками. Повреждение позвонков грудного отдела приводит к дискомфорту в сердце, желудке, межреберной невралгии. Если же пострадал поясничный отдел, человеку становится сложно ходить, возникают проблемы с органами малого таза, становится невозможна долго сидеть и стоять. К сожалению, в современном мире не редкость, когда у человека поражаются все три отдела позвоночника.

**Ищем причины**  
Если проанализировать статистику, окажется, что остеохондроз не так уж часто возникает после травм или в результате тяжелой работы. Еще реже причиной становится аутоиммунные заболевания или наследственность. Чаще всего этот недуг постепенно развивается у людей, которые вообще лишены физической нагрузки.

Офисные работники, люди с нездоровой полнотой, ведущие малоподвижный образ жизни – вот типичный портрет пациента с диагнозом «остеохондроз». Причем за последние годы он заметно помолодел «благодаря» поголовному увлечению молодежи гаджетами, так что в зоне риска даже школьники.

Чтобы поставить диагноз, врач опрашивает пациента, поэтому важно рассказать о симптомах, которые кажутся не значительными: онемение, чувство мурашек, тянувшая боль или скованность.

Затем специалист проверит рефлексы, оценит подвижность суставов, осанку и походку. И наконец для инструментального подтверждения назначит МРТ, рентген или КТ.



КСТАТИ

### Помощь в реабилитации

Чтобы процесс восстановления проходил более качественно, важно учесть следующее.

- ✓ Использовать ортопедическую подушку и матрас средней жесткости.
- ✓ Избегать стрессов и соблюдать режим дня.
- ✓ Перейти на осознанное питание, богатое белками, витаминами и микроэлементами. В качестве союзников в восстановлении подойдут нежирное мясо, рыба, зелень, кисломолочные продукты, орехи и бобовые. При необходимости врач может назначить прием БАДов и пищевых добавок. А вот соленая, сладкая, жирная пища должны стать редкими гостями в рационе.

### Возвращаем здоровье

Не стоит рассчитывать, что болезнь, которая развивалась годами, будет побеждена с помощью волшебной таблетки или нескольких физиопроцедур. Возвращение здоровья или хотя бы стабильное облегчение – это задача на недели и месяцы, потому что предстоит научить свой организм использовать позвоночник правильно.

#### ЭТАП 1. Снятие боли и воспаления

Здесь как раз уместны медикаменты и физиопроцедуры. К сожалению, испытав облегчение, многие на этом этапе и останавливаются.

#### ЭТАП 2. Восстановление подвижности суставов и кровообращения

Главные помощники на этом этапе – лечебная физкультура и массажи (для снятия мышечного спазма и нормализации кровообмена). **ЭТАП 3. Укрепление мышечного корсета**

Пожалуй, самый важный этап в борьбе с остеохондрозом, потому что именно регулярная физическая нагрузка обеспечит правильную мышечную поддержку позвоночнику. Достаточно зарядки, упражнений на растяжку и укрепление мышц, но обязательно ежедневно!

Татьяна МИХАЛЁВА

## ПОДПИСКА на 2026 год

**ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!**  
Вы можете оформить подписку на 1-е полугодие 2026 года на издание «ТЕЛЕК Pressa.ru»



Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Подписной индекс  
**П2939**

Газета выходит 1 раз в неделю

**Стоимость подписки на 1-е полугодие 2026 года\***

на 1 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца	на 5 месяцев	на 6 месяцев
408,22 ₽	816,44 ₽	1 224,66 ₽	1 632,88 ₽	2 041,10 ₽	2 449,32 ₽

\* ВНИМАНИЕ. Подписка на газету «ТЕЛЕК Pressa.ru» осуществляется ТОЛЬКО для жителей г. Москвы и Московской области, а также Брянской, Владимирской, Ивановской, Калужской, Костромской, Рязанской, Смоленской, Тверской, Тульской и Ярославской областей.

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

**ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ** до почтового ящика  
можно также **НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА**

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



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

- Выберите город, чтобы узнать цену на подписку для данного населенного пункта.
- Выберите газету \* (по индексу – П2939 или названию – «ТЕЛЕК Pressa.ru»).
- 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 Pressa.ru»



**П2939**

«ТЕЛЕК Pressa.ru»

**ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!**

# «Если вам говорят, что помочь спине и суставам после 50 лет невозможно, знайте: это неправда!»

В последнее время воспалительное поражение суставов стало распространенным заболеванием. Чаще ему подвержены люди после 45-50 лет. Отсюда – нарушение сна, колебание артериального давления и даже развитие сердечно-сосудистых заболеваний, да и боль в суставах является самой мучительной.

Поэтому тема нашего разговора – пищевой продукт, гель из бурых морских водорослей для диетического, лечебно-профилактического питания Альгокуприн. И сегодня мы пригласили регионального куратора центра передовых технологий Татьяну Ивановну.

**Т.И.:** Вы все верно сказали. И если боль сначала была периодической, то потом она становится постоянной, может появиться и бессонница. И вы чувствуете себя так, как будто один из ваших суставов превратился в электроплитку, причем включенную на полную мощность. Сустав стал горячим на ощупь, кожа вокруг покраснела, и в этой области отмечается жжение.

А все потому, что постепенно вырастают небольшие выступы, которые называются шипами или шпорами. Они прорастают в мышцы, сухожилия, связки, вызывая их раздражение или воспаление. А ведь болеть, отекать, распухать, краснеть и даже уставать суставы не должны никогда и ни при каких обстоятельствах. Спisyвать эти явления на повышенную нагрузку и тем более возраст наивно. Хотя, конечно, с возрастом,

особенно после 45-50 лет, работа гормональной системы ослабевает, баланс сдвигается в сторону разрушения. В результате запас питательных веществ, данных от рождения, исчерпан. Соответственно, разрушение идет, а восстановления нет, не из чего восстанавливаться.

**Вед.:** Согласитесь, с проблемами суставов сталкиваются прежде всего люди пожилого возраста. что же можно предложить человеку, у которого уже имеются возрастные изменения в суставах? Ведь все-таки возможно приостановить дальнейшее развитие заболеваний опорно-двигательного аппарата.

**Вед.:** И все-таки считается, что суставной хрящ нельзя восстановить без помощи особых веществ. Входят ли эти вещества в Альгокуприн?

**Т.И.:** Да, в Альгокуприн входит медь в органически связанный, биодоступной форме. Медь необходима для нормального образования белков соединительной ткани: эластина и коллагена, это жизненно важный микроэлемент, участвующий вместе с различными ферментами в обмене железа, синтезе коллагена и меланина. В результате суставы становятся подвижнее, человек может снова свободно передвигаться, а это радость.

**Вед.:** то есть идет воздействие на основные причины возникновения проблемы.

**Т.И.:** Все верно, компоненты геля предотвращают разрушение и способствуют восстановлению суставной сумки, хрящевой и костной тканей, увеличивают количество синовиальной внутрисуставной жидкости. В результате всего этого исчезает припухлость и, самое главное, улучшается подвижность суставов. Кроме того, некоторые действующие вещества, которые

входят в состав Альгокуприна, способны оказывать сосудоукрепляющий эффект, улучшают микроциркуляцию крови и питание ткани, обменные процессы, а также могут способствовать снятию отеков.

**Вед.:** А за счет чего происходит действие Альгокуприна?

**Т.И.:** В первую очередь за счет того, что Альгокуприн содержит все необходимые нашему организму натуральные активные компоненты, которые оказывают положительное влияние на метаболизм клеток суставного хряща и костей. то есть Альгокуприн



горячей на ощупь. Перепробовала много средств, хотя, конечно, может, это возраст».

**Т.И.:** вы знаете, самое ужасное, что для многих людей такое состояние уже вошло в норму и на него не обращают должного внимания. А напрасно, нужно заботиться о своем здоровье и не списывать проблемы на возраст. Ведь боль в спине или в шейно-воротниковой зоне может быть симптомом опасных заболеваний. Чаще всего боль в спине вызывает остеохондроз позвоночника. Ошибочно недооценивать остеохондроз, ведь при этом заболевании страдает весь организм, страдают практически все органы. Я объясню. В каждом позвонке

проходят сосуды, питающие головной мозг, а также корешки нервов, которые и нервируют почти все внутренние органы человека. Теперь представьте, что при остеохондрозе эти важнейшие сосуды и нервы вовлекаются в спаечный процесс, который возникает в межпозвоночном диске. И в итоге за счет этого нарушается нормальная работа внутренних органов. Появляются боли, спазмы, головокружение, головные боли, хроническая усталость, сонливость. Действующие вещества геля Альгокуприн могут оказывать благоприятное воздействие на рассасывание спаек в межпозвоночном диске, освобождение сосудов и нервных корешков, а это действительно важно, согласитесь. Конечно же, следует проводить не только местное воздействие, направленное на какой-то один сустав, но и общее, которое может способствовать снижению воспаления суставов всего организма. Действующие вещества Альгокуприна дают возможность нашему организму мобилизовать силы и поддержать структуру хряща.

содержит весь спектр коллагеновых пептидов, олигопептидов и аминокислот, оказывающих биогенное воздействие на клетки всех элементов опорно-двигательного аппарата человека. Запускаются естественные процессы предотвращения разрушения, восстановления суставной сумки, хрящевой и костной тканей. Компоненты Альгокуприна могут положительно сказываться на укреплении иммунной системы и, как я уже говорила, на нормализации состава и вязкости внутрисуставной жидкости, стимуляции выработки физиологического типа коллагена. А в основе этого коллагена находятся все структурные компоненты, необходимые для нашего организма. А мы знаем, что именно они и обеспечивают укрепление соединительной и хрящевой тканей. Если вы столкнулись с проблемой суставов, обратите внимание на Альгокуприн.

**Вед.:** из письма жительницы Красноярска Ольги Викторовны: «В последнее время у меня появились боли и припухлости в области шеи, к вечеру она даже становится



www.vita-li.com

Кто хочет реально помочь себе или своим близким, звоните по телефону 8-800-777-89-40. Вы можете заказать Альгокуприн и получить подробную консультацию по его приему. Звоните! И будьте здоровы!

**Осенняя акция!!!**  
При покупке пробного курса – гарантированный подарок! \*

Сроки проведения акции с 19.11.2025 г. по 30.11.25 г.  
Количество подарков ограничено. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по тел.: 8 (800) 234-29-24



Звоните и заказывайте курс для себя и своих близких.

**8 (800) 234-29-24, 8 (800) 777-89-40**

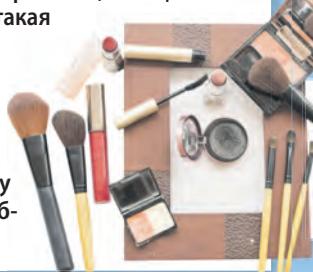
Бесплатная консультация специалистов, а также бесплатная адресная доставка.

# Как сберечь МАКИЯЖ в холода

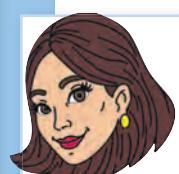
И снова собрались наши старые знакомые – бизнесвумен Галина Сергеевна, учительница Анна Адамовна, домохозяйка Верочка и девушка на выданье Машенька – за чашечкой чая. Тема для обсуждения была самой животрепещущей: как сохранить макияж в холодное время года.

**1** – Девочки, я предлагаю по- говорить об осенне-зимнем макияже. Вернее, о том, как сохранить его в первозданном виде. Ведь постоянно одно и то же: дома красишься, стараешься, подбираешь красивые тона, а выйдешь на улицу – и первым же дождем все смыво. Тушь потекла, стрелки расплылись, румяна на подбородке...

Одно расстройство, в общем. Я уверена, такая проблема не только у меня, поэтому давайте эту тему сегодня обсудим.



**2** – Я согласна, тема действительно острая и очень актуальная. Повышенная влажность даже в отсутствие дождя способна испортить макияж в считанные минуты. И это очень обидно, ведь я, например, всегда накладываю макияж максимально тщательно. Поэтому начинаю я всегда с очищения кожи – ровно и красиво декоративная косметика ложится только на чистую кожу. Для очищения я использую нежную пенку, но подойдет и хороший тоник.



**3** – А после очищения кожу необходимо хорошо увлажнить. Увлажнение – это гарантия того, что кожа не пересохнет и не будет шелушиться. Кроме того, на хорошо увлажненной коже тональный продукт выглядит очень красиво, лицо сияет. Лучше всего перед увлажняющим кремом нанести подходящую вашей коже сыворотку. Дело в том, что сыворотка проникает в глубокие слои и способствует сохранению эффекта увлажненного лица до 24 часов.



**6** – Кстати! Если нам надо сохранить макияж как можно дольше, под все пудровые текстуры необходимы кремовые подложки. Это касается не только пудры, но и румян, и теней, и даже подводки. Только кремовая подложка способна обеспечить стойкость пудровой текстуре, в натуральном виде она долго не живет.



## Кстати

Чтобы при наступлении холодов, сохранить естественное сияние кожи и не выглядеть уставшей, стоит подстроить косметику и оттенки под холода.

Зашитить кожу от внешних раздражителей помогут:

- увлажняющие сыворотки и кремы с витамином Е, гиалуроновой кислотой и маслами;
- увлажняющие праймеры, которые выровняют текстуру кожи и создадут защитный слой;
- тональный крем с увлажняющими свойствами (с матирующим эффектом отложим до лета);
- средства с SPF (выбирайте крем с SPF 15-30, что обеспечит базовую защиту). Состав кремов должен соответствовать вашему типу кожи, чтобы избежать жирности, сухости или раздражения.



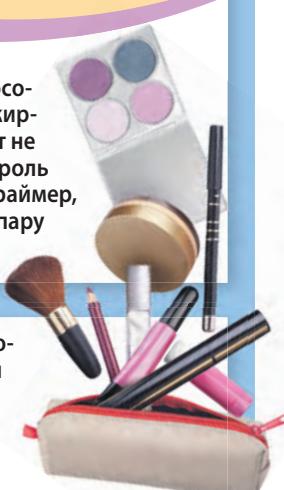
**4** – Мне кажется, очень важно перед тональным продуктом нанести на кожу праймер, особенно если кожа проблемная или жирная. Именно праймер обеспечивает не только ровное покрытие, но и контроль выработки кожного сала. Нанеся праймер, можно не беспокоиться, что через пару часов лицо вдруг заблестит.



**7** – Между прочим, обратное тоже, как ни странно, верно: стойкость кремовой текстуре обеспечивает пудровое покрытие, как уже упомянула Анна Адамовна. И это касается не только тональной основы, но и других продуктов. Даже гелевую подводку для глаз лучше закрепить черными тенями.



**5** – Девочки, вот, наконец, мы добрались до тональной основы. Для сохранения макияжа и защиты кожи от внешних факторов нужно выбирать тональники с более плотной текстурой. Плотные тональники не плывут от влажности и вообще хорошо лежат на коже. Сверху тональную основу нужно как бы закрепить сухим продуктом – рассыпчатой пудрой.



**8** – И конечно, в условиях повышенной влажности нужно максимально использовать водостойкие продукты – туши, подводки, карандаши, – которым не страшны ни дождь, ни снег. И не стоит их бояться, ведь сегодня существует множество прекрасных средств для снятия водостойкого макияжа. А в идеале стоит закреплять макияж специальным фиксирующим спреем, который «запечатает» всю вашу красоту прочно и надолго.



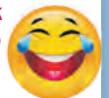
**9** – Ну и маленькие хитрости: брови лучше уложить прозрачным гелем, а помаду выбирать стойкую или матовую – они дольше держатся на губах. И самое главное – не трогать лицо! Ведь самый большой вред макияжу мы наносим сами, то и дело прикасаясь к лицу руками. С этой привычкой необходимо нещадно бороться. И тогда нашей красоте ничто не помешает сиять весь день.



**10** – Девочки, а давайте правила запишем для сохранения красоты. Я записываю, а вы добавляйте:

- регулярно проводим ревизию в косметичке;
- уход за кожей лица, тела и рук делаем регулярно: очищение, тонизация, увлажнение, защита;
- не трогаем лицо руками;
- стремимся постепенно к стандарту потребления воды – 30 мл на 1 кг тела;
- не умываемся горячей водой;
- используем гигиеническую помаду на ночь;
- круглый год пользуемся кремами с SPF (Sun Protection Factor, что в переводе с английского означает «фактор защиты от солнца»);
- делаем зарядку, телефон держим на уровне глаз;
- и самое главное, любим себя красивой в зеркале!

– Я вчера чуть с женой не развелась.  
– А почему «чуть»?  
– Мы поссорились, она сказала, что уходит, но перед уходом так долго наносила макияж, что забыла, куда собралась...



Машенька,  
девушка на выданье

Верочка,  
домохозяйка

Анна  
Адамовна,  
учительница

Галина  
Сергеевна,  
бизнесвумен

Рождеству Христо-  
ву предшествует  
40-дневный Рожде-  
ственский пост. Он  
длится с 28 ноября  
по 6 января (по  
новому стилю).

**Н**а время по-  
ста выпадает  
двенадцатый  
праздник – Введение  
во храм Пресвятой Богородицы.

Всякий пост нам нужен, чтобы укрепиться в вере своей, учиться преодолевать искушение, творить добро и расти духовно. На протяжении веков в Церкви сформировалась очень интересная практика – самые важные дни церковного календаря так или иначе предваряются постом. Не является исключением и Рождество – этому празднику предшествует сорокадневный период.

### 3 правила во время поста

**1** Пост – это период подготовки к очень важному. Можно найти много примеров того, как к судьбоносным и решающим событиям в своей жизни глубоко верующие готовились через особое внимание к молитве, через различные самоограничения, в том числе в еде и веселье. Пост есть послушание Церкви. И для каждого православного христианина традиционна подготовка постом к значимым событиям. Радость Рождества и поста, который ведет к нему, – это радость встречи с Христом.

**2** Время поста дано для покаяния, исправления и очищения, повышенного внимания к своему внутреннему миру. Человек призван преодолеть личные страсти и пустую суету, распахнуть свою душу для света Божьего, укрепиться в вере своей.

**3** Еще от одной ошибки во время поста предостерегают святые отцы. Святитель Василий Великий наставлял: «Берегись измерять пост простым воздержанием от пищи». Есть еще одна сторона поста – это жертва Богу. Она может иметь разные формы. Например, искренние занятия благотворительностью, делами милосердия.

# Рождественский пост

По православной традиции 28 ноября 2025 года начинается 40-дневный пост, который завершится 6 января 2026 года. Его цель – духовное очищение человека от страстей и грехов и подготовка к празднику Рождества Христова. Рождественский пост очень древний. Его установление восходит к первым векам христиан-

ства – о нем было известно уже в начале IV столетия. Раньше его называли Филипповым постом, потому что начинался он в день памяти апостола Филиппа (28 ноября по новому стилю). И поскольку пост длится 40 дней, он так же, как и Великий, называется Четыредесятницей.

Питание во время Рождественского поста по монастырскому уставу Церковный устав (Типикон) предписывает:

- во все дни поста воздержание от мяса, яиц, молочных продуктов;
- 4 декабря и 20 декабря, во время празднования Введения во храм Пресвятой Богородицы и в день памяти святителя Николая, разрешена рыба;
- со 2 января по 6 января, в дни предпразднства Рождества, исключается из рациона рыба, пища с растительным маслом разрешена только в сб. и вс.;
- в сочельник (ночь с 6 на 7 января) – строгий пост до появления первой звезды, а после едят сочivo – варенные в меду зерна пшеницы или риса с изюмом или сухофруктами.

### ВАЖНО!

Указания на правила постного питания даны для строгого монастырского устава исключительно для того, чтобы в дни поста дать представление о том или ином дне недели. Мирянам лучше согласовать меру своего поста со священником.

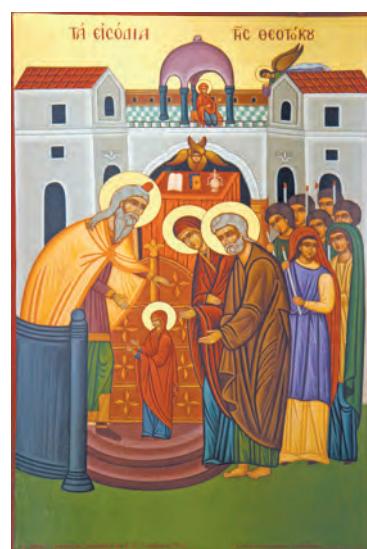
НОЯБРЬ	ПН	1	8	15	22	29	ПН	5
	ВТ	2	9	16	23	30		6
ДЕКАБРЬ	СР	3	10	17	24	31	СР	Рождество Христово
	ЧТ	4	11	18	25			7
ВС	ПТ	28					ЧТ	1
	СБ	29						2
ВС	ПТ	30					ПТ	3
	СБ							4
ЯНВАРЬ	ВС	7	14	21	28		ВС	
	СБ	6	13	20	27			

### УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ

4 декабря – Введение во храм Пресвятой Богородицы  
19 декабря – День памяти святителя Николая Чудотворца  
7 января – Рождество Христово

дни постные		пища сырая без масла
дни строгого поста		пища горячая без масла
разрешение на растительное масло		разрешение на растительное масло

# Праздник Введения во храм Богородицы



чистой Отроковице, единственной дочери их, предуготован Богом какой-то необыкновенный путь, путь гораздо более высокий, чем обычный путь людей».

**О** чудесных событиях этого времени, произошедших в Назарете Галилейском, повествует Церковное Предание. Благочестивая супружеская пара, Иоаким и Анна, до старости были бездетны, но молились о рождении ребенка. Супруги дали обет, что если дитя родится, то они посвятят его Богу. Произошло настоящее чудо, у престарелых родителей родилась дочь. Когда Марии исполнилось три года, родители отправились с Ней в храм в Иерусалиме выполнять обещанное.

**В** Иерусалимском храме трехлетнее Дитя самостоятельно преодолевает все 15 ступенек, где Ее встречает первосвященник Захария, будущий отец святого Иоанна Предтечи (Крестителя). По особому Божиему промышлению, Захарий ввел Отроковицу Марию в Святая Святых – куда был вхождение только он раз в году с очистительной жертвой.

Это стало еще одним чудесным событием.

**А** рхимандрит Иоанн (Крестьянкин) в «Слове на праздник Введения во храм Пресвятой Богородицы» отметил важность события: «Почему праздник стал двунадесятым?

Да потому, что Введение во храм Пресвятой Девы стало необходимым звеном спасительного Божия промышления о мире. Это событие положило конец многовековому отчуждению человека от Бога и пребыванию его под рабством греху».



Подготовила Светлана ИВАНОВА.  
Редакция благодарит о. Дионисия Киндухина  
за помощь в подготовке материала



РЕН	ТНТ	3	ТВ-3	ЧЕ!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 <b>14.00 «Невероятно интересные истории».</b> (16+)	 <b>21.00 «ЖУКИ».</b> (16+)	 <b>01.30 Кадони шоу.</b> (16+)	 <b>00.00 Опасные связи.</b> (18+)	 <b>06.00 «СОЛДАТЫ-17».</b> (16+)	 <b>06.00, 14.55 «Тайны звёзд спорта».</b> (12+)	 <b>06.30 05.20 По делам несовершеннолетних.</b> (16+)	
<b>05.00 18.00 00.20 04.25 «Самые шокирующие гипотезы».</b> (16+)	<b>07.00 «Однажды в России».</b> (16+)	<b>06.00 «Мультифильмы».</b> (0+)	<b>08.00 «Леди Баг и Супер-Кот».</b> (6+)	<b>08.00 Уётное видео.</b> (16+)	<b>06.30, 09.00, 12.55, 15.25, 03.55 Новости</b>	<b>07.25 04.30 Давай разведёмся!</b> (16+)	
<b>06.00 «С бодрым утром!»</b> (16+)	<b>09.00 «Звёзды в джунглях».</b> (16+)	<b>08.30 «Слепая».</b> (16+)	<b>09.30 Гадалка.</b> (16+)	<b>13.00 Решала.</b> (16+)	<b>07.05, 11.30, 18.50, 22.00, 01.00 Все на Матч! Пр.т.</b>	<b>08.25 Тест на отцовство.</b> (16+)	
<b>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости».</b> (16+)	<b>12.00 «ИНТЕРНЫ».</b> (16+)	<b>15.30 «Слепая».</b> (16+)	<b>18.00 «НЕВСКИЙ. ПРОВЕРКА НА ПРОЧНОСТЬ».</b> (16+)	<b>13.00 Культовый проект телеканала «ЧЕ!». Ведущий - Влад Чижов помогает жертвам мошенников раскрыть обман, найти тех, кто за ним стоит, и вернуть украденные средства. Каждый выпуск помогает зрителям учиться на чужих ошибках и показывает, что делать, если ты столкнулся с обманщиком в реальной жизни.</b>	<b>12.35 13.00 14.25 15.30 16.55 19.15 20.00 Найди по ID.</b> (16+)	<b>12.35 13.00 14.25 15.30 16.55 19.15 20.00 Проверим все.</b> (16+)	<b>14.10 19.00 23.30 «Понять. Простить».</b> (16+)
<b>09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко.</b> (16+)	<b>19.00 Вася и Аленка собираются на вечеринку в стиле «Великий Гэтсби», но Вася теряет удостоверение и кошелек, гоняясь за вором по городу. Он находит преступника и спасает костюм, а на вечеринке Аленка защищает его от насмешек друзей.</b>	<b>21.00 «ЖУКИ».</b> (16+)	<b>23.15 «ПРОГУЛКА СРЕДИ МОГИЛ».</b> (18+)	<b>23.15 США, 2014 г. Нью-Йорк на пороге 2000-х. Отставной коп Мэттю Скаддер занимается частной и нелегальной детективной практикой...</b>	<b>22.00 00.00 02.30 04.00 04.40 Опасные связи.</b> (18+)	<b>22.00 00.00 02.30 04.00 04.40 Уётное видео.</b> (16+)	<b>14.45 19.00 23.30 «ЗАБЫТЫЙ РЕЦЕПТ ЛЮБВИ».</b> (16+)
<b>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым».</b> (16+)	<b>21.00 «ЖУКИ».</b> (16+)	<b>23.15 «ПРОГУЛКА СРЕДИ МОГИЛ».</b> (18+)	<b>01.30 Кадони шоу.</b> (16+)	<b>01.30 Кадони шоу.</b> (16+)	<b>12.35 13.00 14.25 15.30 16.55 19.15 20.00 Найди по ID.</b> (16+)	<b>00.35 01.30 01.55 «Понять. Простить».</b> (16+)	
<b>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112.</b> (16+)	<b>23.00 «ЛОТЕРЕЯ».</b> (16+)	<b>02.15 «БАРСЫ».</b> (16+)	<b>02.15 Экстра такси.</b> (16+)	<b>02.15 «БАРСЫ».</b> (16+)	<b>22.00 00.00 02.30 04.00 04.40 Проверим все.</b> (16+)	<b>01.30 01.55 «Знахарка».</b> (16+)	
<b>13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным».</b> (16+)	<b>01.05 «ДОСТАТЬ НОЖИ».</b> (16+)	<b>05.00 «Утро ТНТ»-2025.</b> (16+)	<b>05.45 «Мультифильмы».</b> (0+)	<b>05.45 «Мультифильмы».</b> (0+)	<b>04.00 04.40 Уётное видео.</b> (16+)	<b>01.55 «Верну любимого».</b> (16+)	
<b>14.00 «Невероятно интересные истории».</b> (16+)	<b>03.10 «Однажды в России».</b> (16+)	<b>05.50 «ИНТЕРНЫ».</b> (16+)		<b>04.40 «СОЛДАТЫ-17».</b> (16+)	<b>04.00 Уётное видео. Лучшее.</b> (16+)	<b>02.25 02.50 «Голоса ушедших душ».</b> (16+)	
<b>15.00 «Засекреченные списки».</b> (16+)					<b>04.00 «Новак Джокович. Только победа».</b> (12+)	<b>02.50 Тест на отцовство.</b> (16+)	
<b>17.00 01.15 «Тайны Чапман».</b> (16+)							
<b>20.00 «ПЕРЕВОЗЧИК-3».</b> (16+)							
<b>22.00 23.30 «ОПАСНЫЙ СВИДЕТЕЛЬ».</b> (16+)							

Вырежьте этот купон и получите до 5000 к оценке



г. Лобня, Ленина, 3А, этаж 1

г. Подольск, Вокзальная площадь, 4, стр. 1

Gold Garant

gg585.ru

г. Москва, ул. Арбат, 54/2, стр. 6

г. Москва, ул. Тверская, 17

г. Москва, Земляной Вал, 27 / стр. 1

г. Москва, ул. Профсоюзная, 1/24

## НЕ СПЕШИТЕ ПРОДАВАТЬ ЗОЛОТО НЕ ОЦЕНИВ У НАС

Бесплатная выездная оценка  
Весы ГОСТ\*  
До 10 000 рублей за грамм



+7 (499) 455-85-08

РЕКЛАМА ООО «ГАРАНТ», ИНН/КПП 9718264990/771801001, ОГРН 1247700549580  
Юридический адрес: 107564, г. Москва, вн.тер.г. Муниципальный Округ Богородское,  
ул. Краснобогатырская, д. 38 стр. 2, помещ. 5М. Лицензия: №Л023-00119-77/01377167 от 05.09.2024 г.

\*ГОСТР 53228-2008

\*\*\*

В овощном отделе магазина.

Покупатель:

- Это генно-модифицированная морковь?

Продавец:

- Нет, а почему вы спрашиваете?

Морковь:

- Да, почему вы спрашиваете?

\*\*\*

Жена обиженно говорит мужу:

- Дорогой! Почему, когда ты за мной ухаживал, часто дарил мне цветы, подарки, а с тех пор, как мы поженились, всё это прекратилось?  
- Дорогая! Где ты видела рыбака, который насаживает наживку после того, как рыба поймана?



## КОМПЬЮТЕРНЫЙ МАСТЕР

### НИКИТА

ПЕНСИОНЕРАМ  
СКИДКА 30%



РЕКЛАМА РАБОТАЮ ЕЖЕДНЕВНО С 9.00 ДО 22.00 БЕЗ ВЫХОДНЫХ

- Удаление вирусов
- Установка Windows
- Ремонт ноутбуков и ПК
- Настройка сети Wi-Fi
- Консультации, обучение
- Модернизация ПК
- Настройка телевизоров
- Smart TV, ТВ-приставок

8 (964) 510-69-46

## ПЕНСИОНЕРАМ! 26 ноября



“7 ШАГОВ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЗАКЛЮЧЕНИИ ДОГОВОРА РЕНТЫ”  
Лекция на Дне открытых дверей в «Жилсоцгарантии», а также встреча с пенсионерами, которые уже заключили договор

Жилсоцгарантия является непосредственным плательщиком ренты\*  
Записывайтесь заранее!

8 (495) 626 45 55

\*ООО "Жилсоцгарантия" ИНН 7701090069, ОГРН 1157746172220

Реклама

## КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ.  
ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 07.15 Мультфильмы.  
(0+, 16+)  
08.40 «ДОРОГА ЕЛЕНА СЕРГЕЕВНА». (16+)  
10.20 «ПОДРАНКИ». (16+)  
12.00 «КАМЫШОВЫЙ РАЙ». (18+)  
13.40 «МУЖИКИ!» (16+)  
15.25 «КИН-ДЗА-ДЗА!» (16+)  
17.50 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-2». (16+)  
19.30 «ЗОЛОТОЙ ТЕЛЁНОК». (16+)  
22.40 «СТАРИКИ-РАЗБОРНИКИ». (16+)  
00.15 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (16+)  
01.35 «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ». (16+)  
03.05 «ОТВЕТНЫЙ ХОД». (16+)  
04.25 «ОДИНОЧНОЕ ПЛАВАНИЕ». (16+)  
05.55 «АКВАЛАНГИ НА ДНЕ». (16+)

VIJU TV1000 VIJU TV1000

VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

VIJU TV1000 VIJU TV1000 ACTION

- 06.00 «ЭЛЬДОРАДО: В ПОИСКАХ ХРАМА СОЛНЦА». (16+)  
07.35 «ЭЛЬДОРАДО: ДОРОГА К ЗОЛОТОМУ ГОРОДУ». (16+)  
09.15, 11.00 «УБИЙСТВА В...» (16+)  
12.45 «ГОЛУБАЯ БЕЗДНА». (16+)  
15.45 «НЕВЕЗУЧИЕ». (16+)  
17.15 «СОБОЮ ОПАСНА». (16+)  
Комедийный боевик, США, 2015 г.  
20.45 «ЯНЬКИЯ». (16+)  
Комедия, США, 1994 г.  
22.30, 00.10 «УБИЙСТВА В...» (16+)  
01.50 «ДЕЛО ХРАБРЫХ». (16+)  
Боевик, США, 2017 г.  
04.00, 04.45 «ДОРОГИ ИНДИИ». (16+)  
04.10 Мультфильмы. (6+)

ИЛЛЮЗИОН+

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

КИНОКОМЕДИЯ

ДОМ КИНО

- 00.55 «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ». (16+)  
02.45 «ИГРА В ИМИТАЦИЮ». (16+)  
04.30 «ГЕНИЙ». (16+)  
06.00 «АФЕРИСТ». (16+)  
07.35, 23.15 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)  
09.00 «КТО УБИЛ BLACKBERRY». (16+)  
10.50 «ИСКАТЕЛЬ ВОДЫ». (16+)  
12.35 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)  
13.55 «САБРИНА». (16+)  
15.55 «ПРИГЛАШЕНИЕ КУБИСТВУ». (16+)  
17.20 «КИНОЗВЕЗДА В ПОГОНАХ». (16+)  
18.55 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)  
20.30 «УИКЕНД С БАТЕЙ». (16+)  
21.50 «БОЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)

РУССКИЙ РОМАН

СИНЕМА

РОДНОЕ КИНО

РЕПРО

- 07.05 «ВСЕ О ЕГО БЫВШЕЙ». (16+)  
08.55 «ХОЛМЫ И РАВНИНЫ». (16+)  
10.40 «ВЕТЕР В ЛИЦО». (16+)  
2014 г. В ролях: Алина Ланнина, Илья Соколовский, Екатерина Волкова  
14.05 «ВСЕ КЛУЧШЕМУ». (16+)  
2015 г. В ролях: Ольга Филиппова, Константин Соловьев  
17.25 «ВСЕ КЛУЧШЕМУ-2». (16+)  
21.00 «НА РАССВЕТЕ». (16+)  
2018 г. В ролях: Анна Старшенбаум, Тимофей Карапетов, Вячеслав Крикунов, Мария Малиновская, Александр Макогон  
00.30 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)  
03.50 «ВСЕ КЛУЧШЕМУ». (16+)

суббота! СУББОТА!

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

СТС LOVE

ТВ21

- 05.00, 04.30 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машинки Песенки», «Машинки сказки», «Машинки страшки», «Маша и Медведь. Футбольный выпуск», «Маша и Медведь. 12 месяцев», «Маша и Медведь. Анимашки», «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильмы. (6+)  
19.10, 20.10 «КЛОН». (16+)  
21.00 Богиня шопинга. (16+)  
22.00 На ногтях. (16+)  
23.10, 23.40 «ДИКАЯ РОЗА». (16+)  
00.05 (суббота News 2025. (16+)  
00.10, 01.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ ВСЕГДА». (16+)  
01.50, 02.30 «КАРМЕЛИТА». (16+)  
03.15 «Буба». Мультсериал. (0+)

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)

10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)

12.00, 20.00 «КАК ВЫЙТИ ЗА МУЖА ЗА МИЛЛИОНЕРА». (16+)

13.00, 21.00, 05.00 «АКТЕР». (18+)

14.00, 22.00, 06.00 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)

15.00, 23.00, 07.00 «ДВОЕ ИЗ ЛАРЦА-2». (18+)

04.00 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (16+)

Сериал. Комедия, мелодрама, Россия, 2013 г. В ролях: Любовь Толкалова, Дмитрий Марьянов, Людмила Чурсина, Павел Прилучный, Сергей Чирков, Виктор Дроников

16.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)

23.00 «МЕТОД ЛАВРОВОЙ-2». (16+)

01.35 «МАРГОША». (16+)

03.50 Даёшь молодёжь! (16+)

04.05 «БЛОНДИНКА ПОД ПРИЦЕПОМ». (16+)

04.05 «ОБЛЕПИХОВОЕ ЛЕТО». (16+)

05.30 «ОБЛЕПИХОВОЕ ЛЕТО». (16+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

ПОБЕДА

ПЯТНИЦА

Ю

- 05.00, 06.15, 10.20 «В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА». (16+)  
07.45 «МАЛЫШ КИД». (16+)  
09.20 «БАНДИТКИ». (16+)  
10.55 «МОЯ ЖЕНА - КИЛЛЕР». (16+)  
05.30 «Простоквашино», «Царевны», «Смешарики», «Три кота». Мультсериалы. (6+)  
12.30 «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)  
13.55 «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА». (16+)  
15.25 «ШПИОН, КОТОРЫЙ МЕНЯ КИНУЛ». (16+)  
17.20 «АПГРЕЙД». (16+)  
19.00 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)  
21.00 «ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ». (16+)  
22.55 «ОГРАБЛЕНИЕ ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)  
00.45 «СВЯТЫЙ ТУТ НЕ МЕСТО». (16+)  
02.15 «ПОЕЗД НА ЮМУ». (16+)  
04.05 «БАНДИТКИ ПЕТЕРБУРГ БАРОН». (16+)  
05.00 «БАНДИТКИ». (16+)
- 04.05 «Путь к Победе». (16+)  
05.05 «ЧЕМПИОН МИРА». (16+)  
07.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)  
09.30 «БАЛАБОЛ». (16+)  
13.30 «СНАЙПЕР. ОФИЦЕР СМЕРШ». (16+)  
16.50 «СНАЙПЕР. ОРУЖИЕ ВОЗМЕДИЯ». (16+)  
17.30 Понять. Простить. (16+)  
13.15 Мировое соглашение. (16+)  
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)  
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)  
16.15, 18.20 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)  
18.00 Вместе каждый день (16+)  
18.40 Дела судебные. Деньги верните! (16+)  
20.30 Миллион за 5 минут. (16+)  
21.55 «Игра в кино» с Оскаром Кучерой. (16+)  
22.35 «ЖИТЬ СНАЧАЛА». (16+)  
02.10 Первый Евразийский канал. (12+)  
03.00 Рожденные в СССР. (16+)  
03.25 «НА ЯСНЫЙ ОГОНЬ». (16+)  
04.50 «ПРЕДСЕДАТЕЛЬ». (16+)
- 05.00 Секреты на кухне. Мука. (16+)  
На этот раз ведущие побывают о многообразии блюд из муки.  
05.40 Пятница News. (16+)  
06.10 Гость у порога. Барнаул. (16+)  
Мы побываем в гостях у жителей Барнаула.  
07.40 Четыре дачи. Саратовская область. (16+)  
Вадим Абрамов отправится в гости к дачникам Саратовской области.  
09.00 Четыре дачи. Краснодарский край 3. (16+)  
10.30, 12.40, 14.50, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов. (16+)  
23.00 Звезды под кальпинец. (16+)  
01.30 Пятница News. (16+)  
01.50 Зовите шефа. Сочи. Это лето. (16+)  
02.30 Зовите шефа. Адлер. Хитрый шпрот. (16+)  
03.20 На ножах. Сочи. Причал. (16+)  
04.10 Секреты на кухне. (16+)  
04.40 Пятница News. (16+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

35 365 ДНЕЙ ТВ

VIJU HISTORY VIJU HISTORY

ИСТОРИЯ

- 01.35, 21.55 Жил-был Дом. (12+)  
02.10 Токийский процесс: правосудие с акцентом. (12+)  
03.05, 07.05 Великие битвы России. (12+)  
04.00 Это подкаст. История. (12+)  
04.55 Моя Россия: музикальное путешествие. (12+)  
05.25 Империи серебра. (16+)  
06.00 Обыкновенная История. (6+)  
06.10 «Пионер путем» 1923 года: рождение нацистской партии. (16+)  
08.00 Книга, изменившая нас. «Два капитана». (12+)  
09.50 Александр Меншиков. Кавалер № 7. (12+)  
09.50 Секреты истории. (16+)  
12.00 Шахматные партии холодной войны. (16+)  
12.45, 13.30, 16.50, 17.25 Русская история. (12+)  
14.05 Алексей Шусев. Спасти и сохранить. (12+)  
14.35 Это их выбор. (16+)  
14.55 Хлеб, «Север» и кобальт. (12+)  
16.00 Революция LIVE: «завашина-свободу». (12+)  
18.00, 19.05 Царь Шихуанди. Правитель вечной империи. (12+)  
20.00 Карты убийств: В тени Джека. (16+)  
20.50 Карты убийств: Ужас в Бермундис. (16+)  
21.40 Великая война: Курская дуга. (16+)  
22.35 Великая война: От Днепра до Одессы. (16+)  
23.30, 00.20 Загадки планеты Земля. (16+)  
13.00, 13.55 Королевский гид. (16+)  
14.45, 15.30 Загадки планеты Земля. (16+)  
16.15 100 чудес света. (16+)  
17.15 Путеводитель Путифара: Вена: австро-венгерский небосвод. (16+)  
18.10, 19.05 Царь Шихуанди. Правитель вечной империи. (12+)  
20.00 Карты убийств: В тени Джека. (16+)  
20.50 Карты убийств: Ужас в Бермундис. (16+)  
21.40 Великая война: Курская дуга. (16+)  
22.35 Великая война: От Днепра до Одессы. (16+)  
23.30, 00.20 Загадки планеты Земля. (16+)  
01.00 Империи серебра. (16+)  
01.55 Урарту. Забытое царство. (12+)  
21.05 Два дела Феликса Дзержинского. (12+)  
22.25 Грустное детство Алины Веселовой. (12+)  
23.25 Хронотоп: Славянская азбука. (12+)  
05.00 Великая война: Курская дуга. (16+)

Усадьба

УСАДЬБА

ЖИВИ!

- 06.00, 03.20 Прогулка по саду. (12+)  
06.30, 06.40, 03.50, 04.00 Букварь дачника. (12+)  
06.55, 19.00 Огород круглый год. (12+)  
07.20, 22.35 Сельский туризм. (12+)  
07.45, 17.30, 00.05, 04.40 Больше тепла - ярче листьев. (12+)  
08.20, 10.05 История усадеб. (12+)  
08.50, 05.35 Агротуризм. (12+)  
09.25, 09.55, 12.30, 12.55 Дачные радости с Мариной Рыкаловой. (12+)  
10.20 Ландшафтные эксперименты. (12+)  
10.55 Сад-шедевр. (12+)  
11.25, 00.55 Ландшафтные решения. (12+)  
11.55 Путешествия. (12+)  
11.55 Рецепты старого Тифлиса. (16+)  
12.05, 12.15, 16.00 Огород с блокинным Мечтаниным. (12+)  
13.25 Цветники. (12+)  
14.00 Как построить дом. (12+)  
14.30, 21.05 Идеальный сад. (12+)  
15.00, 21.35 Дачные радости с Виталием Декабревым. (12+)  
15.30 Искатели приключений. (12+)  
16.30, 23.05 Тихая моя родина. (12+, 16+)  
17.00, 23.35 Сокровища усадеб. (16+)  
18.00 Возрождение сада. (12+)  
18.30, 18.45, 01.25 Правила огородника. (12+)  
19.35, 02.00 Огород от-кутюр. (12+)  
20.05, 02.25 Милости просим. (12+)  
20.35, 02.55 Частный сектор. (12+, 16+)  
22.05 Сельские профессии. (12+)  
00.30 Моя крепость. (12+)  
01.35 ЗаСАДа. (12+)  
01.45 Обнови свой сад. (12+)
- 06.00, 02.45 Универсальный рыболов. (16+)  
06.30, 15.25 Двойе против рыбы. (16+)  
07.20, 09.40 К сезону готов. (16+)  
07.25, 23.40 На охотничьей тропе. (16+)  
07.50, 20.35 Сто вопросов про рыбаклу. (16+)  
08.20 Охоты и охотники. (16+)  
08.35, 21.35 Зимняя рыбакла в Грузии. (16+)  
09.10, 22.10 Рыбакла сегодня XL. (16+)  
09.45, 10.20 Большая заруба. (16+)  
11.15 Пути-дороги. (16+)  
11.50 Рецепты старого Тифлиса. (16+)  
12.05, 18.30, 19.00 Рыбакла с Дмитрием Елисеевым. (16+)  
12.35 Водоёмы Прибалтики. (12+)  
13.05, 01.25 Рыбакла на Черемшане. (16+)  
13.35, 17.30, 01.50 Рыбакла в России. (16+)  
14.10 Кодекс охотника. (16+)  
14.25, 14.55 Охота на хищника. (16+)  
16.30 Россия заповедная. (16+)  
17.00 Фишерманы. (16+)  
18.00, 02.20 На зарубежных водоемах. (16+)  
19.35 Стратегия охоты с Сергеем Астаховым. (12+)  
20.05 Охота в Приволжье. (16+)  
21.05, 01.00 Экстремальный фидер. (16+)  
22.40, 23.10 Сормундом по водоемам Беларуси. (16+)  
00.05 Лесной домашний зверь. (16+)  
01.35 ЗаСАДа. (12+)  
00.30 Рыболовная школа для взрослых. (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00 Биатлон. Ланта GV Gold Кубок Международной Лиги. Масс-старт. Мужчины. Трансляция из Ханты-Мансийска. (6+)
- 06.55 Биатлон. Ланта GV Gold Кубок Международной Лиги. Масс-старт. Женщины. Трансляция из Ханты-Мансийска. (6+)
- 07.55 Футзал. Бетсити Суперлига. КПРФ (Москва) – «Торпедо» (Нижегородская область). (6+)
- 09.40 «Советский футбол». (12+)
- 10.05 «Сюрия». (12+)
- 10.30, 21.55 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 11.00, 13.15, 19.20 Новости. (0+)
- 11.05 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. «Локомотив» (Калининградская область) – «Уралочка-НТМК» (Свердловская область). (6+)
- 13.00, 03.40 «Корабелки». Специальный репортаж. (12+)
- МУЗЫКА**
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.10 Топ чарт Европы плюс. (16+)
- 07.00 Муззнерго. (16+)
- 08.25 PRO-новости. Лучшее. (16+)
- 09.00 Звёзды о звёздах. (16+)
- 10.00 Страна на МУЗ-ТВ. (16+)
- 11.00 Без купюр. (16+)
- 11.30 Топ-30. Народный хит. (16+)
- 14.00 Плейлист | Осень. (16+)
- 15.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
- 15.30 Очень караочен. (16+)
- СПОРТ**
- 13.20, 21.20 «Лица страны. Анна Гринева». (12+)
- 13.40, 03.55 «Век нашего спорта». (12+)
- 14.05 «Небесная грация». (6+)
- 14.25 Спортивная гимнастика. Кубок Михаила Воронина. Прямая трансляция из Москвы
- 17.00, 22.20 Специальный репортаж. (12+)
- 17.20 Баскетбол. Единая лига ВТБ. ЦСКА – «Зенит» (Санкт-Петербург). (6+)
- 19.25 Футзал. Бетсити Суперлига. КПРФ (Москва) – «Торпедо» (Нижегородская область). Прямая трансляция
- 21.40 «Страна спортивная». (12+)
- 22.40 Есть тема! (16+)
- 23.55 Футзал. Бетсити Суперлига. «Синара» (Екатеринбург) – «Газпром-ЮГра» (Югорск). (6+)
- 01.40 Спортивная гимнастика. Кубок Михаила Воронина. (6+)
- 04.25 Бильярд. Кубок мира. Свободная пирамида. Мужчины. 1/2 финала. (6+)

МУЛЬ

- 06.00, 12.00 Время малышей. (0+)
- 07.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
- 07.15 «Простоквашин». (0+)
- 08.00 «Кот Басик». (0+)
- 08.15, 14.30, 19.45 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00 «Говорящий Том». (0+)
- 09.25, 00.05 «Фиксики. Новенькие». (0+)
- 10.25 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
- 10.40, 21.05 «Барбоскины». (0+)
- 11.50 «Бумакки». (0+)
- 13.00 «Тара Дункан». (6+)
- 13.25 «Приключения Бубы». (6+)
- 14.15 «Отважные дракончики». (6+)
- 15.30 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 16.00 «Фиксики. Новенькие» (0+), «Джи-Джи Бонд: супергонщик» (6+)
- 17.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 18.05 «Кошечки-собачки». (0+)
- 18.45 «Лунтик». (0+)
- 20.30 «Геройчики». (0+)
- 22.00 «Армор Рейнджер». (6+)
- 22.15 «Буба». (6+)
- 23.00 «Турбозавры». (0+)
- 23.30 «Смешарики. Новые приключения». (0+)

МУЛЬ

- 05.00 «Песенки с Лёвой». (0+)
- 05.05 «Три кота». (0+)
- 05.30 «Песенки с Совёнком ХопХоп». (0+)
- 05.35 «Совёнок ХопХоп». (0+)
- 06.00 «Ум и Хрум». (0+)
- 07.00 «Три кота». (0+)
- 09.30 «Супер Крылья. Удивительные питомцы». (0+)
- 10.20 «Команда Флоры. Экопатруль». (0+)
- 11.00 «Шаренвны». (0+)
- 12.00 «Ум и Хрум». (0+)
- 12.50 «Парк Турум-Бурум». (0+)
- 13.10 «Простая арифметика». (0+)
- 13.15 «Три кота». (0+)
- 15.30 «Приключения Ам Няма». (0+)
- 17.00 «Царенвны». (0+)
- 18.20 «Мультилелки. Шоу». (0+)
- 18.25 «Три кота». (0+)
- 22.00 «Шаренвны». (0+)
- 23.30 «Детский сад для зверят». (6+)
- 00.00 «Смешарики. Пинкод». (6+)
- 02.00 «Лекс и Плу. Космические такисты». (6+)
- 04.00 «Кукожалка». (0+)
- 04.05 «Три кота». (0+)

О!

- 05.00 Ранние птички. «Котики, вперёд!», «Три кота», «Играем вместе», «Фиксики. Дай пять!» (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.35 «Беби Борн». (0+)
- 07.40 «Лунтик». (0+)
- 09.30 «Супер Крылья. Удивительные питомцы». (0+)
- 10.20 «Команда Флоры. Экопатруль». (0+)
- 11.00 «Шаренвны». (0+)
- 12.00 «Ум и Хрум». (0+)
- 12.50 «Парк Турум-Бурум». (0+)
- 13.10 «Простая арифметика». (0+)
- 13.15 «Три кота». (0+)
- 15.30 «Приключения Ам Няма». (0+)
- 17.00 «Царенвны». (0+)
- 18.20 «Мультилелки. Шоу». (0+)
- 18.25 «Три кота». (0+)
- 22.00 «Шаренвны». (0+)
- 23.30 «Детский сад для зверят». (6+)
- 00.00 «Смешарики. Пинкод». (6+)
- 02.00 «Лекс и Плу. Космические такисты». (6+)
- 04.00 «Кукожалка». (0+)
- 04.05 «Три кота». (0+)

ПОНЕДЕЛЬНИК, 24 НОЯБРЯ

19

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)
- 06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Суворов. Возрождение. (0+)
- 11.40 День Патриарха. (0+)
- 11.50, 12.15, 12.45 Монастырская кухня. (0+)
- 13.10 «ПОДВИГ ОДЕССЫ». 1 серия. (6+)
- 14.25 «ЗАКОННЫЙ БРАК». (12+)
- 00.45 Паломница. (12+)
- 01.50 Я здесь был. (16+)
- 02.45 Поле битвы. (16+)
- 03.15 В поисках Бога. (12+)
- 03.40 Профессор Оиспов. (0+)
- 04.10 Прямая линия. Ответ священника (с супропереводом). (12+)

Православный календарь

24 ноября  
Седмица 25-я по Пятидесятнице. Глас 7.  
Вмч. Мины.

Мч. Виктора и мц. Стефаниды. Мч. Викентия. Прп. Феодора Студита, исп. Блж. Максима, Христа ради юродивого, Московского чудотворца. Мч. Стефана Дечанского (Серб.). Прп. Мартирия Зеленецкого. Сщмч. Евгения пресвитера.

Поста нет.

«Одно только душевное приобретение безопасно и не растратываемо; есть же оно – добродетельная и богоугодная жизнь, знание и творение добрых дел».

Прп. Антоний Великий

# Яркие краски каладиума

Температура

Весной и летом, во время активного роста каладиума, оптимальная температура для его содержания составляет примерно 20-25 градусов. С приходом осени, когда растение начинает готовиться к зимней спячке, температуру постепенно уменьшают до 16-18 градусов.

Полив

Поливают растение только теплой водой (не ниже комнатной температуры). Летом делают это чаще – как только просохнет верхний слой грунта (примерно 1-2 раза в 7-10 дней). Зимой полив сводят к минимуму, не допуская при этом пересыхания земляного субстрата (поливают примерно раз в месяц).

Влажность

Для каладиума очень важна повышенная влажность. Можно опрыскивать воздух вокруг растения из пульверизатора, настроив его так, чтобы появилось ощущение тумана, а не дождя. Важно, чтобы капли воды не попадали на листья, иначе могут появиться некрасивые разводы. Можно разместить горшок на поддоне с влажной галькой или керамзитом и регулярно смачивать водой (но так, чтобы дно горшка не касалось самой воды, иначе переувлажнится почва).

- Мама, а что за растение – сорняк?  
– Растение, достоинства которого ещё не открыты.

Освещение

Для каладиума очень важно хорошее освещение. Цветку необходимо большое количество рассеянного света, но не солнечные ванны, которые могут сжечь листья. Недостаток же освещения приведет к блеклости рисунка на листьях и утрате декоративности растения. А каладиуму, согласитесь, есть что терять. Поэтому окна северного направления совсем не подойдут, а южных окон летом для размещения цветка лучше избегать.



Пересадка

В начале весны растение обязательно пересаживают. Клубень вынимают из горшка и тщательно его осматривают. Больные и поврежденные части удаляют острыми ножницами или ножом, а место среза присыпают толченым углем. Крупные клубни можно разделить (размножить растение), но так, чтобы каждая часть имела как минимум по одному ростку. Почва для каладиума оптимальна легкая, рыхлая и не слишком кислая. Горшок выбирают в диаметре примерно в два раза больше размера клубня и достаточно глубокий (плошка для него не подойдет). При пересадке на дно нового горшка обязательно следует выложить слой дренажа.

КСТАТИ

Можно подумать, что у растения с такими красивыми листьями особый превосходный, неповторимый цветок. Прямо не цветок, а цветочек аленький. На самом деле это не так. Каладиум хоть и цветет в домашних условиях, но цветение часто проходит незамеченным. Сам цветок напоминает початок, окруженный покрывающим покрытием.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	ТВЦ	НТВ	РОССИЯ К	РОССИЯ К	СТС
	 Вечерние НОВОСТИ	 МАЛАХОВ	 СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ	 СКОРАЯ ПОМОЩЬ	 Главная роль	 Стражи Арктики		
	18.00 Вечерние новости (с субтитрами)	17.00 «Малахов». (16+)		11.50 «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ». (16+)				
05.00	Телеканал «Доброе утро»	05.00 Утро России	06.00 «Настроение»	05.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)	06.30 Диалоги о животных	06.00 «Маша и медведь». (0+)		
09.00	Новости (с субтитрами)	09.00 Вести	08.15 «Доктор И...» (16+)	06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)	07.20 Легенды мирового кино. 100 лет со дня рождения Нонны Мордюковой	08.20 «КУХНЯ». (12+)		
09.20	«Модный приговор». (0+)	09.30 Местное время	08.40 «В ТЕНИ БОЛЬШИХ ЧИСЕЛ: ОСТАНОВИСЬ, МГНОВЕНИЕ!» (16+)	08.00 «Сегодня»	07.45 «Древнерусский детектив. Андрей Боголюбский»	11.55 «Команда котиков». (6+)		
10.10	«Жить здорово!» (16+)	11.00 Вести	10.40 «Нонна Мордюкова. Такой характер». (16+)	08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)	08.40 22.10 «ДНИ ТУРБИНЫ»	14.00 «Стражи Арктики». (6+)		
11.00	«Время покажет». (16+)	11.30 Вести. Местное время	11.30 События	10.00 «Сегодня»	10.00 12.30 17.00 19.30 00.00	15.55 «Дозор джунглей». (6+)		
12.00	Новости (с субтитрами)	12.00 «60 минут». (12+)	11.50 «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ». (16+)	10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)	10.15 Новости культуры	Злой коала изготавливает взрывные грибы, чтобы уничтожить джунгли. К счастью, отряд спасателей помешал его коварному плану. Коала вывезли на далёкий остров, чтобы он оставался там до конца своих дней.		
12.15	«Время покажет». (16+)	14.00 Вести	13.45 «Мой герой». (12+)	13.00 «Сегодня»	11.15 «XX век»	17.55 «МАМА БУДЕТ ПРОТИВ». (16+)		
14.00	«Большая игра». (16+)	14.30 «КАМЕНСКАЯ». (16+)	14.30 События	13.25 «Чрезвычайное происшествие»	12.15 «Константин Симонов»	20.00 «МЕГАЛОДОН». (16+)		
15.00	Новости (с субтитрами)	Ира Милованова всё больше подозревает Тимофея. С каждым днём её подозрения подкрепляются дополнительными фактами. Из пистолета, который пытался выбросить Шувалов, было убито девять человек. Все они были наркоманами. Но Шувалов не Шутник.	14.50 Город новостей	14.00 «Место встречи»	12.45 Новости. Подробно. Книги	Доминиканская Республика, 2023 г. Триллер. В ролях: Джош Лукас, Фернанда Уррехола. Пол и его семья собираются провести отпуск в райском местечке на побережье. К их удивлению, живописный и дружелюбный посёлок покинут и разрушен. Отправившись на прибрежную буровую установку в поисках ответов, семья оказывается в ловушке...		
15.15	«Давай поженимся!» (16+)		15.05 02.45 «СЛЕПОЙ МЕТОД». (12+)	16.00 «Сегодня»	13.00 20.35 «Нонна Мордюкова». 100 лет со дня рождения актрисы	22.00 «ЧЁРНЫЕ ВОДЫ». (16+)		
16.05	«Мужское / Женское». (16+)		16.55 «Звёзды против родителей». (16+)	16.45 «За гранью». (16+)	16.00 Фильм к 100-летию великой актрисы Нонны Мордюковой. Подобных ей актрис в нашем кино нет.	00.05 «ЗОВ ВОЛКА». (16+)		
17.00	«Большая игра». (16+)	16.30 Вести	17.50 События	17.00 «Сегодня»	16.45 «ДНК». (16+)	02.10 «МОЙ ПЁС РУНИ». (12+)		
18.00	Вечерние новости (с субтитрами)	17.00 «Малахов». (16+)	18.10 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: МУХА В ЯНТАРЕ». (16+)	18.00 «Сегодня»	19.00 «Сегодня»	03.55 «АНТБОЙ-2. МЕСТЬ КРАСНОЙ ФУРИИ». (6+)		
18.30	«Время покажет». (16+)	18.00 «60 минут». (12+)	20.00 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: КРОВАВАЯ МЭРИ». (16+)	20.00 «АКУШЕР». (16+)	20.00 «АКУШЕР». (16+)	05.10 «Три кота». (0+)		
19.50	«Пусть говорят». (16+)	20.00 Вести	22.00 События	22.00 В перинатальный центр поступает беременная молодая женщина. Её сопровождает сестра-близнец, с которой они поменялись именами и жизнями, чтобы скрыть беременность одной из них от мужа другой. Их история становится очередным вызовом для Каверина. Глеб предлагает Жаровой объединиться против Брагина.	22.15 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)			
21.00	«Время»	21.10 Вести. Местное время	22.35 «Закон и порядок». (16+)	23.05 «Секреты звёздного долголетия». (16+)	23.35 «Сегодня»	22.00 «ЧЁРНЫЕ ВОДЫ». (16+)		
22.00	«ВРАГ У ВОРОТ». (16+)	21.30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)	23.05 «Секреты звёздного долголетия». (16+)	00.00 События. 25-й час	00.00 «Сегодня»	00.05 «ЗОВ ВОЛКА». (16+)		
	Мятов докладывает Власику, что диверсанты Турсунова действуют в интересах фашистов. Их цель - не морфий, а проникновение в кремлёвское окружение: убив офицера, они расчистили место для своего человека. Захар настаивает - предатель уже среди своих.		00.30 «Петровка, 38». (16+)	00.30 «Петровка, 38». (16+)	00.00 «Сегодня»	02.10 «МОЙ ПЁС РУНИ». (12+)		
23.05	«Большая игра». (16+)	23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)	04.15 «Нонна Мордюкова. Такой характер». (16+)	04.15 «Нонна Мордюкова. Такой характер». (16+)	01.15 «XX век»	03.55 «АНТБОЙ-2. МЕСТЬ КРАСНОЙ ФУРИИ». (6+)		
00.15	ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)	02.20 «КАМЕНСКАЯ». (16+)	04.55 «Мой герой». (12+)	05.30 «Москва резиновая». (16+)	01.15 «Хранители жизни»	05.10 «Три кота». (0+)		
03.00	Новости	03.00 Вести	05.30 «Москва резиновая». (16+)		19.00 «Книги моей судьбы. К 95-летию Игоря Золотусского			
03.05	ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)	03.30 «КАМЕНСКАЯ». (16+)			19.45 Главная роль			
5	5-Й КАНАЛ	ЗВЕЗДА	ЗВЕЗДА	ОТР	ОТР	МОСКВА24	МОСКВА 24	360° ПОДМОСКОВЬЕ
		 Известия. (16+)		 05.30 «ЖАЖДА». (16+)	06.00 16.45 «На приёме у главного врача». (12+)	06.00 «Утреннее вещание». (16+)	05.00 «Новости МО». (16+)	05.10 05.50 08.45 12.00 16.45
05.25	«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)		07.00 «Сегодня утром». (12+)	06.50 00.15 02.40 «Преодоление». (12+)	10.00 11.00 12.00 13.00 14.00	06.00 «Важные уроки». (12+)	06.25 03.35 «Москва на все времена». (12+)	05.25 03.25 08.45 12.00 16.45
08.05	Страна советов. (16+)		09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)	07.30 20.15 «Календарь». (6+)	15.00 16.00 17.00 18.00	06.50 «ИнДизайн». (12+)	05.55 «Тайны нашей эстрады». (16+)	05.55 03.55 «Москва на все времена». (12+)
08.40	Знание - сила. (12+)		09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)	08.00 08.30 09.00 09.30 10.00	19.00 20.00 21.00 22.00	07.20 «Всё просто!» (12+)	06.20 «Дача 360». (12+)	06.20 03.20 «Звёзды советского экрана». (16+)
09.00	Известия. (16+)		11.00 «Военное образование». (16+)	10.50 12.00 13.00 15.00	22.35 23.00 00.00 01.00	07.45 «Дача 360». (12+)	07.45 03.45 «Тайны нашей эстрады». (16+)	07.45 03.45 «Тайны нашей эстрады». (16+)
09.30	«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)		11.50 13.25 23.15 «ПРИСТУПИТЬ К ЛИКВИДАЦИИ». (12+)	18.00 20.00 Новости	02.00 «Новости». (16+)	08.30 13.15 «Какого лешего!»	08.30 03.30 «Моя Москва». (12+)	08.30 03.30 «Моя Москва». (12+)
09.40	«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)		13.45 17.15 «КРЕМЕНЬ». (16+)	08.05 08.35 Пёстрый мир	12.20 14.25 16.20 17.20	09.05 12.20 «Внимание, еда!»	08.00 04.00 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)	08.00 04.00 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)
13.00	Известия. (16+)		18.50 «Специальный репортаж». (16+)	09.05 09.35 10.05 12.05 13.10	11.30 12.20 14.25 16.20 17.20	09.35 12.35 «Суперферма 360». (12+)	08.50 08.50 «ЛЁГКАЯ ЖИЗНЬ». (16+)	08.50 08.50 «ЛЁГКАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
13.30	«СЛЕД». (16+)		19.55 «По горячим следам». (16+)	18.20 ОТРажение	11.35 12.15 15.15 «Атмосфера». (12+)	10.05 12.05 «Сделано в России». (12+)	12.05 12.05 «ТРИ В ОДНОМ-3». (16+)	12.05 12.05 «ТРИ В ОДНОМ-3». (16+)
17.00	Известия. (16+)		20.10 «Улика из прошлого». (16+)	17.00 «Очевидно. Вероятно». (12+)	12.25 13.15 «Деньги 24». (12+)	10.35 12.35 «Погода на любой вкус»	13.50 12.00 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)	13.50 12.00 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)
17.30	«СЛЕД». (16+)		22.45 «Междуд тем» с Наталией Метлиной. (12+)	17.40 Специальный репортаж. (12+)	13.20 14.20 18.20 «Вопрос спорный». (12+)	11.20 13.20 15.20 «Осеня в Подмосковье»	14.20 12.00 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)	14.20 12.00 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)
22.20	«СВОИ-7». (16+)		01.45 «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ». (12+)	20.45 «ПОДКИДЫШ». (16+)	14.35 15.20 19.50 «Техно». (12+)	11.55 13.55 15.55 «Гостеприимство». (12+)	15.10 13.10 15.10 «СССР. Знак качества». (12+)	15.10 13.10 15.10 «СССР. Знак качества». (12+)
23.05	«СВОИ-5». (16+)		01.45 «А ЕСЛИ ЭТО ЛЮБОВЬ?». (12+)	22.30 ОТРажение. Итоги. (12+)	15.20 19.50 «Это Москва. Инфраструктура». (12+)	12.20 14.20 16.20 «Гостеприимство». (12+)	16.10 14.20 16.10 «Династия без грима»	16.10 14.20 16.10 «Династия без грима»
00.00	Известия. Итоговый выпуск. (16+)		01.40 ОТРажение. Итоги. (12+)	01.40 «Большая страна». (12+)	16.25 17.25 20.50 «Московский патруль». (16+)	14.20 16.20 18.20 «Полиция в городе». (16+)	19.00 21.00 23.00 «Полиция в городе». (16+)	19.00 21.00 23.00 «Полиция в городе». (16+)
00.30	«СВОИ-4». (16+)			03.20 «Большая страна». (12+)	21.20 23.45 25.00 «Московский патруль». (16+)	15.20 17.20 19.20 «Гости в Подмосковье»	22.35 24.35 26.00 «Боги жаждут». (16+)	22.35 24.35 26.00 «Боги жаждут». (16+)
03.55	«СВОИ-7». (16+)				00.10 02.10 «Мослекторий». (12+)	16.25 18.25 20.25 «Полиция в городе». (16+)	19.30 21.30 23.30 «Страна Советов». (16+)	19.30 21.30 23.30 «Страна Советов». (16+)
04.35	«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)				01.30 «Спецпроект. Наука». (12+)	17.05 19.05 21.05 «Викторина 360». (12+)	20.30 22.30 24.30 «Умысел и смысл». (16+)	20.30 22.30 24.30 «Умысел и смысл». (16+)

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

Телепр

РЕН	ТНТ	3	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<b>ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ</b> 15.00 «Документальный спецпроект». (16+)	<b>ИНТЕРНЫ</b> 07.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)	<b>НЕВСКИЙ. ПРОВЕРКА НА ПРОЧНОСТЬ</b> 18.00 «НЕВСКИЙ. ПРОВЕРКА НА ПРОЧНОСТЬ». (16+)	<b>УЛЁТНОЕ ВИДЕО</b> 08.00 Улётное видео. (16+)	<b>СОЛДАТЫ-17</b> 06.00 «СОЛДАТЫ-17». (16+)	<b>ТАЙНЫ ЗВЁЗД СПОРТА</b> 06.00, 14.55 «Тайны звёзд спорта». (12+)	<b>ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ</b> 06.30 05.20 По делам несовершеннолетних. (16+)	
05.00 18.00 00.35 04.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрым утром!». (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+) 10.00 «СОВБЕЗ». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Документальный спецпроект». (16+) 17.00 01.30 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «ВОЛНА». (16+) Норвегия - Швеция, 2015 г. Фильм-катастрофа. 22.00 23.30 «РАЗЛОМ». (16+)	07.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 19.00 «НЕЙРОВАСЯ». (16+) Вася скрывает сильные боли в спине, но на задании его «заклинивает», и, обратившись к мануальщику-суперпрофи Виталию, он в итоге использует его как приманку, переодев в девушку, чтобы поймать преступника. 21.00 «ЖУКИ». (16+) Маслов решает повысить уровень преступности в Жухах, чтобы испортить статистику новой участковой. Ночью, пьяный, он обворовывает половину деревни. Денис с Катей помогают Никите ухаживать за инвестором, но Кате кажется, что Денис больше ухаживает за ней. 23.00 «БОТАН И СУПЕРБА-БА». (16+) 00.40 «ЛОТЕРЕЯ». (16+) 02.25 «Однажды в России». (16+) 05.00 «Утро ТНТ»-2025. (16+) 05.50 «ИНТЕРНЫ». (16+)	06.00 «Мультифильмы». (0+) 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 08.30 «Слепая». (16+) 09.30 Гадалка. (16+) 15.30 «Слепая». (16+) 18.00 «НЕВСКИЙ. ПРОВЕРКА НА ПРОЧНОСТЬ». (16+) Оперативник Махов выбывает деньги у проигравшегося бизнесмена Артамонова. Тот обращается за помощью к Михайлову. Во время задержания Махов на машине сбивает Сомова, который получает тяжелую травму головы, затем скрывается. 23.15 «ВЗАПЕРТИ». (18+) Канада, США, 2020 г. 17-летняя Хлоя с детства прикована к инвалидной коляске. Она страдает целым набором заболеваний - астмой, низким уровнем сахара в крови, избытком железа. 01.15 «ШЕЛЕСТ. БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ». (16+)	08.00 Улётное видео. (16+) 13.00 Решала. (16+) 20.00 Найди по ID. (16+) Настоящие интернет-расследования с применением новейших технологий. Можно ли доверять дальнему родственнику, который возобновил с вами связь после много-летнего перерыва? Что делать, если влюбились в онлайн-знакомую, а она никак не хочет увидеться? Куда обращаться, если кто-то украл ваши откровенные фото и грозится выложить их в интернет? На эти и другие вопросы у ведущего Николая Лейбова один ответ - вычислить тайного недоброжелателя. 22.00 Проверим все. (16+) 00.00 Опасные связи. (18+) 02.30 Улётное видео. (16+) 04.00 Улётное видео. Лучшее. (16+) 04.45 «СОЛДАТЫ-17». (16+)	06.00, 14.55 «Тайны звёзд спорта». (12+) 06.30 «Наши иностранцы». (12+) 07.00, 09.00, 12.55, 15.25, 03.55 Новости 07.05, 11.30, 15.30, 20.00, 22.30 Все на Матч! Пр.тр. 09.05, 12.35 Специальный репортаж. (12+) 09.25, 01.55 «Эволюция спорта». (12+) 10.25 Смешанные единоборства. ACA. (16+) 13.00 Есть тема! Пр.тр. 14.25 «Век нашего спорта». (12+) 16.35 «Новак Джокович. Только победа». (12+) 17.45 Футбол. «Торпедо» - «Балтика». Fonbet Кубок России. Пр.тр. 20.15 Футбол. «Арсенал» (Тула) - «Рубин» (Казань). Fonbet Кубок России. Пр.тр. 00.00 Бильярд. (6+) 02.55 «Лионель Месси». (12+)	06.30 05.20 По делам несовершеннолетних. (16+) 07.10 04.30 Давай разведёмся. (16+) 08.15 Тест на отцовство. (16+) 10.30 «Понять. Простить». (16+) 11.35 00.35 «Порча». (16+) 12.45 «Знахарка». (16+) 13.20 «Верну любимого». (16+) 13.55 «Голоса ушедших душ». (16+) 14.30 «ЭХО ПРОШЛОГО». (16+) 19.00 «КАК СПАСТИ ВЛЮБЛЁННУЮ ЖЕНЩИНУ». (16+) 23.30 «Понять. Простить». (16+) 01.30 «Знахарка». (16+) 01.55 «Верну любимого». (16+) 02.25 «Голоса ушедших душ». (16+) 02.50 Тест на отцовство. (16+)		
05.00 18.00 00.35 04.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрым утром!». (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+) 10.00 «СОВБЕЗ». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Документальный спецпроект». (16+) 17.00 01.30 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «ВОЛНА». (16+) Норвегия - Швеция, 2015 г. Фильм-катастрофа. 22.00 23.30 «РАЗЛОМ». (16+)	07.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 19.00 «НЕЙРОВАСЯ». (16+) Вася скрывает сильные боли в спине, но на задании его «заклинивает», и, обратившись к мануальщику-суперпрофи Виталию, он в итоге использует его как приманку, переодев в девушку, чтобы поймать преступника. 21.00 «ЖУКИ». (16+) Маслов решает повысить уровень преступности в Жухах, чтобы испортить статистику новой участковой. Ночью, пьяный, он обворовывает половину деревни. Денис с Катей помогают Никите ухаживать за инвестором, но Кате кажется, что Денис больше ухаживает за ней. 23.00 «БОТАН И СУПЕРБА-БА». (16+) 00.40 «ЛОТЕРЕЯ». (16+) 02.25 «Однажды в России». (16+) 05.00 «Утро ТНТ»-2025. (16+) 05.50 «ИНТЕРНЫ». (16+)	06.00 «Мультифильмы». (0+) 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 08.30 «Слепая». (16+) 09.30 Гадалка. (16+) 15.30 «Слепая». (16+) 18.00 «НЕВСКИЙ. ПРОВЕРКА НА ПРОЧНОСТЬ». (16+) Оперативник Махов выбывает деньги у проигравшегося бизнесмена Артамонова. Тот обращается за помощью к Михайлову. Во время задержания Махов на машине сбивает Сомова, который получает тяжелую травму головы, затем скрывается. 23.15 «ВЗАПЕРТИ». (18+) Канада, США, 2020 г. 17-летняя Хлоя с детства прикована к инвалидной коляске. Она страдает целым набором заболеваний - астмой, низким уровнем сахара в крови, избытком железа. 01.15 «ШЕЛЕСТ. БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ». (16+)	08.00 Улётное видео. (16+) 13.00 Решала. (16+) 20.00 Найди по ID. (16+) Настоящие интернет-расследования с применением новейших технологий. Можно ли доверять дальнему родственнику, который возобновил с вами связь после много-летнего перерыва? Что делать, если влюбились в онлайн-знакомую, а она никак не хочет увидеться? Куда обращаться, если кто-то украл ваши откровенные фото и грозится выложить их в интернет? На эти и другие вопросы у ведущего Николая Лейбова один ответ - вычислить тайного недоброжелателя. 22.00 Проверим все. (16+) 00.00 Опасные связи. (18+) 02.30 Улётное видео. (16+) 04.00 Улётное видео. Лучшее. (16+) 04.45 «СОЛДАТЫ-17». (16+)	06.00, 14.55 «Тайны звёзд спорта». (12+) 06.30 «Наши иностранцы». (12+) 07.00, 09.00, 12.55, 15.25, 03.55 Новости 07.05, 11.30, 15.30, 20.00, 22.30 Все на Матч! Пр.тр. 09.05, 12.35 Специальный репортаж. (12+) 09.25, 01.55 «Эволюция спорта». (12+) 10.25 Смешанные единоборства. ACA. (16+) 13.00 Есть тема! Пр.тр. 14.25 «Век нашего спорта». (12+) 16.35 «Новак Джокович. Только победа». (12+) 17.45 Футбол. «Торпедо» - «Балтика». Fonbet Кубок России. Пр.тр. 20.15 Футбол. «Арсенал» (Тула) - «Рубин» (Казань). Fonbet Кубок России. Пр.тр. 00.00 Бильярд. (6+) 02.55 «Лионель Месси». (12+)	06.30 05.20 По делам несовершеннолетних. (16+) 07.10 04.30 Давай разведёмся. (16+) 08.15 Тест на отцовство. (16+) 10.30 «Понять. Простить». (16+) 11.35 00.35 «Порча». (16+) 12.45 «Знахарка». (16+) 13.20 «Верну любимого». (16+) 13.55 «Голоса ушедших душ». (16+) 14.30 «ЭХО ПРОШЛОГО». (16+) 19.00 «КАК СПАСТИ ВЛЮБЛЁННУЮ ЖЕНЩИНУ». (16+) 23.30 «Понять. Простить». (16+) 01.30 «Знахарка». (16+) 01.55 «Верну любимого». (16+) 02.25 «Голоса ушедших душ». (16+) 02.50 Тест на отцовство. (16+)		



## ГОРОДСКАЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ СЛУЖБА ПО ВОПРОСАМ ПОХОРОННОГО ДЕЛА

Постановление Правительства Москвы №363 от 20.04.1993 | Номер свидетельства о государственной регистрации 024.266



Гарантируем организацию достойного прощания за указанную цену. Возможны как более бережливые, так и более премиальные варианты. Выбор за Вами.

### ЗАХОРОНЕНИЕ

150 000 ₽

30 ЛЕТ МЫ ПОМОГАЕМ ЛЮДЯМ

ООО «Ритуал.ру» ОГРН 5167746491237 / Реклама 18+. Услуги оказываются партнёрами, входящими в группу компаний Ritual.ru. Информацию о партнерах Вы можете получить на сайте Ritual.ru

**КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»**

Слова в этом кроссворде вписываются по часовой стрелке, начиная с клетки, на которую показывает серый треугольник.

1. Страховка для воздушного гимнаста. 2. «Трасса» для спортивного боба. 3. Кусок материи, принесенный заказчиком портному. 4. Вечный двигатель, бегатель и прыгатель в детском обличье. 5. «Запас сил» в батарейке. 6. Небольшой сочный плод кустарников или трав. 7. Места, заросшие непроходимым лесом. 8. Ее свет манит всех, кто мечтает стать актером. 9. «Автор-исполнитель» заказов из меню кафе. 10. Ихтиандру пересадили жабры этой рыбы.

ОБРЕПИ: 1. Jolokka. 2. Kepiro. 3. Optezi. 4. Euroza. 5. Zapara. 6. Jigepni. 7. Jigepni. 8. Pama. 9. Llobap. 10. Akyna.

**Пенсионерам!**  
**Социальная рента**

является плательщиком ренты

**ДОГОВОР ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ  
СТАБИЛЬНЫЙ ДОХОД НА ВСЮ ЖИЗНЬ:**

- до 10 млн. руб. – сразу!
- до 60 тыс. руб. – ежемесячно.

Оплата всех коммунальных услуг, помощь по хозяйству. Пожизненное проживание в своей квартире.

**8 (495) 227-22-54, 8 (495) 997-22-54**  
ст. м. «Кузнецкий мост», ул. Рождественка, д. 5/7, стр. 1, эм. 3, оф. 11  
Сайт: [patronazn.ru](http://patronazn.ru)

ООО «Социальная Рента», ИНН: 9702068905, ОГРН: 1247700502906. Реклама

## КИНО И СЕРИАЛЫ

## МОСФИЛЬМ, золотая коллекция

- 07.20 Мультфильмы. (0+, 16+)  
09.30 «ТРАСИНА». (16+)  
11.50 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (16+)  
14.50 «ОНИ СРАЖАЛИСЬ ЗА РОДИНУ». (16+)  
17.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-2». (16+)  
19.30 Мосфильм. Золотой век: Мосфильм Нонны Мордюковой. (16+)  
19.40 «ЖЕНЕТИБА БАЛЬЗАМИНОВА». (16+)  
21.15 «ИНКОГНИТО ИЗ ПЕТЕРБУРГА». (16+)  
22.55 Нонна Мордюкова. Простая история. (16+)  
23.45 «РОДНЯ». (16+)  
01.25 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (16+)  
03.35 «ВЫБОР». (16+)  
05.50 «СВАДЬБА С ПРИДАНИМ». (16+)

## VIU TV1000 VIU TV1000

- 05.30 «ОСОБО ОПАСНА». (16+)  
07.10 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (16+)  
08.50 «НЯНЬКИ». (16+)  
10.30, 12.10 «УБИЙСТВА В...». (16+)  
14.00 «ИЗ ПАРИЖА С ЛЮБОВЬЮ». (16+)  
Триллер, Франция, 2010 г.  
15.35 «БАЛЛИСТИКА: ЭКС ПРОТИВ СИВЕР». (16+)  
17.10 «2:22». (16+)  
19.00 «МАТРИЦА ВРЕМЕНИ». (16+)  
20.45 «КОМНАТА ЖЕЛАНИЙ». (16+)  
Мистический триллер, Франция, Бельгия, Люксембург, 2019 г.  
22.30, 00.20 «УБИЙСТВА В...». (16+)  
02.00 «ДЖОН УИК 2». (16+)  
03.55, 04.40 «ДОРОГИ ИНДИИ». (16+)

## VIU TV1000 VIU TV1000 РУССКОЕ

- 05.30 «Простоквашино». Мультсериал. (6+)  
06.20 «Царевны». Мультсериал. (6+)  
07.15 «Смешарики». Мультсериал. (6+)  
10.00 «ГРАБЛЕНИЕ ИЗ БУДШЕГО». (16+)  
07.55 «Три кота». Мультсериал. (6+)  
08.40 «ДИКАЯ». (16+)  
10.30 «ДЖУНГЛИ». (16+)  
11.55 «РАШН ЮГ». (16+)  
13.55 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН». (16+)  
15.15 «БРАТЬЯ». (16+)  
17.05 «ВАСИЛИЙ». (16+)  
19.00 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)  
20.50 «АВАНТЮРИСТЫ». (16+)  
22.30 «КАНИКУЛЫ ПРЕЗИДЕНТА». (16+)  
00.10 «КУРЬЕР ИЗ «РАЯ». (16+)  
01.45 «ВОСЬМЁРКА». (16+)  
03.05 «ЫЫК». (16+)  
04.35 Мультфильмы. (6+)

## VIU TV1000 VIU TV1000 ACTION

- 06.25 «ОХОТНИКИ ЗА ГОЛОВАМИ». (16+)  
08.05 «ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ». (16+)  
10.00 «ГРАБЛЕНИЕ ИЗ БУДШЕГО». (16+)  
11.50 «ТЕЛЕКИНЕЗ». (16+)  
13.15 «ПЛРЕЙД». (16+)  
14.55 «ВНЕ СЕБЯ». (16+)  
16.50 «ЛЕГЕНДА». (16+)  
19.00 «ОТСТУПНИКИ». (16+)  
21.30 «СВЯТЫЕ ИЗ БУНДОКА». (16+)  
Криминальный триллер, США, Канада, 1999 г.  
23.20 «СЧАСТИВОЕ ЧИСЛО СЛЕВИНА». (16+)  
01.10 «В ПАСТИ ОКЕАНА». (16+)  
02.30 «МЕГАЛОДОН». (16+)  
04.00 «БАНДИТСКИЙ ПИТЕР-БУРГ 2: АДВОКАТ». (16+)  
04.50 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: НОВЫЕ ЖЕРТВЫ». (16+)

## ИЛЛЮЗИОН+ РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

- 01.55 «Я НИКОДА НЕ БУДУ ТВОЕЙ». (16+)  
03.25 «КТО УБИЛ BLACKBERRY». (16+)  
05.15 «САБРИНА». (16+)  
07.15 «ПРИГЛАШЕНИЕ КУБИСТВУ». (16+)  
08.45, 23.40 «КИНОЗВЕЗДА В ПОГОНАХ». (16+)  
10.15 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)  
11.50 «УЛКЕНД С БАТЕЙ». (16+)  
13.10 «БОЛЕЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)  
14.40 «ДЕДУШКА НЕЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)  
16.05 «ЗАЛОЖНИЦА 2». (16+)  
17.30 «ИСКАТЕЛЬ ВОДЫ». (16+)  
19.10. «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)  
20.30 «ЛАРРИ КРАУН». (16+)  
22.00 «ХРАНИТЕЛИ ПЯТИ КОРОЛЕВСТВ». (12+)

## КИНОКОМЕДИЯ

- 06.10 «ТОЧКА НЕВОЗВРАТА». (16+)  
07.55 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (16+)  
Драма, Россия, 2020 г.  
10.30 «ТРЕНЕР». (16+)  
13.00 «КАПИТАН ГОЛЛИВУД». (16+)  
14.55 «ВЫИГРАТЬ ИЛИ ПОБЕДИТЬ». (12+)  
16.45 «НЕВО». (16+)  
19.15 «НОЧЬ ДЛИНОЮ В ЖИЗНЬ». (16+)  
21.00 «ПРИЗРАК». (16+)  
Комедия, драма, семейное, фантастика, Россия, 2015 г.  
23.00 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)  
14.55 «ВЫИГРАТЬ ИЛИ ПОБЕДИТЬ». (12+)  
16.45 «НЕВО». (16+)  
19.15 «НОЧЬ ДЛИНОЮ В ЖИЗНЬ». (16+)  
21.00 «ПРИЗРАК». (16+)  
Комедия, драма, семейное, фантастика, Россия, 2015 г.  
23.00 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)  
13.00 «КАПИТАН ГОЛЛИВУД». (16+)  
14.55 «ВЫИГРАТЬ ИЛИ ПОБЕДИТЬ». (12+)  
16.45 «НЕВО». (16+)  
19.15 «НОЧЬ ДЛИНОЮ В ЖИЗНЬ». (16+)  
21.00 «ПРИЗРАК». (16+)  
Комедия, мелодрама, фантастика, Россия, 2021 г.  
00.50 «МОЛОЧНАЯ ДЕВОЧКА». (16+)  
02.20 «ЧУЖАЯ ЖИЗНЬ». (16+)  
03.40 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (16+)  
05.50 «ТРЕНЕР». (16+)

## СИНЕМА РОДНОЕ КИНО

- 06.40 «МАМА МАФИЯ». (18+)  
08.15 «МАТАДОР». (18+)  
09.55 «НОКАУТ». (18+)  
2018 г. В ролях: Анна Старшенбаум, Тимофей Карапетян, Вячеслав Крикунов  
13.50 «ЛУЧШЕЕ ЛЕТО НАШЕЙ ЖИЗНИ». (16+)  
2011 г. В ролях: Анна Здор, Владимир Фекленко, Александр Арсентьев, Ольга Волкова  
17.40 «ПОДМЕНА». (16+)  
2016 г. В ролях: Екатерина Олькина, Артем Осипов  
21.00 «ДУБЛЕРША». (16+)  
2011 г. В ролях: Анна Банщикова, Иван Огринеян, Татьяна Лятоева, Сергей Губанов  
00.20 «СЕСТРИЧКИ». (16+)  
02.05 «НАЙДЕНЫШ». (16+)  
03.40 «ЛУЧШЕЕ ЛЕТО НАШЕЙ ЖИЗНИ». (16+)

## СУББОТА! СУББОТА!

- 05.00, 04.35 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машинь Песенки», «Машинь сказки», «Маша и Медведь: Парк чудес», «Машинь страшилки», «Маша и Медведь: Анимашки», «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильмы. (0+)  
19.10, 20.10 «КЛОН». (16+)  
21.00, 22.10 Богиня свиданий. (16+)  
23.30, 23.50 «ДИКАЯ РОЗА». (16+)  
00.10 Суббота News 2025. (16+)  
00.20, 01.10 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА». (16+)  
02.00 «ЧЕРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)  
02.40 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)  
03.25 «Буба». Мультсериал. (0+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)  
Сериал. Авантуристическая мелодрама, Россия, 2009 г.  
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)  
12.00, 20.00, 04.00 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛИОНЕРА-2». (16+)  
13.00, 21.00, 05.00 «АКТЕР». (18+)  
14.00, 22.00 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)  
15.00, 23.00, 07.00 «ДВОЕ ИЗ ЛАРЦА-2». (18+)  
06.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)  
Сериал. Мелодрама, Россия, 2018 г. В ролях: Вера Шпак, Максим Щеголев, Прохор Дубравин, Александр Сергеев, Юлия Пищевъ
- 03.55 «Даёшь молодёжь!». (16+)  
03.55 «МЕТОД ЛАВРОВОЙ-2». (16+)  
04.40 «МАРГОША». (16+)  
Сотрудники издательства обсуждают пик конфликта между Зимовским и Марго...  
03.55 «Даёшь молодёжь!». (16+)

## ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 06.00 «Даёшь молодёжь!». (16+)  
08.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)  
08.45 «Детектив Финник». Мультсериал. (0+)  
09.45 «КРЕМЛЁВСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)  
12.50 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)  
16.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)  
Вера из интереса регистрируется в чате знакомств, в котором часто сидит Андрей. А Костя даёт неопытному Андрею советы, как очаровывать незнакомок в чате...  
23.00 «МЕТОД ЛАВРОВОЙ-2». (16+)  
06.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)  
Сериал. Мелодрама, Россия, 2018 г. В ролях: Вера Шпак, Максим Щеголев, Прохор Дубравин, Александр Сергеев, Юлия Пищевъ
- 03.55 «Даёшь молодёжь!». (16+)

## СТС LOVE СТС LOVE

- 07.00 «БОРГ/МАКИРИЙ». (16+)  
08.50 «ЛЕВ». (16+)  
11.00 «ВЕК АДАЛИН». (16+)  
13.00 «ДОСТУЧАТЬСЯ ДО НЕБЕС». (18+)  
14.35 «ДОСТУЧАТЬСЯ ДО НЕБЕС-2». (18+)  
16.50 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ». (18+)  
18.30 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ-2». (18+)  
20.15 «ТАКСИ». (16+)  
Франция, 1998 г.  
21.50 «ТАКСИ-2». (16+)  
16.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)  
Вера из интереса регистрируется в чате знакомств, в котором часто сидит Андрей. А Костя даёт неопытному Андрею советы, как очаровывать незнакомок в чате...  
23.00 «МЕТОД ЛАВРОВОЙ-2». (16+)  
06.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)  
Сериал. Мелодрама, Россия, 2018 г. В ролях: Вера Шпак, Максим Щеголев, Прохор Дубравин, Александр Сергеев, Юлия Пищевъ
- 03.55 «Даёшь молодёжь!». (16+)

## ТВ21 ТВ21

- 07.00 «БОРГ/МАКИРИЙ». (16+)  
08.50 «ЛЕВ». (16+)  
11.00 «ВЕК АДАЛИН». (16+)  
13.00 «ДОСТУЧАТЬСЯ ДО НЕБЕС». (18+)  
14.35 «ДОСТУЧАТЬСЯ ДО НЕБЕС-2». (18+)  
16.50 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ». (18+)  
18.30 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ-2». (18+)  
20.15 «ТАКСИ». (16+)  
Франция, 1998 г.  
21.50 «ТАКСИ-2». (16+)  
16.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)  
Вера из интереса регистрируется в чате знакомств, в котором часто сидит Андрей. А Костя даёт неопытному Андрею советы, как очаровывать незнакомок в чате...  
23.00 «МЕТОД ЛАВРОВОЙ-2». (16+)  
06.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)  
Сериал. Мелодрама, Россия, 2018 г. В ролях: Вера Шпак, Максим Щеголев, Прохор Дубравин, Александр Сергеев, Юлия Пищевъ
- 03.55 «Даёшь молодёжь!». (16+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

## МИР

- 05.00, 06.15 «ПРЕДСЕДАТЕЛЬ». (16+)  
06.00, 10.00, 13.00, 16.00 Новости  
07.55 Любимые актеры 2.0. (16+)  
10.00 «ГРАБЛЕНИЕ ИЗ БУДШЕГО». (16+)  
11.50 «ТЕЛЕКИНЕЗ». (16+)  
13.15 «ПЛРЕЙД». (16+)  
14.55 «ВНЕ СЕБЯ». (16+)  
16.50 «ЛЕГЕНДА». (16+)  
19.00 «ОТСТУПНИКИ». (16+)  
21.30 «СВЯТЫЕ ИЗ БУНДОКА». (16+)  
Криминальный триллер, США, Канада, 1999 г.  
23.20 «СЧАСТИВОЕ ЧИСЛО СЛЕВИНА». (16+)  
01.10 «В ПАСТИ ОКЕАНА». (16+)  
02.30 «МЕГАЛОДОН». (16+)  
04.00 «БАНДИТСКИЙ ПИТЕР-БУРГ 2: АДВОКАТ». (16+)  
04.50 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: НОВЫЕ ЖЕРТВЫ». (16+)

## ПОБЕДА

- 04.55 «Путь к Победе». (16+)  
05.55 «РУБЕЖ». (16+)  
07.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)  
09.30 «БАЛАБОЛ». (16+)  
13.30 «СИЛЬНЕ ОГНЯ». (16+)  
1943 год. Виктор едет в эшелоне на фронт. В поезде он знакомится с сержантом Григорием, который перед смертью просит Виктора встретиться с его женой и дочерьми и передать им часы, которые ему когда-то подарила его старшая дочь Марина. Встреча с Мариной полностью меняет жизнь Виктора...  
14.25, 10.10 «РУССКОЕ ПОЛЕ». (16+)  
10.25 «ЗДРАВСТВУЙ И ПРОЩАЙ». (16+)  
12.30 Понять. Простить. (16+)  
13.15 Мировое соглашение. (16+)  
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)  
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)  
16.15, 18.20 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)  
18.00 Вместе каждый день (16+)  
18.40 Дела судебные. Деньги верните! (16+)  
20.30 Миллион за 5 минут. (16+)  
21.55 «Игра в кино» с Оскаром Кучером. (16+)  
22.35 «ЖИТЬ СНАЧАЛА». (16+)  
02.20 Первый Евразийский канал. (12+)  
03.20 Наше кино. История большой любви. (16+)

## ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)  
06.00 Пятница News. (16+)  
06.20 Гость у порога. (16+)  
07.50, 09.10 Четыре дачи. (16+)  
10.50, 11.50, 12.50, 13.50 Чёрный список. На кухне. (16+)  
14.40 Чёрный список. На кухне. Москва. Официанты. (16+)  
15.40 Чёрный список. На кухне. Москва. Панко Villa. (16+)  
17.40 Чёрный список. На кухне. Москва. Золотой дракон. (16+)  
19.00 Битва шефов. Звезды. (16+)  
21.00 Битва шефов. (16+)  
23.00 Выживали. Змеевы. (16+)  
01.30 Пятница News. (16+)  
01.50, 02.40 Зовите шефа. (16+)  
03.20 На ножах. (16+)  
04.10 Секреты на кухне. (16+)  
04.40 Пятница News. (16+)

## Ю

- 05.00 Моя свекровь – монстр (субтитры). (16+)  
05.20 Моя твоя еда. (0+)  
05.50 Моя свадьба лучше! (16+)  
07.40 «ЗАПРЕТНЫЙ ПЛОД». (16+)  
09.40 Моя свекровь – монстр. (16+)  
11.55 Супермама. (16+)  
14.05 Моя свекровь – монстр. (16+)  
16.15, 18.00 Чадо из ада. (12+)  
По просьбе родителей мажор без кредиток, наличных и смартфона на три дня отправляется жить в многочленную семью со скромным достатком. Поможет ли подростку эксперимент и осознает ли он, что счастье не в деньгах, а в человеческих отношениях?  
21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)  
00.05 «ЗАПРЕТНЫЙ ПЛОД». (16+)  
01.55 Неотложка. (16+)  
02.45 Моя свекровь – монстр (субтитры). (16+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

## 35

## 365 ДНЕЙ ТВ

- 02.10 «Пивной путь» 1923 года: рождение нацистской партии. (16+)  
03.05 Великие битвы России. (12+)  
04.00 Книга, изменившая нас

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00 Биатлон. Ланта GV Gold Кубок Международной Лиги. Смешанная эстафета. Трансляция из Ханты-Мансийска. (6+)
  - 07.20 Специальный репортаж. (12+)
  - 07.35 «Небесная грация». (6+)
  - 07.55 Футзал. Бетсити Суперлига. «Синара» (Екатеринбург) – «Газпром-Югра» (Югорск). Прямая трансляция
  - 18.50 «Советский футбол». (12+)
  - 19.25 Гандбол. СЕНА-Газпром Лига. «Зенит» (Россия) – «СКА-Минск» (Белоруссия). Прямая трансляция
  - 21.05, 03.40 «Лица страны. Константин Крылов». (12+)
  - 21.25 «Человек из футбола». (12+)
  - 22.20 Специальный репортаж. (12+)
  - 22.40 Есть тема! (16+)
  - 23.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. «Динамо» (Москва) – «Локомотив» (Новосибирск). (6+)
  - 01.40 Спортивная гимнастика. Кубок Михаила Воронина. Прямая трансляция из Москвы
  - 13.15, 16.20, 19.20 Новости. (0+)
  - 15.05 «10 лет в спорте. 2015/2016». (12+)
  - 15.30, 21.55 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)
  - 16.00 Специальный репортаж. (12+)
  - 16.25 Спортивная неделя. Итоги. (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 Муз'итив. (16+)
  - 06.10 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
  - 07.00 Звёзды на утро. (16+)
  - 08.00 Муззенеро. (16+)
  - 08.40 PRO-новости. (16+)
  - 09.00 Топ-15 Like FM. (16+)
  - 10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
  - 11.00 Плейлист | Осень. (16+)
  - 12.00 МУЗ на вкус. (16+)
  - 13.00 Прогноз по году. (16+)
  - 14.00 Плейлист | Осень. (16+)
  - 15.00 PRO-новости. (16+)
  - 15.20 В десятку! (16+)
  - 16.00 Моя волна. (16+)
  - 17.00 Русский чарт. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
  - 18.20 10 самых! (16+)
  - 18.55 Плейлист | Осень. (16+)
  - 19.45 Кто следующий? (16+)
  - 20.40 Ну, где же вы, девчонки? Судьбы гёрлз-бэндов. (16+)
  - 21.40 PRO-новости. (16+)
  - 22.00 Короли чартов. (16+)
  - Лидеры всех хит-парадов МУЗ-ТВ по итогам недели в одном плейлисте.
  - 23.00 Лихие хиты. (16+)
  - 00.00 Наше. (16+)
  - 01.00 Хиты по-русски. (16+)
  - 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

МУЛЬ

- 06.00, 12.00 Время малышей. (0+)
- 07.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
- 07.15 «Простоквашин». (0+)
- 08.00 «Кот Басик». (0+)
- 08.10, 14.30, 19.45 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00 «Говорящий Том». (0+)
- 09.25, 00.05 «Фиксики. Новенькие». (0+)
- 10.25 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
- 10.40, 21.05, 02.00 «Барбоскины». (0+)
- 11.50 «Бумажки». (0+)
- 13.00 «Тара Дункан». (6+)
- 13.25 «Приключения Бубы». (6+)
- 14.15 «Отважные дракончики». (6+)
- 15.30 «Тобот. Герои Дайдо». (6+)
- 16.00 «Фиксики. Новенькие» (0+), «Джи-Джи Бонд: супергонщик» (6+)
- 17.00, 01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 18.05 «Кошечки-собачки». (0+)
- 18.45 «Лунтик». (0+)
- 20.30 «Геройчики». (0+)
- 22.00 «Армэр Рейнджер». (6+)
- 22.15 «Буба». (6+)
- 23.00 «Турбозавры». (0+)
- 23.30 «Смешарики. Новые приключения». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

- 06.00, 12.00, 18.00 «Тоботы». (6+)
- 06.25, 12.25, 18.25 «Цветняшки». (0+)
- 06.40, 12.40, 18.40 «Котёнок Шмяк». (0+)
- 07.25, 13.25, 19.25 «Робозума». (6+)
- 07.50, 19.50 «Ювик с планеты Ю». (12+)
- 07.55, 13.55, 19.55 «Робокар Поли: Уроки безопасности с Эмбер». (6+)
- 08.25, 14.25, 20.25 «Край Бебис Мэддик Тир». (0+)
- 08.45, 15.30, 20.45 «Тара Дункан». (6+)
- 09.25, 16.10, 21.25 «Смарты и чудо-сумка». (0+)
- 09.55, 16.40 «Шмяк. Волшебная лавка Есении». (0+)
- 10.10, 16.55 «Команда матчи». (0+)
- 10.20, 17.05, 22.20 «Команда Флоры». (6+)
- 10.45, 17.30, 22.45 «Робокар Поли». (6+)
- 11.15, 14.45, 23.15 «Роботы-поезда. Теневая энергия». (0+)
- 13.50 «Блупис». (0+)
- 21.55 «Бабушкины сказки». (12+)
- 22.05 «Granny's Fairytale». (12+)

МУЛЬТИЛАНДИЯ

- 05.00 «Песенки с Лёвой». (0+)
- 05.05 «Три кота». (0+)
- 05.30 «Песенки с Совёнком ХопХоп». (0+)
- 06.00 «Ум и Хрум». (0+)
- 07.00 «Три кота». (0+)
- 07.35 «Супер Крылья. Удивительные питомцы». (0+)
- 10.20 «Команда Флоры. Экспатруль». (0+)
- 11.00 «Царевны». (0+)
- 12.00 «Ум и Хрум». (0+)
- 13.10 «Простая арифметика». (0+)
- 13.15 «Три кота». (0+)
- 15.30 «Приключения Ам Няма». (0+)
- 17.00 «Царевны». (0+)
- 18.20 «Мультилелки. Шоу». (0+)
- 18.25 «Три кота». (0+)
- 22.00 «Царевны». (0+)
- 23.30 «Детский сад для зверят». (6+)
- 00.00 «Смешарики. Пинкод». (6+)
- 02.00 «Лекс и Плу. Космические такисты». (6+)
- 04.00 «Кукожалка». (0+)
- 04.05 «Три кота». (0+)

О!

- 05.00 Ранние птички. «Котики, вперед!», «Три кота», «Играем вместе», «Фиксики. Дай пять!» (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.35 «Беби Борн». (0+)
- 07.40 «Лунтик». (0+)
- 08.45 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
- 09.05 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
- 09.20 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
- 09.30 «Лунтик». (0+)
- 10.45 «Парк Турум-Бурум». (0+)
- 11.05 «Диностэр». (6+)
- 11.20 «Три кота». (0+)
- 13.10 «Минифорс. Сила динозавров». (6+)
- 13.35 «Инфинити Надо». (6+)
- Познакомьтесь с миром захватывающих сражений и невероятных приключений вместе с героями «Инфинити Надо»!
- 14.00 «Карбот». (6+)
- 14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
- Путеводитель по самым интересным событиям!
- 14.40 «Ум и Хрум». (0+)
- 16.00 Час «Союзмультифильма». (6+)
- 17.00 «Лол Сюрприз. Дорожное путешествие». (6+)
- Команда Лол Сюрприз отправляется в путешествие по Маршруту 707! Впереди их ждут необычные приключения – встречи с динозаврами, фотосессии с огромными сумками, исследования замка из стаканчиков и множество других невероятных сюрпризов!
- 17.10 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
- 17.15 «Барбоскины». (0+)
- 19.05 «Кот Басик». (0+)
- 19.20 «Маша и Медведь». (0+)
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.15 «Царевны». (0+)
- 22.05 «Дикие скричеры!» (6+)
- 22.35 «Армэр Рейнджер». (6+)
- 23.00 «Фьюжн Мак». (6+)
- 23.25 «Ералаш». (6+)
- 00.40 «Приключения Пети и Волка». (12+)
- 02.40 «Луддилль». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)
  - 05.10 Мультифильмы на СПАС. (0+)
  - 06.00, 08.30 Утро на СПАС. (0+)
  - 11.00 Первая мировая война. 7 серия. (12+)
  - 12.05 День Патриарха. (0+)
  - 12.15, 12.45 Монастырская кухня. (0+)
  - 21.35, 22.10, 02.45 Поле битвы. (16+)
  - 22.40, 02.15 Свое женское дело. (16+)
  - 23.15 Вечер на СПАС. Ток-шоу. (0+)
  - 00.10 День Патриарха. (0+)
  - 00.20 Византия. Жизнь после смерти. Христианская империя (IV-V века). 6 серия. (0+)
  - 01.05 Небо на земле: Монастыри, которых нет. (0+)
  - 01.35 Агитбригада. (16+)
  - 03.15 Русский мир. (12+)

Православный календарь

25 ноября  
Седмица 25-я по Пятидесятнице. Глас 7.  
Свт. Иоанна Милостивого, патриарха Александрийского.

Прп. Нила постника.  
Прп. Ахии. Блж. Иоанна Власатого, Ростовского. Прп. Нила Мироточивого, Афонского. Сщмч. Александра пресвите-ра. Сщмч. Константина, Владимира, Александра, Матфея, Димитрия, Петра пресвитеров и Симеона диакона. Иконы Божией Матери «Милостивая».

Поста нет.

«На молитве стой с трепетом, как осужденный преступник стоит перед судьёю, чтобы тебе и внешним видом, и внутренним устроением угасить гнев Праведного Судьи...»

Прп. Иоанн Лествичник

# какой выбрать свитер

## Оверсайз

Мягкий уютный оверсайз остается фаворитом холодного сезона. Свободный край создает максимальный комфорт, дает ощущение расслабленности, при этом хорошо согревая. Именно поэтому свитер оверсайз еще очень долго не выйдет из моды.

К тому же, объемный свитер можно по-разному комплектовать, и всякий раз он будет выглядеть очень интересно. Можно, например, носить его просто навыпуск, поверх юбки или брюк. Можно прихватить широким ремнем на талии или бедрах, создавая интересную драпировку. Можно заправить за пояс с одной стороны – и получить эффектную асимметрию, исключительно актуальную в этом сезоне.



– У тебя новый свитер?  
– Да, в чёрно-серо-бледо-рыжую крапинку. Теперь можно без опаски тискать котов любой расцветки.

## Короткие и длинные

Актуальный укороченный свитер на-верняка пригодится тем, кто предпочитает многослойность. Под него можно надеть рубашку, тунику или лонгслив и соз-дать интересный свободный образ. Очень хорошо укороченный свитер смотрится с джинсами, брючка-ми и юбками с завы-шенной талией. Удлиненный свитер – едва ли не самая практичная вещь для зимы, в нем точно не будет холодно. И конечно, с таким свитером возможны любые модные эксперименты, в том числе с уровнями и много-слойностью.

## Фактурная вязка

Чем более крупной, фактурной будет вязка свитера, тем более женственно он будет выглядеть. Нарочитая бру-тальность узора, крупные петли, как ни странно, только подчеркивают хрупкость женской фигуры – именно так работает игра на контрастах. Тем не менее, фактурная вязка придает образу определенный характер и яр-кую выразительность.

## Акцентные рукава

Еще один тренд этого сезона – необычные рукава. Они могут быть широкими и прямыми, расклешенными, объемными у плеч («бараний окорок»), расклешенными и присборенными у запястья («епи-скопский» рукав), и даже рукавами-буф. При этом на рукавах могут присутство-вать вышивка, аппликация, перья, бах-рома и другие элементы декора.

Светлана ИВАНОВА

## Воротник на молнии

С одной стороны, это недвусмысленный намек на спортивный стиль, его динамику и свежесть. Если, например, молнию расстегнуть полностью, а под свитер надеть футболку или лонгслив, получится расслабленный кэжуал образ. С другой стороны, если не расстегивать молнию до конца, а воротник отложить, образ будет гораздо более сдержан-ным, близким к деловому.

## Асимметрия

Динамичный и очень выразительный образ создает свитер с асимметричными деталями. Как правило, это низ – короткий спереди и длинный сзади, более длинный с одного бока или не-ровный в целом. Такие необычные, «неправильные» линии привлекают внимание, их хочется рассматривать, поэтому заинтересованные взгляды вам обеспечены.

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	ТВЦ	НТВ	РОССИЯ К	РОССИЯ К	СТС
	15.15 «Давай поженимся!» (16+)	20.00 Вести	11.55 «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ» (16+)	22.15 «СКОРОЯ ПОМОЩЬ» (16+)	20.45 Абсолютный слух	06.00 «Маша и медведь» (0+)		
05.00	Телеканал «Доброе утро»	05.00 Утро России	06.00 «Настроение»	05.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ» (16+)	06.30 Диалоги о животных	06.00 «Маша и медведь» (0+)		
09.00	Новости (с субтитрами)	09.00 Вести	08.15 «Доктор И...» (16+)	06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+)	07.20 Легенды мирового кино	08.20 «КУХНЯ» (12+)		
09.20	«Модный приговор» (0+)	09.30 Местное время	08.40 «В ТЕНИ БОЛЬШИХ ЧИСЕЛ: ЗНАКИ» (16+)	08.00 «Сегодня»	07.45 «История в шифрах»	12.20 «Стопроцентный волк» (12+)		
10.10	«Жить здорово!» (16+)	11.00 Вести	10.35 «Владимир Меньшов. Поздняя слава» (16+)	08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ» (16+)	22.10 «ДНИ ТУРБИНЫХ»	14.20 Впервые на СТС. «Пернатый патруль» (6+)		
11.00	«Время покажет» (16+)	11.30 Вести. Местное время	11.30 События	10.00 «Сегодня»	10.00 13.15 16.45 19.30 00.00 Новости культуры			
12.00	Новости (с субтитрами)	12.00 «60 минут» (12+)	11.55 «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ» (16+)	10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ» (16+)	10.15 Наблюдатель			
12.15	«Время покажет» (16+)	14.00 Вести	13.45 «Мой герой» (12+)	13.00 «Сегодня»	11.15 XXVI Международный телевизионный конкурс юных музыкантов «Щелкунчик». II тур. Струнные инструменты			
14.00	«Большая игра» (16+)	14.30 «КАМЕНСКАЯ» (16+)	14.30 События	13.25 «Чрезвычайное происшествие»	13.30 «Дело Ивана Порошкова»			
15.00	Новости (с субтитрами)	После опасного и страшного расследования дела Шутника Каменская решает уйти с работы. Вместе с мужем они отправляются на море в долгожданный отпуск. Однако и здесь она оказывается вовлечена в новое расследование. Убита молодая женщина Елена Дударева.	14.50 Город новостей	14.00 «Место встречи»	13.45 «Золушка». Добрые люди, где же вы?»			
15.15	«Давай поженимся!» (16+)	14.30 «КАМЕНСКАЯ» (16+)	15.05 02.50 «СЛЕПОЙ МЕТОД: РАЗВОД ПО-РУССКИ» (16+)	16.00 «Сегодня»	14.25 XXVI Международный телевизионный конкурс юных музыкантов «Щелкунчик». II тур. Фортепиано			
16.05	«Мужское / Женское» (16+)	16.30 Вести	17.00 «Сыграем в любовь» (16+)	16.45 «За гранью» (16+)	16.15 Библейский сюжет	16.15 «Куриный забег» (6+)		
17.00	«Большая игра» (16+)	17.00 «Малахов» (16+)	17.50 События	17.50 «ДНК» (16+)	17.00 XXVI Международный телевизионный конкурс юных музыкантов «Щелкунчик». II тур. Духовые и ударные инструменты	17.55 «МАМА БУДЕТ ПРОТИВ» (16+)		
18.00	Вечерние новости (с субтитрами)	18.00 «60 минут» (12+)	18.10 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: МИСТЕР ИКС» (16+)	19.00 «Сегодня»	19.00 Книги моей судьбы. К 95-летию Игоря Золотухинского	20.00 «КОНАН-ВАРВАР» (16+)		
18.30	«Время покажет» (16+)	20.00 Вести	20.05 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: КОФЕЙНЫЙ СЛЕД» (16+)	20.00 «АКУШЕР» (16+)	19.45 Главная роль	22.10 «ВЛАСТЬ ОГНЯ» (16+)		
19.50	«Пусть говорят» (16+)	21.10 Вести. Местное время	22.00 События	22.15 «СКОРОЯ ПОМОЩЬ» (16+)	20.05 Правила жизни	23.55 «МЕСТЬ ЗЕМЛИ» (16+)		
21.00	«Время»	21.30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (16+)	22.35 «Хватит слухов!» (16+)	23.35 «Сегодня»	20.30 Спокойной ночи, малыши!	01.55 Премьера. «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком (18+)		
22.00	«ВРАГ У ВОРОТ» (16+)	Вятов отслеживает передвижения подозреваемого Корнеева, и это дает новый виток расследованию. Становится известным место и способ обмена данными бандитами. Хотя это не помогло: перестрелка в сквере не привела к поимке подозреваемых.	23.05 «90-е. Мужья звёзд и звёздочки» (16+)	00.00 События. 25-й час	20.45 Абсолютный слух	02.45 Премьера. «Любви не бывает?» (16+)		
23.05	«Большая игра» (16+)	23.40 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+)	00.30 «Петровка, 38» (16+)	00.30 «Пётропавловск» (16+)	21.30 Власть факта	04.20 «Три кота» (0+)		
00.15	Премьера. «Шоу Вована и Лексуса» (16+)	02.20 «КАМЕНСКАЯ» (16+)	04.45 Прощание. (16+)	05.00 «Мой герой» (16+)	23.30 «Рассекреченная история»			
01.15	ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)	03.00 Вести	01.30 «Знак качества» (16+)	05.30 «Большое кино» (16+)	00.15 «ХХ век»			
03.00	Новости	03.30 «КАМЕНСКАЯ» (16+)	02.10 Мифы о еде. (16+)	01.50 «ВОЛК» (16+)	01.20 Мастер-класс			
03.05	ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)		04.20 «Владимир Меньшов. Поздняя слава» (16+)	01.50 «СКОРОЯ ПОМОЩЬ» (16+)	02.15 «Хранители жизни»			
5	5-Й КАНАЛ	ЗВЕЗДА	ЗВЕЗДА	ОТР	ОТР	МОСКВА24	МОСКВА 24	360° ПОДМОСКОВЬЕ
05.00	Известия. (16+)	05.20 «КРЕМЕНЬ» (16+)	06.00 23.45 «На приёме у главного врача» (12+)	06.00 «Утреннее вещание» (16+)	05.00 «Новости МО» (16+)	05.10 05.50 08.45 12.00 16.20 «Новости дня» (16+)		
05.25	«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6» (16+)	07.00 «Сегодня утром» (12+)	06.50 «Очень личное» (12+)	10.00 11.00 12.00 13.00 14.00 «Важные уроки» (12+)	05.55 «Важные уроки» (12+)	05.25 03.35 08.45 «Москва на все времена» (12+)		
08.25	«Стройнадзор» (16+)	09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)	07.30 20.15 «Календарь» (6+)	15.00 16.00 17.00 18.00 «Всё просто!» (12+)	06.45 07.05 «Дача 360» (12+)	05.55 15.55 «Звёзды советского экрана» (16+)		
09.00	Известия. (16+)	09.15 21.00 «Открытый эфир» (16+)	08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 «Какого лешего!» (12+)	19.00 20.00 21.00 22.00 22.35 23.00 00.00 01.00 «Дача 360» (12+)	07.50 08.20 13.15 15.10 21.05 «СССР. Знак качества» (12+)	06.20 06.30 «Моя Москва» (12+)		
09.30	«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6» (16+)	11.00 «Военное образование» (16+)	10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости «Суперфера 360» (12+)	02.00 «Новости» (16+)	09.05 12.20 «Внимание, еда!» (12+)	07.00 07.30 «Это было смешно» (16+)		
09.35	«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5» (16+)	11.50 13.25 «ПРИСТУПИТЬ КЛИКВИДАЦИИ» (12+)	10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости «Сделано в России» (12+)	12.20 14.25 15.20 16.20 17.20 «Деньги 24» (12+)	03.35 10.05 «Суперфера 360» (12+)	08.00 08.30 «Раскрывая тайны звёзд» (16+)		
13.00	Известия. (16+)	13.35 17.15 «КРЕМЕНЬ. ОСВОБОЖДЕНИЕ» (16+)	10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости «Погода на любой вкус» (12+)	14.35 21.35 05.35 «Доктор 24» (12+)	10.35 12.15 15.15 «Атмосфера» (12+)	08.50 10.30 «ЧУЖАЯ РОДНЯ» (16+)		
13.30	«СЛЕД» (16+)	18.50 «Специальный репортаж» (16+)	10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости «За МКАДром» (12+)	15.45 14.35 20.45 «Вопрос спорный» (12+)	11.20 13.50 14.50 17.45 04.30 «Доктор 24» (12+)	12.05 13.45 15.25 «Город с историей» (12+)		
17.00	Известия. (16+)	19.55 «По горячим следам» (16+)	10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости «Гостеприимство» (12+)	16.45 14.50 21.45 «Открытие Китая» (16+)	14.20 16.45 22.35 «Боги жаждут» (16+)	17.00 18.15 22.35 «Это Китай!» (16+)		
17.30	«СЛЕД» (16+)	20.10 «Секретные материалы» (16+)	10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости «Гостиная» (12+)	17.20 18.20 «Торги Москвы» (12+)	16.10 16.45 20.45 «Разбор полетов» (12+)	19.00 19.30 23.30 «Главные события дня» (16+)		
22.20	«СВОИ-7» (16+)	22.45 «Между тем» с Наталией Метлиной (12+)	10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости «Полиция в городе» (16+)	18.20 19.00 «Московский патруль» (16+)	17.05 17.45 22.35 «Страна Советов» (18+)	20.30 21.30 23.30 «Шестое чувство» (16+)		
23.05	«СВОИ-5» (16+)	23.15 «ДЕРЗОСТЬ» (12+)	10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости «Страна Советов» (18+)	19.00 19.45 20.10 «Мослекторий» (12+)	18.15 18.45 20.10 «Спецпроект. Наука» (12+)	21.30 21.45 23.30 «Лёгкая жизнь» (16+)		
00.00	Известия. Итоговый выпуск. (16+)	01.15 «В ДОБРЫЙ ЧАС!» (12+)	10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости «Страна Советов» (18+)	01.40 01.40 «Преодоление» (12+)	01.30 01.30 «Спецпроект. Наука» (12+)	01.35 01.35 01.35 «Лёгкая жизнь» (16+)		
00.30	«СВОИ-4» (16+)							
04.00	«СВОИ-7» (16+)							
04.40	«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3» (16+)							

РЕН	ТНТ	3	ТВ-3	ЧЕ!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)	21.00 «ЖУКИ». (16+)	08.30 «Слепая». (16+)	13.00 Решала. (16+)	06.00 «СОЛДАТЫ-17». (16+)	06.00, 14.55 «Тайны звёзд спорта». (12+)	12.35 Специальный репортаж. (12+)	07.10 Давай разведёмся! (16+)
05.00 18.00 00.40 04.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	07.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)	06.00 «Мультифильмы». (0+)	08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	08.00 Уётное видео. (16+)	06.30 04.30 Давай разведёмся! (16+)	05.20 По делам несовершеннолетних. (16+)	07.10 Тест на отцовство. (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)	19.00 «НЕЙРОВАСЯ». (16+)	08.30 «Слепая». (16+)	09.30 Гадалка. (16+)	13.00 Найди по ID. (16+)	07.00, 09.00, 12.55, 15.25, 03.55 Новости	08.10 «Понять. Простить». (16+)	10.30 «Понять. Простить». (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)	21.00 «ЖУКИ». (16+)	15.30 «Слепая». (16+)	18.00 «НЕВСКИЙ. ПРОВЕРКА НА ПРОЧНОСТЬ». (16+)	20.00 Проверим все. (16+)	07.05, 11.30, 15.30, 22.45 Все на Матч! Пр.тр.	11.35 00.25 «Порча». (16+)	14.30 «НАЗОВИ МЕНЯ ЛЮБИМОЙ», (16+)
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)				22.00 Новое остро-социальное потребительское реалити на «ЧЕ!» покажет, как обстоят дела за кулисами сервиса. Бескомпромиссные ведущие, блогер Денис Волевой и журналист Екатерина Кашутчик, изучат отзывы в интернете и под видом клиентов проведут тщательную ревизию популярных заведений.	09.05, 12.35 Специальный репортаж. (12+)	12.45 «Знахарка». (16+)	19.00 «СКОЛЬКО СТОИТ ЛЮБОВЬ», (16+)
10.00 «Засекреченные списки». (16+)				00.00 Опасные связи. (18+)	13.00 «Вид сверху». (12+)	13.20 «Верну любимого». (16+)	23.15 «Понять. Простить». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)				США, 2022 г.	14.25 «Лионель Месси». (12+)	13.55 «Голоса ушедших душ». (16+)	01.20 «Знахарка». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)				Блогер Мэдисон приезжает в Таиланд провести отпуск. Вот только та яркая и веселая жизнь в социальных сетях не совпадает с реальностью...	16.35 Футбол. ЦСКА - «Динамо». Fonbet Кубок России. Пр.тр.	14.30 «НАЗОВИ МЕНЯ ЛЮБИМОЙ», (16+)	01.45 «Верну любимого». (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)				«ШЕЛЕСТ. БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ». (16+)	20.00 Футбол. «Локомотив» (Москва) - «Спартак» (Москва). Fonbet Кубок России. Пр.тр.	02.15 «Голоса ушедших душ». (16+)	02.40 Тест на отцовство. (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)				05.15 «Мультифильмы». (0+)	00.00 Уётное видео. (16+)	04.20 «6 кадров». (16+)	
15.00 «100 вопросов обо всем». (16+)					03.30 Уётное видео. Лучшее. (16+)		
17.00 01.30 «Тайны Чапман». (16+)					04.40 «СОЛДАТЫ-17». (16+)		
20.00 «КОД 355». (16+)							
22.20 23.30 «МЕХАНИК: ВОСКРЕШЕНИЕ». (16+)							

**Социальная рента**  
Заключаем договор пожизненной ренты с содержанием и иждевением.

**8 (495) 997-22-54**

**Адрес:**  
ул. Рождественка, д. 5/7, стр. 1, эт. 3, оф. 11

**- Сохранение гарантий и льгот предусмотренных законодательством.**  
**- Полное освобождение от коммунальных платежей.**  
**- Вы живете в комфорте и заботе, а все необходимые расходы на нас.**  
**- Персональный куратор, готовый прийти на помощь в любой момент.**  
**- Гарантированная юридическая безопасность при заключении договора, защита от мошенников и навязчивых предложений.**  
**- Ежемесячная финансовая поддержка или помощь в натуральной форме (на выбор).**  
**- При необходимости предоставляем пансионат за наш счет.**

**Сайт:** [patronazn.ru](http://patronazn.ru)

ООО «Социальная Рента», ИНН: 9702068905, ОГРН: 1247700502906. Реклама

\*\*\*  
Если вы идёте с женой, а навстречу красавая девушка, и жена спрашивает: «Правда, она красавая?», то ответ «Да» неверен. Ответ «Нет» тоже неверен. Правильный ответ: «Кто?»

\*\*\*  
Девушка спрашивает своего парня, заядлого футбольного фаната:  
– Скажи, я красива?  
– Конечно!  
– А насколько я красива?  
– Как гол на 90-й минуте!

\*\*\*  
Дорогие девушки, не давайте парням ложных надежд! Не оставляйте на плите пустую сковороду с закрытой крышкой.

**ТЕЛЕМАСТЕР**

**ДМИТРИЙ**

**НАСТРОЙКА КАНАЛОВ**  
настройка нового телевизора  
сортировка каналов

настройка смарт тв  
настройка цифровой тв-приставки  
прощивка телевизора  
риббит плохо показывает

тихий звук  
прокладка антенного кабеля  
подключение и настройка тв  
нет сигнала  
плохо работает пульт

**8 (906) 055-44-48**



## СУСТАВЫ ПОД ЗАЩИТОЙ

С годами суставы подвергаются износу и если не давать хондроцитам своевременного необходимого питания и не насыщать хрящевую ткань нужными аминокислотами, то уже в раннем возрасте человек может столкнуться с такими неприятными последствиями как артрит и артроз. Нужно беречь свою подвижность и восполнять все дефициты организма!

«АКТИАР» – сбалансированный премикс для поддержания подвижности и эластичности суставов, защищает весь опорно-двигательный аппарат. Это новый современный продукт содержащий пептид рыбного коллагена, включающий в себя более 19 аминокислот,

среди которых есть ПРОЛИН и ряд других незаменимых для организма человека микро- и макроэлементов. Состав продукта сбалансирован таким образом, чтобы нести пользу не только суставам, но и всему организму: сосудистой системе, эндокринной системе, ЦНС.

В составе «АКТИАР» содержится 6 экстрактов лекарственных трав, гиалуроновая кислота и комплекс витаминов. Пептиды рыбного коллагена в совокупности с растительными экстрактами в составе «АКТИАР» быстро дают питание суставом, связкам и костям, способствуют улучшению подвижности.

**Заштите свои суставы сейчас!**

ПОЛНУЮ ИНФОРМАЦИЮ О ПРОДУКТЕ ВЫ МОЖЕТЕ УЗНАТЬ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 8 (800) 333-47-79, 8 (495) 966-20-67

## КИНО И СЕРИАЛЫ

## МОСФИЛЬМ, золотая коллекция

- 07.50 Мультфильмы. (0+; 16+)  
 09.00 «Жу-жу-жу». Мультфильм. (0+)  
 09.10 «КОМЕДИЯ ДАВНО МИ-НУВШИХ ДНЕЙ». (16+)  
 10.45 «ВЫ МНЕ ПИСАЛИ». (16+)  
 12.25 «ДАЙТЕ ЖАЛОБУЮ КНИГУ». (16+)  
 14.00 «АДАМ И ХЕВА». (16+)  
 15.15 «НЕ СТРЕЛИТЕ В БЕЛЫХ ЛЕБЕДЕЙ». (16+)  
 17.50 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-2». (16+)  
 19.30 «ГАРАЖ». (16+)  
 21.20 «ИСЧЕЗНУВШАЯ ИМПЕРИЯ». (16+)  
 23.20 «РАЗ НА РАЗ НЕ ПРИХОДИТСЯ». (16+)  
 00.35 «ИНТЕРДЕВОЧКА». (18+)  
 03.05 «КРИМИНАЛЬНЫЙ ТАЛАНТ». (18+)  
 05.35 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА». (16+)

## VIU TV1000 VIU TV1000

- 05.30 «ЧЕЛОВЕК-МОТЫЛЁК». (16+)  
 07.30 «КОМНАТА ЖЕЛАНИЙ». (16+)  
 09.15, 11.05 «УБИЙСТВА В...». (16+)  
 12.55 «АННА. СОВЕРШЕННОЕ ОРУЖИЕ». (16+)  
 14.50 «БЕГЛЕЦ». (16+)  
 16.55 «ПАДЕНИЕ ОЛИМПА». (16+)  
 Остросюжетный боевик, США, 2013 г.  
 19.00 «ПАДЕНИЕ ЛОНДОНА». (16+)  
 Криминальный боевик, Великобритания, США, 2016 г.  
 20.45 «ПАДЕНИЕ АНГЕЛА». (16+)  
 22.50, 00.40 «УБИЙСТВА В...». (16+)  
 02.20 «ДЖОН УИК 3». (16+)  
 04.15 «ДА, ВОЗМОЖНО». (16+)

## VIU TV1000 VIU TV1000 РУССКОЕ

- 05.30 «Простоквашино». (Царевны). Мультсериалы. (6+)  
 06.55 «Смешарики». Мультсериал. (6+)  
 07.40 «три кота». Мультсериал. (6+)  
 08.30 «Авантурюристы». (16+)  
 10.10 «ВАСИЛИЙ». (16+)  
 12.00 «КАНИКУЛЫ ПРЕЗИДЕНТА». (16+)  
 13.45 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)  
 15.30 «БЫТЬ». (16+)  
 17.25 «НОВОГОДНИЙ ШЕФ». (16+)  
 19.00 «МУЖСКОЕ СЛОВО». (16+)  
 20.40 «МЕТРО». (16+)  
 22.55 «ПОСЛЕДНЕЕ ИСПЫТАНИЕ». (16+)  
 01.20 «СМЕРТЕЛЬНЫЕ ИЛЮЗИИ». (16+)  
 03.00 «ИНДРОМ». (16+)  
 04.25 Мультфильмы. (6+)

## VIU TV1000 VIU TV1000 ACTION

- 06.10 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: МОНСТР ГЛУБИНЫ». (16+)  
 07.40 «ХИЩНЫЕ ВОДЫ: ЗАПАДНЯЯ». (16+)  
 09.15 «СВЯТЫЕ ИЗ БУНДОКА». (16+)  
 11.05 «ЧАСТИЛЬСВО ЧИСЛО СЛЕВИНА». (16+)  
 12.50 «ЛЕГЕНДА». (16+)  
 15.00 «ОТСУТНИКИ». (16+)  
 17.30 «ПОКЕРФЕЙС». (16+)  
 19.00 «ПРОФЕССИОНАЛ». (16+)  
 21.05 «ШАЛЬНАЯ КАРТА». (16+)  
 22.35 «ОХОТА НА ВОРОВ». (16+)  
 01.00 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ». (16+)  
 02.40 «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУССТВО ПОБЕДАТЬ». (16+)  
 04.25 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ 2: АДВОКАТ». (16+)

## ИЛЛЮЗИОН+

- 01.10 «КРИК 4». (18+)  
 02.55 «ДЕЛО ХРАБРЫХ». (16+)  
 05.00 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)  
 06.35 «ДОБЕЙСЯ УСПЕХА». (16+)  
 08.10 «ИСКАТЕЛЬ ВОДЫ». (16+)  
 09.50 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)  
 11.10 «ЛАРРИ КРАУН». (16+)  
 12.45 «ХРАНИТЕЛИ ПЯТИ КОРОЛЕВСТВ». (12+)  
 14.25 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)  
 15.50 «КТО УБИЛ BLACKBERRY». (16+)  
 17.40 «УИКЕНД С БАТЕЙ». (16+)  
 19.05 «БОЛЕЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)  
 20.30 «СУМАШЕДШАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)  
 22.10 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)

## РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

- 08.05 «БАТЯ». (16+)  
 Комедия, Россия, 2020 г.  
 09.30 «МАРУСЯ». (16+)  
 11.00 «ВЫИГРАТЬ ИЛИ ПОБЕДИТЬ». (12+)  
 12.45 «НЕБО». (16+)  
 15.15 «НОЧЬ ДЛЯНОЮ В ЖИЗНЬ». (16+)  
 17.00 «ПРИЗРАК». (16+)  
 19.00 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)  
 Комедия, мелодрама, фантастика, Россия, 2021 г.  
 21.00 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ». (16+)  
 19.30 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ТВЕРЬ». (16+)  
 21.05 «БЫВШИЙ В ПОМОЩЬ». (16+)  
 Драма, Россия, 2023 г.  
 00.20 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (16+)  
 02.35 «ТРЕНЕР». (16+)  
 04.50 «КАПИТАН ГОЛЛИВУД». (16+)

## КИНОКОМЕДИЯ

- 00.35 «ОЧЕНЬ ПРОХОЖИЕ МАМОЧКИ». (18+)  
 02.40, 03.35 «ПРОЕКТ «АННА НИКОЛАЕВНА». (18+)  
 04.35 «ТАКСИ». (16+)  
 06.10 «ЭЛВИРА: ПОВЕЛТЕЛЬНИЦА ТЫМЫ». (16+)  
 08.00 «БРЕМЕНСКИЕ МУЗЫКАНТЫ». (6+)  
 10.10 «ТАКСИ 3». (16+)  
 11.45 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)  
 13.55 «ЗА ПАЛЫЧА!». (12+)  
 15.45 «КОНЦ СЛАВЫ». (16+)  
 17.30 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)  
 19.30 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ТВЕРЬ». (12+)  
 21.05 «БЫВШИЙ В ПОМОЩЬ». (16+)  
 Комедия, мелодрама, Россия, 2024 г.  
 22.50 «ЧЕТВЕРО ПРОТИВ БАНКА». (16+)

## ДОМ КИНО

- 05.20 «Фишки против кработов». Мультфильм. (6+)  
 06.40 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)  
 08.00 «СТАРУШКИ В БЕГАХ-2». (16+)  
 10.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)  
 12.20 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)  
 22.30 «СВАТЫ». (16+)  
 23.30 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)  
 02.00 «КОРОЛЁВ». (16+)  
 Россия, 2007 г. В ролях: Сергей Астахов, Наталья Фатеева, Виктория Толстоганова, Сергей Юрский  
 13.25 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)  
 21.05 «БЫВШИЙ В ПОМОЩЬ». (16+)  
 00.20 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (16+)  
 02.35 «ТРЕНЕР». (16+)  
 04.00 «КАЛАЧИ». (12+)

## РУССКИЙ РОМАН

- 07.10 «ПОДМЕНА». (16+)  
 10.30 «ДУБЛЕРША». (16+)  
 13.50 «НЕ ОБМАНИ!». (16+)  
 2022 г. В ролях: Елена Сафонова, Анатолий Лобоцкий, Марина Денисова  
 15.25 «ТОЧКА НЕВОЗВРАТА». (16+)  
 2017 г. В ролях: Мария Щербакина, Дмитрий Миллер, Дарья Кондратьева  
 17.25 «СКАЖИ ТОЛЬКО СЛОВО». (16+)  
 2019 г. В ролях: Ольга Гришина, Валентин Томусяк, Сергей Деньга  
 21.00 «ДЕТДОМОВКА». (16+)  
 2021 г. В ролях: Эмилия Спивак, Александр Ратников, Евгений Ганелин, Андрей Некрасов  
 00.20 «ЖЕНЩИНЫ». (16+)  
 03.30 «НЕ ОБМАНИ!». (16+)  
 04.55 «МАШИН ДОМ». (16+)

## СИНЕМА

- 06.20 «ГОРОД ТАЙН». (18+)  
 08.20 «ЛАМБОРГИНИ: ЧЕЛОВЕК-ЛЕГЕНДА». (18+)  
 09.55 «КОЛЛЕКТОРЫ». (18+)  
 11.30 «КОЛЛЕКТОРЫ-2». (18+)  
 13.15 «ДРАЙВ». (18+)  
 14.55 «СЛАВНЫЕ ПАРНИ». (18+)  
 16.55 «КОДЕКС КИЛЛЕРА». (18+)  
 18.45 «ВЕСЁЛЫЕ КАНИКУЛЫ». (18+)  
 США, Мексика, 2011 г.  
 20.15 «ПАРТУЛЬ». (18+)  
 США, Великобритания, 2012 г.  
 22.00 «АКУЛА: НАЧАЛО». (18+)  
 Южная Корея, 2021 г.  
 23.55 «ПОВЕЛИТЕЛЬ БУРИ». (18+)  
 02.05 «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ». (16+)  
 04.00 «БЕЛЫЙ ШКАВ». (16+)

## СУББОТА!

- 05.00, 04.30 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь». Машинки Песенки, «Машинки сказки», «Машинки страшилки», «Маша и Медведь». Скажите «Ой!», «Маша и Медведь». Анимашки, «Маша и Медведь». 12 месяцев». Мультфильмы. (0+)  
 19.10, 20.20 «КЛОН». (16+)  
 21.00, 22.00 Чикули. (16+)  
 23.10, 23.40 «ДИКАЯ РОЗА». (16+)  
 00.00 «Суббота News 2025». (16+)  
 00.10, 01.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА». (16+)  
 01.40 «ЧЁРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)  
 02.40 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)  
 03.25 «Буба». Мультсериал. (0+)

## ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)  
 08.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)  
 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)  
 Серия. Мелодрама, Россия, 2018 г. В ролях: Татьяна Аристогути, Алексей Фатеев  
 12.00, 20.00, 04.00 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ КАМПАНИЯ-2». (16+)  
 В крови Миско обнаружен химический препарат из арсенала спецслужб - так называемая «сыворотка гнева», но эта зацепка приводит лишь к новым вопросам... Неожиданно для всех странно проявляет себя Нил...  
 14.00, 22.00, 06.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)  
 15.00, 23.00, 07.00 «ДВОЕ ИЗ ЛАРИА-2». (18+)  
 Сериал. Криминал, детектив, приключения, Россия, 2008 г. В ролях: Андрей Зубров, Алексей Осипов, Роман Громадский, Екатерина Медведева, Роман Агеев  
 13.00, 21.00, 05.00 «АКТЕР». (18+)  
 14.00, 22.00, 06.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)  
 15.00, 23.00, 07.00 «ДВОЕ ИЗ ЛАРИА-2». (18+)  
 Сериал. Криминал, детектив, приключения, Россия, 2008 г. В ролях: Андрей Зубров, Алексей Осипов, Роман Громадский, Екатерина Медведева, Роман Агеев  
 01.35 «МАРГОША». (16+)  
 03.55 Даёшь молодёжь! (16+)

## СТС LOVE

- 06.00 Даёшь молодёжь! (16+)  
 08.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)  
 10.20 «ХОРОШИЙ МАЛЬЧИК». (16+)  
 12.05 «+1». (18+)  
 14.05 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)  
 16.05 «ВОЛК С УОЛЛ-СТРИТ». (18+)  
 19.00 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)  
 США, Канада, 2009 г.  
 20.50 «13». (18+)  
 США, 2009 г.  
 22.30 «ЧЕГО ХОДЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)  
 00.45 «ВЛАСТЬ». (18+)  
 02.40 «ОГРАБЛЕНИЕ ПОДЖЕНТЕЛЬМЕНСКИХ». (16+)  
 04.05 «КОМАНДА МЕЧТЫ». (16+)  
 05.40 «ЛЮБОВЬ С РИСКОМ ДЛЯ ЖИЗНИ». (16+)

## TB21

- 07.00 «ДЖУЛЬЕТТА». (16+)  
 08.40 «ГАМБИТ». (16+)  
 10.20 «ХОРОШИЙ МАЛЬЧИК». (16+)  
 12.05 «+1». (18+)  
 14.05 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)  
 16.05 «ВОЛК С УОЛЛ-СТРИТ». (18+)  
 19.00 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)  
 США, Канада, 2009 г.  
 20.50 «13». (18+)  
 США, 2009 г.  
 22.30 «ЧЕГО ХОДЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)  
 00.45 «ВЛАСТЬ». (18+)  
 02.40 «ОГРАБЛЕНИЕ ПОДЖЕНТЕЛЬМЕНСКИХ». (16+)  
 04.05 «КОМАНДА МЕЧТЫ». (16+)  
 05.40 «ЛЮБОВЬ С РИСКОМ ДЛЯ ЖИЗНИ». (16+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

## МИР

- 05.00, 06.15 «КИТАЙСКИЙ СЕРВИС». (16+)  
 06.00, 10.00, 13.00, 16.00 Новости  
 06.50 «СЛУЖИЛИ ДВА ТОВАРИЩА». (16+)  
 08.50, 10.10 «НА ЯСНЫЙ ОГОНЬ». (16+)  
 12.50 «ЛЕГЕНДА». (16+)  
 15.00 «ОТСУТНИКИ». (16+)  
 17.30 «ПОМОГИ ОБА!». (16+)  
 13.30 «НА БЕЗЫМЯННОЙ ВЫСОТЕ». (16+)  
 17.20 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ЗАПАДНЫЙ ФРОНТ». (16+)  
 12.30 Понят. Простить. (16+)  
 13.15 Мировое соглашение. (16+)  
 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)  
 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)  
 16.15, 18.20 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)  
 18.00 Вместе каждый день. (12+)  
 18.40 Дела судебные. Деньги верните! (16+)  
 20.30 Миллион за 5 минут. (16+)  
 21.55 Игра в кино. (16+)  
 22.35 «ЖИТЬ СНАЧАЛА». (16+)  
 01.25 Первый Евразийский канал. (12+)  
 02.35 «РУССКОЕ ПОЛЕ». (16+)  
 04.00 «КАНИКУЛЫ КРОША». (16+)

## ПОБЕДА

- 04.45 «Путь к Победе». (16+)  
 05.45 «ЛЕТО 1941 ГОДА». (16+)  
 07.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)  
 09.30 «БАЛАБОЛ». (16+)  
 13.30 «НА БЕЗЫМЯННОЙ ВЫСОТЕ». (16+)  
 17.20 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ЗАПАДНЫЙ ФРОНТ». (16+)  
 12.30 Секретной группе разведывательного управления РККА поручают только самые сложные задания, и никто не знает имён бойцов этого подразделения. Уничтожение отряда фашистских провокаторов, переброска секретных документов, поимка вражеских диверсантов, организации прикрытия советских резидентов и многие другие подвиги группы будут храниться в военных архивах под грифом «совершено по секрету»...

- 05.00 Секреты на кухне. Капуста. (16+)  
 05.40 Пятница News. (16+)  
 06.10 Гость у порога. Улан-Удэ. (16+)  
 07.40 Четыре дачи. Московская область. (16+)  
 09.00 Битва шефов. (16+)  
 11.10 Полная посадка. (16+)  
 Непрофессиональные повара покажут свои кулинарные способности. Они докажут, что смогут отдать полную посадку не хуже профессионалов.  
 12.40, 14.40, 16.50 Битва шефов. (16+)  
 19.00 Молодые ножи. (16+)  
 20.30 Полная посадка. (16+)  
 22.00 Битва шефов. Звезды. (16+)  
 00.00 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. «Динамо» (Москва) – «Локомотив» (Новосибирск). (6+)
  - 07.50 «Непридуманные истории. Приморский край». (12+)
  - 08.30 Футзал. Бетсити Суперлига. «Синара» (Екатеринбург) – «Газпром-ЮГра» (Югорск). (6+)
  - 10.15 «Корабелки». Специальный репортаж. (12+)
  - 10.30, 18.55, 05.30 «бх». Волейбольное обозрение. (12+)
  - 11.00, 13.15, 16.20, 19.20 Новости. (0+)
  - 11.05 Бильярд. Кубок мира. Свободная пирамида. Мужчины. 1/2 финала. Трансляция из Новосибирска. (6+)
  - 12.40, 03.10 «Человек из футбола». (12+)
  - 13.20, 23.55 Гандбол. СЕНА-Газпром Лига. «Зенит» (Россия) – «СКА-Минск» (Белоруссия). (6+)
- МУЛЬТИКАЛЫ**
- 14.45 «География спорта. Москва». (12+)
  - 15.15 «Страна спортивная». (12+)
  - 15.30 «10 лет в спорте. 2016/2017». (12+)
  - 16.00 Специальный репортаж. (12+)
  - 16.25, 21.55 «Вид сверху». (12+)
  - 16.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. «Динамо-Урал» (Уфа) – «Кузбасс» (Кемерово). Прямая трансляция
  - 19.25 «Сюрприз». (12+)
  - 19.55 Профессиональный бокс. RCC Boxing. Заур Абдуллаев против Альберто Ролдана. Трансляция из Екатеринбурга. (16+)
  - 22.00 Специальный репортаж. (12+)
  - 22.40 Есть тема! (16+)
  - 01.20 «Небесная грация». (6+)
  - 01.40 Спортивная гимнастика. Кубок Михаила Воронина. (6+)
  - 03.40 Баскетбол. Единая лига ВТБ. ЦСКА – «Зенит» (Санкт-Петербург). (6+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 Муз'итив. (16+)
  - 06.10 Новое Радио чарт. (16+)
  - 07.00 Муззнерго. (16+)
  - 08.10Teen чарт. (16+)
  - 08.40 PRO-новости. (16+)
  - 09.00 Топ чарт Европы плюс. (16+)
  - 10.00 Плейлист | Осень. (16+)
  - 11.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
  - 13.00 Лихие хиты. (16+)
  - 14.00 Плейлист | Осень. (16+)
  - 15.00 PRO-новости. (16+)
  - 15.20 В десятку! (16+)
- ДЕТСКИЙ МИР**
- 16.00 Народный микрофон. (16+)
  - 17.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
  - 18.00 PRO-новости. (16+)
  - 18.20 10 самых! (16+)
  - 18.55 Плейлист | Осень. (16+)
  - 19.45 Кто следующий? (16+)
  - 20.35 Смерть или инсценировка? Как исчезают звезды. (16+)
  - 21.40 PRO-новости. (16+)
  - 22.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
  - 00.00 Плейлист | Осень. (16+)
  - 01.00 Золотая лихорадка. (16+)
  - 03.00 Караконг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТИКАЛЫ**
- 06.00, 12.00 Время малышей. (0+)
  - 07.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
  - 07.15 «Простоквашин». (0+)
  - 08.00 «Кот Басик». (0+)
  - 08.10, 14.30, 19.45 «Маша и Медведь». (0+)
  - 09.00 «Говорящий Том». (0+)
  - 09.25, 00.05 «Фиксики. Новенькие». (0+)
  - 10.25 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
  - 10.40, 21.05, 02.00 «Барбоскины». (0+)
  - 11.50 «Бумакки». (0+)
  - 13.00 «Тара Дункан». (6+)
  - 13.25 «Приключения Бубы». (6+)
  - 14.15 «Отважные дракончики». (6+)
  - 15.30 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
  - 16.00 «Фиксики. Новенькие» (0+), «Джи-Джи Бонд: супергонщик» (6+)
  - 17.00, 01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
  - 18.05 «Кошечки-собачки». (0+)
  - 18.45 «Лунтик». (0+)
  - 20.30 «Геройчики». (0+)
  - 22.00 «Армор Рейнджер». (6+)
  - 22.15 «Буба». (6+)
  - 23.00 «Турбозавры». (0+)
  - 23.30 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- О!**
- 05.00 «Песенки с Лёвой». (0+)
  - 05.05 «Три кота». (0+)
  - 05.30 «Песенки с Совёнком ХопХоп». (0+)
  - 05.35 «Совёнок ХопХоп». (0+)
  - 06.00 «Ум и Хрум». (0+)
  - 07.00 «Три кота». (0+)
  - 09.30 «Супер Крылья. Удивительные питомцы». (0+)
  - 10.20 «Команда Флоры. Экопатруль». (0+)
  - 11.00 «Шаренвны». (0+)
  - 12.00 «Ум и Хрум». (0+)
  - 13.10 «Простая арифметика». (0+)
  - 13.15 «Три кота». (0+)
  - 15.30 «Открытия». (0+)
  - 15.45 «Приключения Ам Няма». (0+)
  - 17.00 «Царевны». (0+)
  - 18.20 «Мультилеки. Шоу». (0+)
  - 18.25 «Три кота». (0+)
  - 22.00 «Шаренвны». (0+)
  - 23.30 «Детский сад для зверят». (6+)
  - 00.00 «Смешарики. Пинкод». (6+)
  - 02.00 «Лекс и Плу. Космические такисты». (6+)
  - 04.00 «Кукжакла». (0+)
  - 04.05 «Три кота». (0+)

- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние птички. «Котики, вперед!», «Три кота», «Играем вместе», «Фиксики. Дай пять!» (0+)
  - 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
  - 07.35 «Яммиленд». (6+)
  - 07.40 «Лунтик». (0+)
  - 09.20 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
  - 09.30 «Лунтик». (0+)
  - 10.45 «Всё, что вы хотели знать!» (6+)
  - Хотите знать обо всём на свете? Эта интерактивная развлекательная программа весело и доступно расскажет юным зрителям о многих интересных событиях и вещах.
  - Ведущий программы – невероятно весёлый и зажигательный профессор Ипкис! Он прочёл миллионы книг, посмотрел стотысяч фильмов, избрал весь Интернет и теперь знает всё и с радостью готов делиться своими открытиями с маленькими зрителями.
  - 11.15 «Диностер». (6+)
  - 11.30 «Три кота». (0+)
  - 13.10 «Минифорс. Сила динозавров». (6+)
  - 13.35 «Инфинити Надо». (6+)
  - 14.00 «Карбот». (6+)
  - 14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
  - 14.40 «Ум и Хрум». (0+)
  - 16.00 Час «Союзмультифильма». (6+)
  - 17.00 «ЛОЛ Сюрприз. Дорожное путешествие». (6+)
  - 17.10 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
  - 17.15 «Барбоскины». (0+)
  - 19.05 «Кот Басик». (0+)
  - 19.20 «Мини-Мишки». (0+)
  - 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
  - 21.15 «Царевны». (0+)
  - 22.05 «Дикие скричеры!» (6+)
  - 22.35 «Армор Рейнджер». (6+)
  - 23.00 «Фьюжн Мак». (6+)
  - 23.25 «Ералаш». (6+)
  - 00.40 «Приключения Пети и Волка». (12+)
  - 02.40 «Лудлвилль». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 19.30, 01.05 Абхазия. Страна души. (0+)
  - 20.35, 04.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
  - 21.35, 22.10 Поле битвы. (16+)
  - 22.40 Апостолы: Филипп и Варфоломей. (0+)
  - 23.15 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
  - 00.10 День Патриарха. (0+)
  - 00.20 Византия. Жизнь после смерти. Обожение. Как человеку стать Богом? XIII-XIV века. 18 серия. (0+)
  - 02.00 С преподобным Паисием Святогорцем по жизни. (0+)
  - 02.50 Поле битвы. (16+)
  - 03.20 Глобус православия. (12+)

Православный календарь

26 ноября  
Седмица 25-я по Пятидесятнице. Глас 7.  
Свт. Иоанна Златоустого,  
архиеп. Константинопольского.



Мчч. Антонина,  
Никифора и Германа.  
Мц. Манефы.

Поста нет.

◀ Те, которые хвалят нас, умножают в нас надменность, возбуждают гордость, тщеславие, беспечность и делают душу изнеженной и слабой! Свт. Иоанн Златоуст

				Спорт на парусниках	Сказочно большая женщина													Кружевной узор						Сетка, с которой "взлетают" акробаты
Город, откопал Шиман	Поэт среди декабристов					Гужевой предок грузовика		Из него заячья избушка в сказке		Любимый удав Маугли		Греческий бог южного ветра		Часть пьесы, спектакля			Античный герой, слабый на пятку	Сирена на корабле					"Ложкари" за столом	
				"Человек" по-латыни	Лошадка "в пижаме"					Наследник из сказки Олеши						"Ученые - ... а неученые - тьма"								
Паз, разъем в компьютере	Корнеплод с алоей шкуркой			Узбекский пирожок с мясом или тыквой												Спорт на роликовой доске								
Роберт, шотландский поэт																Антилопа на гербе Зимбабве								
Работающие в школе	Одна из ярких летних звезд			Отверстие для выпуска якоря												Луконный дом в Нью-Йорке							"Компания" монарха	
	Напарник игрека															Перемолотое на фарш	Имя финского писателя Ларни	Толстощекий крепыш в коляске					Большая связка сена	
	Они состоят из цифр			Взбитое в пену лакомство	Столетник в цветочном горшке											Густой туман, дымка	Приятная устроенность жизни							
						Главная река Аляски		Стихотворение во славу героя		Единица измерения времени и углов		Другое название цветка-касатика		Обязанность сиделки										
	Река Лондона			"Волокно" для банных мочалок												Город, которым грезил Бендер								
				Актриса ... Тоту в роли Амели						Трек Artik & Asti "... не я"						Имя брата Тома Сойера	На лапке петуха							
	Аркан для вольного скакуна			Вулкан с кузницей бога Гефеста												Б	С	Д	Е	З	И	К	Телек	

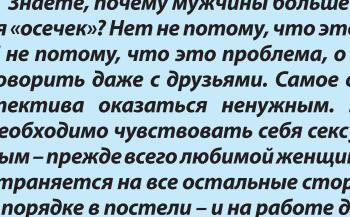
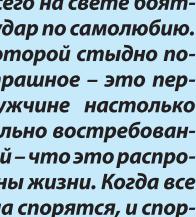


Наш адрес в интернете: [www.slavianka.ru](http://www.slavianka.ru). 8 (495) 626-04-75, 8 (495) 626-05-68

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

Реклама

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	ТВЦ	НТВ	РОССИЯ К	РОССИЯ К	СТС
	<b>БОЛЬШАЯ ИГРА</b>	<b>УТРО России</b>	<b>Доктор И...</b>	<b>Поздняков</b>		<b>Энигма</b>		<b>Маша и медведь</b>
	14.00 «Большая игра». (16+)	05.00 Утро России	08.15 «Доктор И...» (16+)	01.00 «Поздняков». (16+)		21.35 Энигма		06.00 «Маша и медведь». (0+)
05.00	Телеканал «Доброе утро»	05.00 Утро России	06.00 «Настроение»	05.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».	06.30 Диалоги о животных	06.00 «Маша и медведь». (0+)	05.00 «МАМА БУДЕТ ПРОТИВ».	06.00 «Маша и медведь». (0+)
09.00	Новости (с субтитрами)	09.00 Вести	08.15 «Доктор И...» (16+)	06.30 «Утро. Самое лучшее».	07.20 Легенды мирового	08.30 «КУХНЯ».	12.35 «Гномы в деле!» (6+)	08.30 «КУХНЯ».
09.20	«Модный приговор». (0+)	09.30 Местное время	<b>08.40 «В ТЕНИ БОЛЬШИХ ЧИСЕЛ: ЗНАКИ».</b> (16+)	08.00 «Сегодня»	07.45 «Молодинская битва. Забытый подвиг»	14.05 «Вака - заколдованый воин». (6+)	14.05 «Вака - заколдованый воин». (6+)	14.05 «Вака - заколдованый воин». (6+)
10.10	«Жить здорово!» (16+)	09.55 О самом главном. (12+)	10.40 «Валерий Баринов. Человек игры». (16+)	<b>08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».</b> (16+)	08.25 «Забытое ремесло»	16.15 «Пушистое превращение». (6+)	16.15 «Пушистое превращение». (6+)	16.15 «Пушистое превращение». (6+)
11.00	«Время покажет». (16+)	11.00 Вести	11.30 События	10.00 «Сегодня»	<b>08.40 «22.20 «ДНИ ТУРБИНЫХ»</b>	10.00 12.30 17.00 19.30 00.00 Новости культуры	17.55 «МАМА БУДЕТ ПРОТИВ».	17.55 «МАМА БУДЕТ ПРОТИВ».
12.00	Новости (с субтитрами)	12.00 «60 минут». (12+)	<b>11.50 «СОКОЛОВА ПОДЗРЕВАЕТ ВСЕХ».</b> (16+)	10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».	10.00 «Сегодня»	10.15 Наблюдатель	20.00 «ГЛУБОКОВОДНЫЙ ГОРИЗОНТ».	20.00 «ГЛУБОКОВОДНЫЙ ГОРИЗОНТ».
12.15	«Время покажет». (16+)	14.00 Вести	13.45 «Мой герой». (12+)	13.00 «Сегодня»	13.00 «Сегодня»	11.15 00.15 «ХХ век»	Гонконг - США, 2016 г.	Гонконг - США, 2016 г.
14.00	«Большая игра». (16+)	<b>14.30 «КАМЕНСКАЯ».</b> (16+)	14.30 События	13.25 «Чрезвычайное происшествие»	14.00 «Место встречи»	11.50 Больше, чем любовь. К 95-летию со дня рождения Нины Гребешковой	Драматический триллер.	Драматический триллер.
15.00	Новости (с субтитрами)	Артём остаётся жив. Настя возвращается в милицию и уже официально берётся за это дело. Ермилов ведёт дело со стороны прокуратуры. Обнаруживают труп Кости Вяткина, умершего от передозировки наркотиками.	14.50 Город новостей	14.00 «Сегодня»	16.00 «За гранью». (16+)	12.45 Новости. Подробно.	В ролях: Марк Уолберг, Курт Рассел, Джон Малкович.	В ролях: Марк Уолберг, Курт Рассел, Джон Малкович.
15.15	«Давай поженимся!» (16+)	Вести	<b>15.05 02.50 «СЛЕПОЙ МЕТОД: ЭФФЕКТ РАСЕМОНА».</b> (16+)	14.20 «Сегодня»	17.50 «ДНК». (16+)	13.00 12.30 17.00 19.30 00.00 Новости культуры	История, основанная на реальных событиях, о страшной аварии на нефтяной платформе «Глубоководный горизонт», которая произошла в 2010 году в Мексиканском заливе.	История, основанная на реальных событиях, о страшной аварии на нефтяной платформе «Глубоководный горизонт», которая произошла в 2010 году в Мексиканском заливе.
16.05	«Мужское / Женское». (16+)	16.30 «Малахов». (16+)	17.00 «Одноразовые звёзды». (16+)	14.40 «Сегодня»	19.00 «Сегодня»	10.15 «ХХ век»	«2 Верник 2»	«2 Верник 2»
17.00	«Большая игра». (16+)	18.00 «60 минут». (12+)	17.50 События	15.00 «Сегодня»	20.00 «АКУШЕР».	11.15 «XX век»	16.30 «Пряничный домик»	16.30 «Пряничный домик»
18.00	Вечерние новости (с субтитрами)	20.00 Вести	<b>18.10 «СПАСАТЕЛЬ».</b> (16+)	15.35 «Сегодня»	20.00 «АКУШЕР».	11.50 «Хранители жизни»	17.15 01.20 Мастер-класс	17.15 01.20 Мастер-класс
18.30	«Время покажет». (16+)	21.10 Вести. Местное время	Россия, 2025 г. Детектив. В ролях: Олег Назаров, Майя Вознесенская. Шесть лет назад капитан МЧС Николай Немов спас из затопленных шахт учеников 11-го класса.	16.00 «Сегодня»	21.15 «Скорая помощь».	19.00 Книги моей судьбы. К 95-летию Игоря Золотусского	18.15 02.15 «Хранители жизни»	18.15 02.15 «Хранители жизни»
19.50	«Пусть говорят». (16+)	<b>21.30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ».</b> (16+)	22.00 События	16.30 «Сегодня»	23.35 «Скорая помощь».	19.45 Главная роль	15.10 «Запечатленное время»	15.10 «Запечатленное время»
21.00	«Время»	Время инструктирует подчиненных, сообщает, что Сталин решил эвакуироваться из Москвы, но перед этим собирается посетить на кладбище могилу жены.	22.35 «10 самых...» (16+)	00.00 «События. 25-й час	00.00 «Скорая помощь».	20.00 Церемония вручения Открытой Евразийской кинопремии «Бриллиантовая Бабочка». Прямая трансляция	15.35 «2 Верник 2»	15.35 «2 Верник 2»
22.00	«ВРАГ У ВОРОТ».	(16+)	23.05 «Актёрские драмы. Крах карьеры».	00.30 «Петровка, 38».	01.00 «Поздняков».	21.35 Энигма	16.30 «Пряничный домик»	16.30 «Пряничный домик»
			00.45 «Настоящий детектив. Группа крови».	00.45 «Настоящий детектив. Группа крови».	01.10 «Мы и наука. Наука и мы».	23.30 «Рассекреченная история»	17.15 01.20 Мастер-класс	17.15 01.20 Мастер-класс
23.05	«Большая игра». (16+)	23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)	01.25 «Суд истории. Нюрнберг».	04.15 «Валерий Баринов. Человек игры».	02.10 «ВОЛК».		22.05 «НА ЛИНИИ ОГНЯ».	22.05 «НА ЛИНИИ ОГНЯ».
00.00	«Специальный репортаж «Морпехи». Ко Дню морской пехоты».	02.20 Церемония вручения Открытой Евразийской кинопремии «Бриллиантовая Бабочка»	02.05 Хроники московского быта.	04.55 «Мой герой».	04.35 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР».		00.00 «ОДИНОКИЕ СЕРДЦА».	00.00 «ОДИНОКИЕ СЕРДЦА».
00.55	ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)		03.00 Новости	05.30 «Владимир Самойлов. Жизнь на разрыв».			02.00 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ».	02.00 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ».
03.00	ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)		03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)	(16+)			03.20 «АНТБОЙ-З».	03.20 «АНТБОЙ-З».
03.05							04.40 «Три кота».	04.40 «Три кота».
5	5-Й КАНАЛ	ЗВЕЗДА	ЗВЕЗДА	ОТР	ОТР	МОСКВА24	МОСКВА 24	360° ПОДМОСКОВЬЕ
05.00	Известия. (16+)	<b>05.15 «КРЕМЕНЬ. ОСВОБОЖДЕНИЕ».</b> (16+)	06.00 «На приёме у главного врача».	06.00 «Утреннее вещание»	06.00 «Утреннее вещание»	05.00 «Новости МО».	05.10 05.50 08.45 12.00 16.25	05.10 05.50 08.45 12.00 16.25
05.25	<b>04.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3».</b> (16+)	07.00 «Сегодня утром».	06.50 02.40 «Очевидно. Вероятно».	10.00 11.00 12.00 13.00 14.00	10.00 11.00 12.00 13.00 14.00	05.55 «Важные уроки».	05.25 03.25 «Москва на все времена».	05.25 03.25 «Москва на все времена».
08.00	Ваше здоровье! (12+)	09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)	07.30 20.15 «Календарь».	15.00 16.00 17.00 18.00	15.00 16.00 17.00 18.00	06.45 «Всё просто!»	06.45 «Всё просто!»	06.45 «Всё просто!»
08.35	День ангела. (0+)	09.15 21.00 «Открытый эфир».	08.00 08.30 09.00 09.30 10.00	19.00 20.00 21.00 22.00	19.00 20.00 21.00 22.00	07.05 «Дача 360».	07.05 «Дача 360».	07.05 «Дача 360».
09.00	Известия. (16+)	11.00 «Военное образование».	10.50 12.00 13.00 15.00	22.35 23.00 00.00 01.00	22.35 23.00 00.00 01.00	07.50 13.15 «Какого лешего!»	07.50 13.15 «Какого лешего!»	07.50 13.15 «Какого лешего!»
09.30	<b>«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5».</b> (16+)	11.50 «Морпехи: три века побед».	18.00 20.00 Новости	02.00 «Новости».	02.00 «Новости».	08.20 15.10 15.35 21.05 «СССР. Знак качества».	08.20 15.10 15.35 21.05 «СССР. Знак качества».	08.20 15.10 15.35 21.05 «СССР. Знак качества».
13.00	Известия. (16+)	12.50 13.25 18.50 «Специальный репортаж».	08.05 08.35 Пёстрый мир	04.00 04.35 «Специальный репортаж».	04.00 04.35 «Специальный репортаж».	09.05 11.35 «Спецреп».	09.05 11.35 «Спецреп».	09.05 11.35 «Спецреп».
13.30	<b>«СЛЕД».</b> (16+)	13.40 15.05 17.15 «В ИЮНЕ 41-ГО».	09.05 09.35 10.05 12.05 13.10	14.25 17.20 «Деньги 24. Финансовая грамотность».	14.25 17.20 «Деньги 24. Финансовая грамотность».	11.35 12.15 15.15 «Атмосфера».	11.35 12.15 15.15 «Атмосфера».	11.35 12.15 15.15 «Атмосфера».
15.05	<b>«СЛЕД. НОВЫЕ ЛЕГАВЫЕ».</b> (16+)	19.55 «По горячим следам».	11.00 11.20 11.30 11.40	12.20 16.20 «Деньги 24».	12.20 16.20 «Деньги 24».	12.20 16.20 «Деньги 24».	10.05 «Суперферма 360».	10.05 «Суперферма 360».
16.00	<b>«СЛЕД».</b> (16+)	20.10 «Код доступа».	16.45 «Нескучное дело».	12.25 17.25 «Доктор 24».	12.25 17.25 «Доктор 24».	12.25 17.25 «Доктор 24».	10.35 «Погода на любой вкус».	10.35 «Погода на любой вкус».
17.00	Известия. (16+)	22.45 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)	17.00 Родительское собрание	13.20 18.20 «Вопрос спорный».	13.20 18.20 «Вопрос спорный».	13.20 18.20 «Вопрос спорный».	11.20 «Осень в Подмосковье».	11.20 «Осень в Подмосковье».
17.30	<b>«СЛЕД».</b> (16+)	<b>23.15 «МОРСКОЙ ХАРАКТЕР».</b> (12+)	<b>20.45 «ПОДКИДЫШ».</b> (16+)	14.35 21.35 05.35 «Специальный репортаж».	14.35 21.35 05.35 «Специальный репортаж».	14.35 21.35 05.35 «Специальный репортаж».	11.55 13.50 14.50 17.45 04.30 «Город с историей».	11.55 13.50 14.50 17.45 04.30 «Город с историей».
22.20	<b>«СВОИ-7».</b> (16+)	<b>23.15 «ОНИ ШЛИ НА ВОСТОК».</b> (16+)	<b>22.25 23.50 «ОНИ ШЛИ НА ВОСТОК».</b> (16+)	15.20 19.50 «Техно».	15.20 19.50 «Техно».	15.20 19.50 «Техно».	14.20 «Гостеприимство».	14.20 «Гостеприимство».
23.05	<b>«СВОИ-5».</b> (16+)	<b>23.15 «ДЕРЗОСТЬ».</b> (12+)	<b>01.15 «ДЕРЗОСТЬ».</b> (12+)	15.45 20.50 «Это Москва. Инфраструктура».	15.45 20.50 «Это Москва. Инфраструктура».	15.45 20.50 «Это Москва. Инфраструктура».	16.10 21.45 «Открытие Китая».	16.10 21.45 «Открытие Китая».
00.00	Известия. Итоговый выпуск. (16+)			16.25 23.45 05.20 «Московский патруль».	16.25 23.45 05.20 «Московский патруль».	16.25 23.45 05.20 «Московский патруль».	16.45 20.45 «Разбор полетов».	16.45 20.45 «Разбор полетов».
00.30	<b>«СВОИ-4».</b> (16+)		</					

РЕН	ТНТ	3	ТВ-3	ЧЕ!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 <b>КАК УСТРОЕН МИР</b> 11.00 «Как устроен мир». (16+)	 <b>ИНТЕРНЫ</b> 07.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)	 <b>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ</b> 18.00 «НЕВСКИЙ. ПРОВЕРКА НА ПРОЧНОСТЬ». (16+)	 <b>СОЛДАТЫ-17</b> 06.00 «СОЛДАТЫ-17». (16+)	 <b>СОЛДАТЫ-17</b> 06.00 «СОЛДАТЫ-17». (16+)	 <b>#ВСЕНАМАТЧ</b> 22.45 Все на Матч	 <b>Все на Матч</b>	 <b>Голоса ушедших душ</b> 13.55 «Голоса ушедших душ». (16+)
05.00 18.00 00.45 04.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрым утром!». (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Документальный спецпроект». (16+) 10.00 «Купи-продай». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Момент в истории». (16+) 17.00 01.35 «Тайны Чапман». (16+) <b>20.00 «БРАТСТВО ВОЛКА».</b> (16+) <b>22.35 23.30 «УБИЙСТВА ПО ОТКРЫТКАМ».</b> (16+)	07.00 <b>ИНТЕРНЫ</b> , (16+) <b>НЕЙРОВАСЯ</b> , (16+) После удара от подозреваемого Вася теряет память и, пытаясь снова выйти на след бойца, блуждает по самым разным местам - от стриптиз-клуба до подпольного турнира, - пока Света не предлагает способ «клип клином вышибают». <b>ЖУКИ</b> , (16+) Никита готовится к презентации приложения для крупной московской компании и еще не знает, что инвестор уже зарезал все сервера вирусом. Белла сообщает Толику, что она беременна, но просит ни в коем случае не рассказывать об этом Артемию. <b>СТРЕЛОК</b> , (18+) <b>СУДНАЯ НОЧЬ В АРКАДИИ</b> , (18+) «Однажды в России». (16+) 05.00 «Утро ТНТ»-2025. (16+) <b>ИНТЕРНЫ</b> , (16+)	19.00 06.00 «Мультифильмы». (0+) 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 08.30 «Слепая». (16+) 09.30 Гадалка. (16+) <b>18.00 НЕВСКИЙ. ПРОВЕРКА НА ПРОЧНОСТЬ</b> , (16+) Адвокат Власова подкупает свидетелей, которые отказываются от своих показаний. Власов на свободе и просит Арсеньева помочь ему убить Фому. Михайлов понимает, что они с Семенчуком проиграли, а Семенов был прав. <b>ПРЕСЛЕДОВАНИЕ</b> , (18+) Нидерланды, 2019 г. Ханс, его супруга Диана и их дочери едут в гости к бабушке. Ханс дико раздражён, что вместо намеченного времени они выехали гораздо позже. <b>ШЕЛЕСТ. БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ</b> , (16+) 01.00 05.15 «Мультифильмы». (0+)	21.00 06.00 «СОЛДАТЫ-17». (16+) Россия, 2004-2013 гг. В ролях: Иван Моховиков, Александр Лымарев, Алексей Маклаков, Алексей Ошурков, Ольга Фадеева, Борис Щербаков, Роман Мадянов, Павел Кассинский, Максим Коновалов, Юрий Сафаров. Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри»: речь идет о трудных солдатских буднях, о любви, дружбе, вражде и даже дедовщине. 08.00 Уютное видео. (16+) Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. 13.00 Решала. (16+) 20.00 Найди по ID. (16+) 22.00 Проверим все. (16+) 00.00 Опасные связи. (18+) 02.30 Уютное видео. (16+) 03.30 Уютное видео. Лучшее. (16+) 04.30 «СОЛДАТЫ-17». (16+)	06.00 «Тайны звёзд спорта». (12+) 06.30 «Вид сверху». (12+) 07.00, 09.00, 15.25, 03.55 Новости 07.05, 15.30, 22.45 Все на Матч! Пр.т. 09.05 Спецрепортаж. (12+) 09.25 Биатлон. Альфа-Банк Кубок России. Спринт. Женщины. Пр.т. 11.25, 13.00 Лыжные гонки. Кубок России. Пр.т. 16.35 «Флойд Мейвезер». (16+) 17.45 Футбол. «КАМАЗ»-«Крылья Советов». Fonbet Кубок России. Пр.т. 20.00 Футбол. «Динамо» (Москва) - «Зенит» (Санкт-Петербург). Fonbet Кубок России. 1/4 финала. Пр.т. 00.00 Евротур. (12+) 00.55 «Вы это видели». (12+) 01.55 Лыжные гонки. Кубок России. (6+) 04.00 Волейбол. (6+)	06.30 05.20 По делам несовершеннолетних. (16+) 07.10 04.30 Давай разведёмся. (16+) 08.10 02.45 Тест на отцовство. (16+) 10.30 «Понять. Простить». (16+) 11.35 «Порча». (16+) 12.45 «Знахарка». (16+) 13.20 «Верну любимого». (16+) 13.55 «Голоса ушедших душ». (16+) <b>14.30 СНЕЖНЫЙ ПАПА</b> , (16+) <b>19.00 ВСЁ СМЕШАЛОСЬ В ДОМЕ АВДЕЕВЫХ</b> , (16+) 23.30 «Понять. Простить». (16+) 00.30 «Порча». (16+) 01.25 «Знахарка». (16+) 01.50 «Верну любимого». (16+) 02.20 «Голоса ушедших душ». (16+) 04.25 «6 кадров». (16+)		
РЕКЛАМА	 <b>РЕФОРМА</b> УЮТА И КОМФОРТА СКИДКА до 20% пенсионерам и погодным категориям граждан РЕЙДОВЫЙ ВЫЕЗД ЗАМЕРЩИКА С ОБРАЗЦАМИ МАТЕРИАЛОВ И СОСТАВЛЕНИЕ СМЕТ БЕСПЛАТНО! ЧИСТОТА И ПОРЯДОК ПОСЛЕ РЕМОНТА! КРЕДИТ, РАССРОЧКА, СКИДКА ПО СОЦ НАРТЕ МАТЕРИАЛЫ В НАЛИЧИИ И НА ЗАКАЗ ПО ЦЕНАМ ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ С ГАРАНТИЕЙ КАЧЕСТВА телефон диспетчерской 8 495 128 28-52 www.reforma.msk.ru с 9.00 до 21.00 без выходных	 НАТИЖНЫЕ ПОТОЛКИ РЕМОНТ КОМНАТ БЕЗ ОТСЕЛЕНИЯ ДВЕРИ МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ МЕЖКОМНАТИНЫ РЕМОНТ ВАННОЙ И ТУАЛЕТА ПОД КЛЮЧ РЕМОНТ КУХНИ ЗА 3 ДНЯ НОВЫЙ ПОЛ ЗА 1 ДЕНЬ	 РЕМОНТ ВАННОЙ И ТУАЛЕТА ПОД КЛЮЧ РЕМОНТ КОМНАТ БЕЗ ОТСЕЛЕНИЯ ДВЕРИ МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ МЕЖКОМНАТИНЫ НОВЫЙ ПОЛ ЗА 1 ДЕНЬ	 РЕМОНТ ВАННОЙ И ТУАЛЕТА ПОД КЛЮЧ РЕМОНТ КОМНАТ БЕЗ ОТСЕЛЕНИЯ ДВЕРИ МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ МЕЖКОМНАТИНЫ НОВЫЙ ПОЛ ЗА 1 ДЕНЬ	 РЕМОНТ ВАННОЙ И ТУАЛЕТА ПОД КЛЮЧ РЕМОНТ КОМНАТ БЕЗ ОТСЕЛЕНИЯ ДВЕРИ МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ МЕЖКОМНАТИНЫ НОВЫЙ ПОЛ ЗА 1 ДЕНЬ	 РЕМОНТ ВАННОЙ И ТУАЛЕТА ПОД КЛЮЧ РЕМОНТ КОМНАТ БЕЗ ОТСЕЛЕНИЯ ДВЕРИ МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ МЕЖКОМНАТИНЫ НОВЫЙ ПОЛ ЗА 1 ДЕНЬ	

## РЕМОНТ КВАРТИР, КОМНАТ, САНУЗЛОВ, БАЛКОНОВ ДОГОВОР - ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА



**РЕФОРМА**  
УЮТА И КОМФОРТА

СКИДКА до 20%  
пенсионерам и погодным категориям граждан  
РЕЙДОВЫЙ  
ВЫЕЗД ЗАМЕРЩИКА  
С ОБРАЗЦАМИ МАТЕРИАЛОВ И СОСТАВЛЕНИЕ СМЕТ БЕСПЛАТНО!  
ЧИСТОТА И ПОРЯДОК ПОСЛЕ РЕМОНТА!  
КРЕДИТ, РАССРОЧКА, СКИДКА ПО СОЦ НАРТЕ  
МАТЕРИАЛЫ В НАЛИЧИИ И НА ЗАКАЗ ПО ЦЕНАМ ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ С ГАРАНТИЕЙ КАЧЕСТВА

телефон диспетчерской 8 495 128 28-52  
www.reforma.msk.ru с 9.00 до 21.00 без выходных

## О НЕУДАЧАХ В ПОСТЕЛИ МОЖНО ЗАБЫТЬ!



Знаете, почему мужчины больше всего на свете боятся «осечек»? Нет не потому, что это удар по самолюбию. И не потому, что это проблема, о которой стыдно поговорить даже с друзьями. Самое страшное – это перспектива оказаться ненужным. Мужчине настолько необходимо чувствовать себя сексуально востребованным – прежде всего любимой женщиной – что это распространяется на все остальные стороны жизни. Когда все в порядке в постели – и на работе дела спорятся, и спортом хочется заниматься, и настроение прекрасное!

Но в жизни – сплошные проблемы и стрессы. Ну как тут без «осечек»? Очень просто: нужно впустить в свою жизнь **«MARAFFON» (МАРАФОН)**. Средство, которое поддержит потенцию на должном уровне! Оно всего за одно-два применения поможет вспомнить, каково это – быть неутомимым в постели, видеть восхищенные глаза любимой женщины и чувствовать себя молодым!

КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ЛУЧШИМИ СПЕЦИАЛИСТАМИ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 8 (800) 600-57-56 • 8 (495) 136-59-66

Звонок по России бесплатный

г. Москва

12 000 руб.  
7 500 руб.

РЕКЛАМА

**1** Это слово означает наивысшую степень удивления от поворота событий. Первоначально данное слово использовалось как часть фразы, где к нему добавлялось прилагательное «полный». Выражение пришло к нам из французского языка и означало потерю некого предмета, который имел огромное значение. И потерять его значило оказаться в нелепейшем положении. Что это за слово?  
а) Эпидерсия. б) Пердимонокль. в) Лапидарность.

## Про страпонтен и лапидарность

Многие люди испытывали в своей жизни пресквю. Это состояние, когда человек не может вспомнить слово. Оно вертится на языке, кажется, вот-вот придёт на ум... Сегоднa мы вспоминаем редко употребляемые слова.

**2** В 1913 году миссионер Гарри Бекнер, вернувшись из Африки, основал компанию по производству метёлок из страусиных перьев. Они применялись для уборки пыли с хрупких вещей. С появлением синтетических мате-

риалов эти метёлки стали делать из полипропилена, и их название немного изменилось. Как сейчас называют метёлку для смахивания пыли?  
а) Пипидастр. б) Пендельтор. в) Пержня.

**3** Многие из вас замечали откидные сиденья в транспорте. Их устанавливают в автобусах, поездах, трамваях и даже в самолётах. Когда на откидном сиденье не сидят, оно автоматически откидывается назад, чтобы не занимать больше места, чем нужно. Как называется такое откидное кресло?  
а) Гугля. б) Рампетка. в) Страпонтен.

### ОТВЕТЫ

1-б) Пердимонокль. 2-а) Пипидастр. 3-в) Страпонтен.

Пояснение значения слов:

**Гугля** – шишка. **Лапидарность** – краткость, сжатость, выразительность слова, стиля. **Пендельтор** – качающаяся на петлях дверь, которая открывается в обе стороны и закрывается сама. **Пердимонокль** – метелка для смахивания стекель удилищия отворота событий. **Пипидастр** – метелка для смахивания пыли с хрупких вещей. **Рампетка** – сачок для бабочек. **Страпонтен** – спучайность, неожиданность. **Пержня** – ерунда, мелочь. **Эпидерсия** – для смахивания пыли с хрупких вещей.

## КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ,  
ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 07.00 Мультфильмы. (0+; 6+)  
08.20 «Кошкин дом». Мультфильм. (0+)  
08.55 «СПОРТЛОТО-82». (16+)  
10.40 «К ЧЕРНОМУ МОРЮ». (16+)  
11.55 «ВЕРНЫЕ ДРУЗЬЯ». (16+)  
13.45 «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (16+)  
16.20 «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА». (16+)  
17.50 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-2». (16+)  
19.30 «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». (16+)  
22.30 «ТОТ САМЫЙ МЮНХГАУЗЕН». (12+)  
01.05 «КАПИТАНСКАЯ ДОЧКА». (16+)  
02.45 «ВОЛГА-ВОЛГА». (16+)  
04.25 «БЕСПОКОЙНОЕ ХОЗЯЙСТВО». (16+)  
05.45 «СМЕШНЫЕ ЛЮДИ». (16+)

## VIU TV1000 VIJU TV1000

- 06.00 «ПАДЕНИЕ ОЛИМПА». (16+)  
07.45 «ПАДЕНИЕ ЛОНДОНА». (16+)  
09.25, 11.10 «УБИЙСТВА В...». (16+)  
13.05 «ПАДЕНИЕ АНГЕЛА». (16+)  
Боевик, США, 2019 г.  
15.10 «МОЙ ШПИОН». (16+)  
17.00 «ОТПЕТЫЕ НАПАРНИКИ». (16+)  
19.00 «ТРИ МЕТРА НАД УРОВНЕМ НЕБА: Я ТЕБЯ ХОЧУ». (16+)  
21.20, 01.05 «УБИЙСТВА В...». (16+)  
02.35 «ДЖОН УИК 4». (16+)  
05.15 «КРУИЗ ПО ДЖУНГЛЯМ: ТАЙНА ВАЛЬВЕРДЕ». (16+)

## VIU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

- 05.30 «Простоквашино». Мультсериал. (6+)  
06.00 «Царевны». Мультсериал. (6+)  
06.35 «Смешарики». Мультсериал. (6+)  
07.15 «Три кота». Мультсериал. (6+)  
07.55 «Фиксики: Большой секрет». Мультфильм. (6+)  
09.10 «СЛОН». (16+)  
10.40 «МУЖСКОЕ СЛОВО». (16+)  
12.15 «ПОСЛЕДНЕЕ ИСПЫТАНИЕ». (16+)  
14.45 «БАЛКАНСКИЙ РУБЕЖ». (16+)  
17.10 «МИЛЛИАРД». (16+)  
19.00 «ЭКИПАЖ». (16+)  
21.20 «КРАЙ». (16+)  
23.30 «С ПРИСКАХ НЕ ЗНАЧИЛСЯ». (16+)  
01.30 «ПАЛА». (16+)  
03.00 «ПАЛЬ». (12+)  
04.45 Мультфильмы. (6+)

## VIU TV1000 VIJU TV1000 ACTION

- 05.20 «КОДЕКС ВОРА». (16+)  
07.00 «ОГРАБЛЕНИЕ ПОДЖЕНТЬМЕНСКИ». (16+)  
08.30 «ШАЛЬНАЯ КАРТА». (16+)  
10.00 «ОХОТА НА ВОРОВ». (16+)  
12.20 «ПОКЕРФЕЙС». (16+)  
13.50 «ОХОТНИКИ ЗА ГОЛОВАМИ». (16+)  
15.35 «ПРОФЕССИОНАЛ». (18+)  
17.35 «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)  
19.00 «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА». (16+)  
20.30 «КРАСОТКА НА ВЗВОДЕ». (16+)  
21.55 «МОЯ ЖЕНА - КИЛЛЕР». (16+)  
23.35 «ШПИОН, КОТОРЫЙ МЕНЯ КИНУЛ». (16+)  
01.30 «БАНДИТКИ». (16+)  
03.00 «БАНДИТКИ ПЕТЕРБУРГ 2: АДВОКАТ». (16+)  
03.50 «МАЛЫШ КИД». (16+)

## ИЛЛЮЗИОН+

- 00.20 «МАМА МАФИЯ». (18+)  
01.50 «ИСКАТЕЛЬ ВОДЫ». (16+)  
03.35 «ПАПА». (16+)  
05.10 «КТО УБИЛ BLACKBERRY». (16+)  
07.00 «КОД 355». (16+)  
08.50 «БОЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)  
10.15 «СУМАСШЕДШАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)  
12.00 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)  
14.05 «КИНОЗВЕЗДА В ПОГОНАХ». (16+)  
15.35 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)  
17.15 «ЛАРРИ КРАУН». (16+)  
18.50 «ХРАНИТЕЛИ ПЯТИ КОРОЛЕВСТВ». (12+)  
20.30 «КРОКОДИЛ ДАНДИ В ГОЛЛИВУД». (16+)  
21.50 «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ». (16+)  
23.35 «УИКЕНД С БАТЕЙ». (16+)

## РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

- 06.35 «ДЖОКЕР». (16+)  
07.30 «ВЫГРАТЬ ИЛИ ПОБЕДИТЬ». (12+)  
09.15 «НЕБО». (16+)  
11.45 «НОЧЬ ДЛИНОЮ В ЖИЗНЬ». (16+)  
13.25 «ПРИЗРАК». (16+)  
15.30 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)  
17.30 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ». (16+)  
19.05 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)  
21.00 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ. НОВЫЕ ИСТОРИИ». (16+)  
22.50 «РАИЦЕНТР». (16+)  
Драма, Россия, 2021 г.  
00.25 «КАПИТАН ГОЛЛИВУД». (16+)  
02.10 «ВЫИГРАТЬ ИЛИ ПОБЕДИТЬ». (12+)  
03.40 «НЕБО». (16+)  
05.50 «НОЧЬ ДЛИНОЮ В ЖИЗНЬ». (16+)

## КИНОКОМЕДИЯ

- 00.35 «ОЧЕНЬ ПРОХОЖИЕ МАМОЧКИ 2». (18+)  
02.55, 03.55 «ПРОЕКТ АННА НИКОЛАЕВНА». (18+)  
05.00 «ТАКСИ 2». (16+)  
06.35 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)  
08.25 «ПУЛЕНПРОБИВАЕМЫЙ». (16+)  
10.20 «ПАЛЫЧА». (12+)  
12.05 «КИЛЛЕР В ОСТАВКЕ». (18+)  
13.45 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)  
15.40 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ТВЕРЬ». (12+)  
17.20 «ХОЛОП ИЗ ПАРИЖА». (16+)  
19.30 «ЛЕТУЧИЙ КОРАБЛЬ». (6+)  
21.25 «БРЕМЕНСКИЕ МУЗЫКАНТЫ». (6+)  
23.35 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)

## ДОМ КИНО

- 05.25 «Полное погружение». Мультфильм. (6+)  
06.45 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)  
08.00 «Старушки в бегах». (16+)  
10.00 «Ментовские войны». (16+)  
17.20 «Убойная сила». (16+)  
22.30 «Святы». (16+)  
23.30 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)  
02.00 «ГЛУХАРЬ В КИНО». (16+)  
Россия, 2010 г.  
Следователь Сергей Глухарёв и оперативник Денис Антонин не просто коллеги, но ищут лучшие друзья, готовые всегда постать друг за друга.  
03.25 «БУМЕР. ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+)

## РУССКИЙ РОМАН

- 07.20 «СКАЖИ ТОЛЬКО СЛОВО». (16+)  
11.00 «ДЕДОМОВКА». (16+)  
14.20 «ПРОВИНЦИАЛЬНАЯ МУЗА». (16+)  
17.50 «РАЗ, ДВА! ЛЮБЛЮ ТЕБЯ!». (16+)  
21.00 «АНГЕЛ ПРОЛЕТЕЛ». (16+)  
2004 г. В ролях: Ирина Семёнова, Кирилл Иванченко, Виктор Сергачев, Ольга Битюкова  
22.40 «ЧЕЛОВЕКУ ОКНА». (16+)  
2009 г. В ролях: Юрий Стюянов, Кристина Кузьмина, Сергей Гармаш, Владимира Вдовиченков, Мария Звонарева, Маргарита Бычкова  
00.20 «МАМА ЛЮБА». (16+)  
03.50 «ВРАЧЕБНАЯ ОШИБКА». (16+)

## СИНЕМА

- 06.05 «ЗАТЕРЯННЫЕ ВОЛДА». (16+)  
07.40 «МАСТЕР». (18+)  
10.10 «КРИПТО». (18+)  
11.55 «ЛЕНГЕНДАРНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (18+)  
13.35 «ПОКЕРФЕЙС». (18+)  
15.10 «ВИРТУОЗ». (18+)  
17.00 «КОДЕКС ВОРА». (18+)  
США, Германия, 2008 г.  
18.45 «16 КВАРТАЛОВ». (16+)  
США, Германия, 2006 г.  
20.25 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (18+)  
США, 2013 г.  
22.00 «ВЫШКА». (18+)  
Великобритания, США, 2022 г.  
23.50 «ПОРОХОВОЙ КОКТЕЙЛЬ». (18+)  
Франция, Германия, 2021 г.  
20.35 «СНАЙПЕР». (16+)  
Драма, криминал, Россия, 1991 г.  
22.30, 23.25 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ 9». (16+)

## РОДНОЕ КИНО

- 00.30 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ 9». (16+)  
01.20 «БА-БАНК II, ИЛИ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)  
03.30 «ВОЛКОДАВ». (16+)  
05.25 «БУМЕР». (18+)  
07.35 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (16+)  
09.55 «РАФ МОНТЕ-КРИСТО». (12+)  
11.35, 12.30, 13.25 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ 10». (16+)  
14.20, 15.15 «СТРЕЛЯЮЩИЕ ГОРЫ». (16+)  
16.15, 17.10, 18.05 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ 10». (16+)  
18.30 «Казака о рыбаке и рыбке». Мультфильм. (6+)  
19.00, 20.35, 01.35, 03.00 «ПРИВАЛОВСКИЕ МИЛЛИОНЫ». (16+)  
00.15 «ВЕСЕННЯЯ СКАЗКА». (12+)  
04.15 Мультфильмы. (16+, 0+)

## ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)  
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)  
12.00, 20.00, 04.00 «КАК ВЫТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (16+)  
13.00, 21.00, 05.00 «АКТЕР». (18+)  
14.00, 22.00, 06.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)  
15.00, 23.00, 07.00 «ДВОЕ ИЗ ЛАРИА-2». (18+)  
01.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ». (16+)  
03.00 «АННА ГЕРМАН». (16+)  
23.05 «МЕТОД ЛАВРОВОЙ-2». (16+)  
01.40 «МАРГОША». (16+)  
04.00 Даёшь молодёжь! (16+)  
05.25 «ДВОЙНОЕ СЧАСТЬЕ». (16+)

## СТС LOVE

- 06.00 Даёшь молодёжь! (16+)  
08.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)  
08.45 «Детектив Финник». Мультсериал. (0+)  
09.45 «КРЕМЛЁВСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)  
Варвара пытается устроить личную жизнь Гончара. Прохоров случайно узнаёт о новой работе Аньи, ему стыдно за жену. Сухомлин становится свидетелем ограбления...  
12.50 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)  
Федя обнаруживает у себя седой волос...  
16.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)  
23.05 «АПОКАЛИПСИС». (18+)  
США, Мексика, 2006 г.  
02.10 «СТОЛКОВЕНИЕ». (18+)  
04.00 «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ФАКИРА». (16+)  
04.00 Даёшь молодёжь! (16+)  
05.25 «ДВОЙНОЕ СЧАСТЬЕ». (16+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

## МИР

- 05.00, 06.10 «КАНИКУЛЫ КРОША». (16+)  
06.00, 10.00, 13.00, 16.00 Новости  
09.20, 10.10 «ДЕРСУ УЗАЛА». (16+)  
12.30 Понять. Простить. (16+)  
13.15 Мировое соглашение. (16+)  
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)  
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)  
16.15 Обману. Нет. (16+)  
16.30, 18.20 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)  
18.00 Вместе каждый день (16+)  
18.40 Дела судебные. Деньги верните! (16+)  
20.30 Миллион за 5 минут. Дети. (6+)  
21.55 Игра в кино. Чемпионат мира. К 100-летию Н. Мордюковой. (16+)  
22.00 Умнее всех (12+)  
23.20 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)  
01.40 Пятница News. (16+)  
02.20, 02.40 Зовите шефа. (16+)  
03.30 На ножах. (16+)  
04.20 Секреты на кухне. (16+)  
04.40 Пятница News. (16+)

## ПОБЕДА

- 04.40 «Путь к Победе». (16+)  
05.40 «РЖЕВ». (16+)  
07.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)  
09.30 «БАЛАБОЛ». (16+)  
13.30 «ЧЁРНЫЕ БУШЛАТЫ». (16+)  
17.30 «УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)  
Осен 1941 года. Немецкие войска подошли к Москве. Их сдерживают героические усилия советских воинов и рано наступившая морозная зима. Положение на фронте очень тяжелое. Руководство рейха решает нанести сокрушительный и коварный удар - убить Сталина. Осуществить «операцию» поручено специальному группе офицеров из команды Абвера «Бранденбург-800», которой помогает глубоко внедренный в нашу армию фашистский агент. На пути врага встают умные и смелые сотрудники МГБ СССР...

## ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. Маркароны. (16+)  
05.30 Пятница News. (16+)  
06.00 Гость у порога. (16+)  
07.40 Четыре дачи. (16+)  
09.10 Большие девочки. Дочки-матери. (16+)  
12.20, 13.00, 14.00 Чёрный список. На кухне. (16+)  
15.00 Чёрный список. На кухне. Санкт-Петербург. Хлопг. (16+)  
15.50 Чёрный список. На кухне. Одинцово. Угольки. (16+)  
19.00 Большие девочки. Дочки-матери. (16+)  
22.00 Умнее всех (12+)  
23.20 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)  
01.40 Пятница News. (16+)  
02.20, 02.40 Зовите шефа. (16+)  
03.30 На ножах. (16+)  
04.20 Секреты на кухне. (16+)  
04.40 Пятница News. (16+)

## Ю

- 05.00 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)  
05.25 Моя твоя еда. (0+)  
05.50 Моя свадьба лучше! (16+)  
07.55 «ЗАПРЕТНЫЙ ПЛОД». (16+)  
09.55 Моя свекровь - монстр. (16+)  
14.05 Моя свекровь - монстр. (16+)  
16.15, 18.00 Маменькин сынок. (16+)  
«Маменькин сынок» - проект про женщин, которые вынуждены жить под одной крышей со своей свекровью. Личная жизнь героини находится под постоянным присмотром «мамы», но их мужья никак не хотят съезжать и занимать взрослуую позицию.  
21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)  
00.05 «ЗАПРЕТНЫЙ ПЛОД». (16+)  
01.55 Неотложка. (16+)  
02.45 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)

## СУББОТА! СУББОТА!

- 05.00, 04.35 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машинь Песенки», «Машинь сказки», «Машинь старишки!», «Маша и Медведь: Анимики», «Маша и Медведь: Парк чудес», «Маша и Медведь: Парк чудес», «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильмы. (0+)  
19.10, 20.10 «КЛОН». (16+)  
21.00, 22.10 Богина сыска. (16+)  
23.30, 23.50 «ДИКАЯ РОЗА». (16+)  
00.10 «Суббота News 2025». (16+)  
00.20, 01.10 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА!». (16+)  
01.50 «ЧЁРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)  
02.40 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)  
03.30 «Буба». Мультсериал. (0+)

## СТС LOVE

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)  
10.

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

- 06.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. «Динамо-Урал» (Уфа) – «Кузбасс» (Кемерово). (6+)  
07.50 Специальный репортаж. (12+)  
08.05, 22.50 «Век нашего спорта». (12+)  
08.30 Футзал. Бетсити Суперлига. «Синара» (Екатеринбург) – «Газпром-Югра» (Югорск). (6+)  
10.15, 05.15 «Небесная гравия». (6+)  
10.30, 18.25, 05.30 «Вид сверху». (12+)  
11.00, 13.15, 16.20 Новости. (0+)  
11.05 Бильярд. Кубок мира. Свободная пирамида. Мужчины. 1/2 финала. Трансляция из Новосибирска. (6+)  
12.40 «Страна спортивная». (12+)  
12.55 «Лица страны. Константин Крылов». (12+)  
13.20 «Советский футбол». (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 Муз'итив. (16+)  
06.10 Яндекс.Музыка чарт. (16+)  
07.00 Муззнерго. (16+)  
08.40 PRO-новости. (16+)  
09.00 Русский чарт. (16+)  
10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)  
11.00 Плейлист | Осень. (16+)  
12.00 Хиты по-русски. (16+)  
Самые любимые русские хиты в одном плейлисте.  
13.00 Ждите ответа. (16+)  
14.00 Плейлист | Осень. (16+)  
15.00 PRO-новости. (16+)  
15.20 В десятку! (16+)

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

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

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

СУДОКУ

Ответы

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

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

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

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

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

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

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬ

МУЛЬ

О!

КАРУСЕЛЬ

- 06.00, 12.00 Время малышей. (0+)

- 06.00, 12.00 Время малышей. (0+)

- 05.00 «Песенки с Лёвой». (0+)

- 05.00 «Песенки с Лёвой». (0+)

- <p

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	ТВЦ	НТВ	РОССИЯ К	РОССИЯ К	СТС	СТС
	21.45 «Голос. Дети». Новый сезон. Финал. (0+)	17.00 Прямой эфир. (16+)	06.00 «Настроение».	16.45 «ДНК». (16+)	13.30 «Роман в камне»	06.00 «Маша и медведь». (0+)			
05.00	Телеканал «Доброе утро»	05.00 Утро России	06.00 «Настроение»	05.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».	06.30 Диалоги о животных	08.25 «КУХНЯ».	17.50 Шоу «Уральские пельмени».		
09.00	Новости (с субтитрами)	09.00 Вести	08.25 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: МИСТЕРИКС».	06.30 «Утро. Самое лучшее».	07.20 Легенды мирового	12.05 «Уральские пельмени».			
09.20	«Модный приговор». (0+)	09.30 Местное время	10.20 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: КОФЕЙНЫЙ СЛЕД».	08.00 «Сегодня»	07.50 «Игнатий Стллецкий. Тайна подземных	16.50 «ДОМОЧАТЦЫ».			
10.10	«Жить здорово!» (16+)	09.55 О самом главном. (12+)	11.30 События	08.25 События	08.40 Шедевры старого	17.50 «Домочатцы».			
11.00	«Время покажет». (16+)	11.00 Вести	11.50 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: КОФЕЙНЫЙ СЛЕД».	09.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ».	10.00 12.30 17.00 19.30 23.50	Новости культуры			
12.00	Новости (с субтитрами)	11.30 Вести.	12.35 «УРОКИ ХИМИИ: ПАРФЮМЕР».	10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ».	10.20 XXVI Международный	Новости культуры			
12.15	«Время покажет». (16+)	12.00 «60 минут». (12+)	14.30 События	11.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».	11.00 Вооруженные боевики	конкурс юных			
14.00	«Большая игра». (16+)	14.00 «СОУЧАСТНИКИ». (12+)	14.50 Город новостей	13.00 «Сегодня»	берут в заложники группу	музыкантов «Щелкунчик», II тур. Струнные			
	Ток-шоу «Большая игра» теперь в большом итоговом формате. В программе анализируются ключевые мировые события недели. Как принимаются решения? От свидетелей или участников глобальных процессов.	Россия, 2015 г. Острожетчная мелодрама. В ролях: Карина Разумовская, Дмитрий Миллер. Вернувшись из командировки, Ольга застает своего мужа Эдуарда в постели с учительницей их сына Жанной. После семейного скандала Ольга выбегает из дома и натыкается во дворе на тело Жанны. Причины её смерти неизвестны, но Эдуард уверен в одном: их семье не нужна огласка. Он уговаривает Ольгу вывезти тело в город.	15.05 «УРОКИ ХИМИИ: ЗАВЕТНОЕ ЖЕЛАНИЕ».	13.25 «Чрезвычайное происшествие»	строителей и требуют освободить своего главаря.	инструменты			
15.00	Новости (с субтитрами)	16.30 Вести	17.00 «Актёрские драмы. Второе дыхание».	14.00 «Место встречи»	12.45 Новости. Подробно.	Кино			
15.15	«Давай поженимся!» (16+)	17.00 Прямой эфир. (16+)	17.50 События	16.00 «Сегодня»	13.00 Открытая книга				
16.05	«Мужское / Женское». (16+)	18.00 «60 минут». (12+)	18.10 «ЗАЩИТНАЯ РЕАКЦИЯ».	16.45 «ДНК».	13.30 «Роман в камне»	13.30 «Прости нас, сад...»			
17.00	«Большая игра». (16+)	20.00 Вести	20.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой	17.00 «Место встречи»	14.15 «Запечатленное время»				
18.00	Вечерние новости (с субтитрами)	21.10 Вести. Местное время	23.05 «Хорошие песни».	16.00 «Сегодня»	15.45 Энigma				
18.40	«Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)	21.30 «Ну-ка, все вместе!» (12+)	00.20 «ЛАРЦ МАРИИ МЕДИЧИ».	16.45 «ДНК».	16.30 Письма из провинции				
19.45	«Поле чудес». (16+)	21.30 Долгожданный финал седьмого сезона вокального гранд-шоу!	01.50 «Петровка, 38».	17.55 «Жди меня».	17.15 Мастер-класс				
21.00	«Время»	00.25 «Истории Большой Страны».	02.05 «ЗАБЫТЫЙ АНГЕЛ».	19.00 «Сегодня»	18.15 «Хранители жизни»				
21.45	«Голос. Дети». Новый сезон. Финал. (0+)	01.25 «ПОЕЗД СУДЬБЫ».	05.00 «Закон и порядок».	20.00 «АКУШЕР».	19.00 «Почерк эпохи»				
23.55	«30 лет вместе». «Магия кино».	(12+)	05.25 «Следствие ведет КГБ. Роман с камнями».	19.45 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя птица»	19.45 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя птица»				
01.25	ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)		15.20 «РОДСТВЕННИК».	21.35 Спектакль «Скрипка Ротшильда». К 80-летию Валерия Баринова	21.35 Спектакль «Скрипка Ротшильда». К 80-летию Валерия Баринова				
5	5-Й КАНАЛ	ЗВЕЗДА	ЗВЕЗДА	ОТР	МОСКВА 24	МОСКВА 24	360°	ПОДМОСКОВЬЕ	МОСКВА. ДОВЕРИЕ
05.00	Известия. (16+)	05.05 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД».	06.00 17.00 «На приёме у главного врача».	06.00 «Утреннее вещание».	05.00 «Новости МО».	05.55 «Важные уроки».	05.10 05.50 08.45 12.00 16.40		
05.25	«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3».	(16+)	06.25 «МОРСКОЙ ХАРАКТЕР».	06.50 «Моя история».	10.00 11.00 12.00 13.00 14.00	06.45 «Всё просто!»	05.25 03.35 «Москва на все времена».		
08.30	Ваше здоровье! (12+)		09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня.	07.30 20.15 «Календарь».	15.00 16.00 17.00 18.00	07.05 «Дача 360».	05.55 «Звёзды советского экрана».		
	Познавательная программа о здоровье и красоте.		09.20 «Ищу своих».	08.00 08.30 09.00 09.30 10.00	19.00 20.00 21.00 22.00	07.50 13.15 «Какого лешего!»			
09.00	Известия. (16+)	10.15 «КЛЮЧИ ОТ НЕБА».	10.50 12.00 13.00 15.00	10.50 12.00 13.00 15.00	22.35 23.00 00.00 01.00	08.20 15.10 21.05 «СССР. Знак качества».			
09.30	«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3».	(16+)	18.00 20.00 Новости	08.05 08.35 Пёстрый мир	02.00 «Новости».	09.05 12.20 14.20 15.20 16.20	09.05 12.20 «Внимание, еда!»		
09.35	«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5».	(16+)	09.05 09.35 10.05 12.05 13.10	09.05 09.35 10.05 12.05 13.10	17.20 «Деньги 24».	10.05 «Суперфема 360».	09.35 «Суперфема 360».		
13.00	Известия. (16+)	12.00 13.25 «ЧЕРНЫЕ БЕРЕТЫ».	18.20 ОТРажение	11.00 «Человек и судьба».	14.30 21.35 05.35	10.35 «Погода на любой вкус»			
13.30	«СЛЕД».	(16+)	14.05 15.05 17.15 «СТАРОЕ РУЖЬЕ».	11.25 «Почитаем!».	12.15 15.15 «Атмосфера».	11.20 «За МКАДром».	10.35 «Погода на любой вкус»		
17.00	Известия. (16+)		19.40 «Загадки века».	11.45 «Нескучное дело».	12.25 17.25 «Доктор 24».	11.55 13.50 14.50 04.30 «Город с историей».	11.55 13.50 14.50 04.30 «Город с историей».		
17.30	«СЛЕД».	(16+)	20.30 «Война миров».	15.15 «Случай с полыниным».	13.20 18.20 «Вопрос спорный».	12.45 14.20 «Гостеприимство».	12.45 14.20 «Гостеприимство».		
22.20	«СЛЕД. НОВЫЕ ЛЕГАВЫЕ».	(16+)	21.20 «Спецрепортаж».	20.45 «Ректорат».	14.50 20.50 «Это Москва. Люди».	16.10 21.45 «Открытие Китая»	16.10 21.45 «Открытие Китая»		
23.10	Светская хроника.	(16+)	22.00 «Здравствуйте, товарищи!»	21.25 «Приезжая».	15.45 20.45 «Это Москва. Инфраструктура».	16.45 20.45 «Разбор полетов»	16.45 20.45 «Разбор полетов»		
00.10	Они потрясли мир.	(16+)	23.30 Музыка+.	23.00 «PRO Любовь».	21.20 23.45 05.20 «Московский патруль».	17.05 19.05 «Ради своих. Открытый клуб».	17.05 19.05 «Ради своих. Открытый клуб».		
01.50	«УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6».	(16+)	00.50 «ЗЕЛЕНЫЙ ОГОНЕК».	00.55 «ЖИЗНЬ - ЭТО РОМАН».	02.40 «Город с историей».	18.15 19.15 «Боги жаждут».	18.15 19.15 «Боги жаждут».		
			02.00 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ».	03.05 «МАТЧ ПОИНТ».	03.05 «Большая страна».	20.10 20.30 «Мослекторий».	20.10 20.30 «Мослекторий».		
			(12+)	(12+)	(12+)	01.10 01.30 «Спецпроект. Наука»	01.10 01.30 «Спецпроект. Наука»		

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

Телепрограмма и фотоанонсы предоставлены компанией АО «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

В ПРОГРАММЕ МОЖНЫ ПОМОГАЮЩИЕ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

РЕН	ТНТ	ТНТ	3	ТВ-3	Че!	Че	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	О	ДОМАШНИЙ
 <b>ГЛАВНЫЕ ТАЙНЫ МИРА</b> 17.00 «Главные тайны мира». (16+)	 00.30 «Женский стендап». (18+)	 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	 02.30 «+100500». (18+)	 06.00 «Мультифильмы». (0+)	 06.00 Улётное видео. (16+)	 06.00 «Тайны звёзд спорта». (12+)	 06.30 Новости	 15.25 Новости	 23.30 Уютное утро. (16+)	 <b>Уютное утро</b>
05.00 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	07.00 21.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)	08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	09.00 «Порча». (16+)	10.00 «Мультифильмы». (0+)	13.00 Улётные животные. (16+)	15.00 Тревел-блог Че! (16+)	16.00 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)	17.00, 09.00, 12.55, 15.25, 03.55 Новости	06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)	07.10 05.10 Давай разведёмся! (16+)
06.00 «С добрым утром!». (16+)	21.00 «Комеди Клаб». (16+)	09.00 Новый день. (16+)	10.30 «Порча». (16+)	11.00 «Мультифильмы». (0+)	13.00 Улётные животные. (16+)	17.00 Тревел-блог Че! (16+)	18.00, 22.00, 01.00 Все на Матч! Пр.т.	07.05, 22.00, 01.00 Все на Матч! Пр.т.	08.10 Тест на отцовство. (16+)	10.30 «Понять. Простить». (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)	22.00 «Комеди Клаб-2025. Лучшее». (16+)	11.00 «Следя». (16+)	12.00 «В ПЛЕНУ ОГНЯ». (16+)	12.00 «Следя». (16+)	13.00 Улётные животные. (16+)	18.00 Влад решает. (16+)	19.00 «Небесная грация». (6+)	11.30 Национальная спортивная премия. (12+)	13.55 «Голоса ушедших душ». (16+)	11.35 01.00 «Порча». (16+)
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)	22.30 «Однажды в России». (16+)	12.30 «Стендап рулетка». (18+)	13.15 «В ПЛЕНУ ОГНЯ». (16+)	13.00 «Мультифильмы». (0+)	14.25 Новое реалити-расследование, в котором самый известный «решала» страны Влад Чижов вместе с командой единомышленников – проницательным «Техно» Яном, бесстрашным «Корейцем», обаятельной ассистенткой и невидимым «Кодером» – поднимает расследования на новый уровень.	20.00 «Биатлон. Альфа-Банк Кубок России. Пр.т.	15.30 Смешанные единоборства. One FC. Пр.т.	13.00 Футбол. FONBET Кубок России. Обзор. (6+)	14.30 «АБРИКОСОВАЯ ГОРЧЬ». (16+)	12.45 «Знахарка». (16+)
10.00 «Засекреченные спикеры». (16+)	23.30 «Стендап рулетка». (18+)	13.30 «Лотерея». (16+)	14.15 «ОБРАТНЫЙ СЧЕТ». (16+)	20.45 «Мультифильмы». (0+)	22.00 Опасные связи. (16+)	19.30 Смешанные единоборства. Проф. бойцовская лига «Сокол». Пр.т.	01.55 Лыжные гонки. Кубок России. (6+)	22.50 Футбол. «Хетафе» - «Эльче» Пр.т.	01.10 «Верну любимого». (16+)	13.20 «Верну любимого». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)	22.00 «Комеди Клаб-2025. Лучшее». (16+)	14.30 «Стендап рулетка». (18+)	15.00 «ШЕЛЕСТ. БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ». (16+)	20.45 «Мультифильмы». (0+)	20.00 «+100500». (18+)	22.00 «Вид сверху». (12+)	04.00 Гандбол. (6+)	04.50 «6 кадров». (16+)	13.55 «Голоса ушедших душ». (16+)	14.30 «ЛЮБОВЬ И ДРУГИЕ ПРЕПЯТСТВИЯ». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)	22.30 «Однажды в России». (16+)	15.00 «Стендап рулетка». (18+)	15.15 «В ПЛЕНУ ОГНЯ». (16+)	20.45 «Мультифильмы». (0+)	20.00 «+100500». (18+)	23.30 «Уид сверху». (12+)	05.30 «Понять. Простить». (16+)	23.30 Уютное утро. (16+)	00.00 «Понять. Простить». (16+)	00.00 «Понять. Простить». (16+)
13.00 «Тайны Чапман». (16+)	23.30 «Стендап рулетка». (18+)	16.00 «Лотерея». (16+)	15.15 «В ПЛЕНУ ОГНЯ». (16+)	20.45 «Мультифильмы». (0+)	20.00 «+100500». (18+)	23.30 «Уид сверху». (12+)	01.50 «Знахарка». (16+)	01.50 «Знахарка». (16+)	01.50 «Знахарка». (16+)	01.50 «Знахарка». (16+)
17.00 «Главные тайны мира». (16+)	00.30 «Женский стендап». (18+)	17.00 «Лотерея». (16+)	15.15 «В ПЛЕНУ ОГНЯ». (16+)	05.45 «Мультифильмы». (0+)	05.45 «+100500». (18+)	23.30 «Уид сверху». (12+)	02.45 «Голоса ушедших душ». (16+)	02.45 «Голоса ушедших душ». (16+)	02.45 «Голоса ушедших душ». (16+)	02.45 «Голоса ушедших душ». (16+)
20.00 «Антитела». (16+)	00.30 «Женский стендап». (18+)	18.00 «Лотерея». (16+)	15.15 «В ПЛЕНУ ОГНЯ». (16+)	05.45 «Мультифильмы». (0+)	05.45 «+100500». (18+)	23.30 «Уид сверху». (12+)	03.10 Тест на отцовство. (16+)	03.10 Тест на отцовство. (16+)	03.10 Тест на отцовство. (16+)	03.10 Тест на отцовство. (16+)
21.25 «Заложник». (16+)	00.30 «Однажды в России». (16+)	19.00 «Лотерея». (16+)	15.15 «В ПЛЕНУ ОГНЯ». (16+)	05.45 «Мультифильмы». (0+)	05.45 «+100500». (18+)	23.30 «Уид сверху». (12+)	04.50 «6 кадров». (16+)	04.50 «6 кадров». (16+)	04.50 «6 кадров». (16+)	04.50 «6 кадров». (16+)
23.00 Бойцовский клуб РЕН ТВ. Бой Алексей Папин - Ролли Ламберт Фогум. Прямая трансляция. (16+)	03.50 «Однажды в России». (16+)	20.00 «Лотерея». (16+)	15.15 «В ПЛЕНУ ОГНЯ». (16+)	05.45 «Мультифильмы». (0+)	05.45 «+100500». (18+)	23.30 «Уид сверху». (12+)	04.50 «6 кадров». (16+)	04.50 «6 кадров». (16+)	04.50 «6 кадров». (16+)	04.50 «6 кадров». (16+)
00.30 «ОКТАГОН: БОЕЦ VS РЕСТАЛ». (18+)	03.50 «Однажды в России». (16+)	21.00 «Лотерея». (16+)	15.15 «В ПЛЕНУ ОГНЯ». (16+)	05.45 «Мультифильмы». (0+)	05.45 «+100500». (18+)	23.30 «Уид сверху». (12+)	04.50 «6 кадров». (16+)	04.50 «6 кадров». (16+)	04.50 «6 кадров». (16+)	04.50 «6 кадров». (16+)



**ОВЕН (21.03 – 20.04)**

У Овнов может появиться искушение излишне драматизировать. Вы стремитесь привлечь больше внимания окружающих, стараясь демонстрировать, что вам очень плохо. Продолжая в том же духе, вы рискуете остаться в одиночестве.



**ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)**

Тельцов будут окружать люди с позитивным настроем. Во второй половине недели с вами поделятся неожиданной новостью, постарайтесь проявить положительные эмоции. Неделя пройдет легко, если вы будете проще относиться ко всему происходящему.



**БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)**

Неделя хорошо подходит Близнецам для дружеских встреч и общения. Ваши друзья могут помочь вам наметить пути дальнейшего роста. Возможны конфликты с родственниками. Не надо обострять отношения с близкими. Лучше заниматься самообразованием.



**РАК (22.06 – 22.07)**

На предстоящей неделе у Раков возможны сложности. Звезды проверяют ваши силы. Покажите, что вы сильнее обстоятельств, проявите хладнокровие и выдержку. К выходным все проблемы решатся, и можно будет с чувством выполненного долга хорошо отдохнуть.



**ЛЕВ (23.07 – 22.08)**

Весьма полезно будет для Львов сохранить связь с теми, кто без всякой корысти помогал и поддерживал вас ранее. Сейчас наступило такое время, что вы вполне можете отдать долг. В семейных делах старайтесь наладить отношения, и близкий человек пойдет навстречу.



**ДЕВА (23.08 – 23.09)**

Сейчас для Дев важно сохранить завоеванное положение в коллективе. Проявите предусмотрительность, открытость, компетентность в рабочих вопросах. В семье могут возникнуть конфликты, инициатором которых станете вы. Будьте аккуратнее – слово может ранить.



**ВЕСЫ (24.09 – 23.10)**

Весам важно осознать, что от жизни можно брать и больше. Не заостряйте внимания на мелочах. Позитивный настрой поможет вам расслабиться. Вас порадует встреча со старыми знакомыми. Вы не только поделитесь своими переживаниями, но и узнаете что-то важное.



**СКОРПИОН (24.10 – 22.11)**

Скорпионам настало время творить, и успех не заставит себя долго ждать. Проявляйте больше внимания к близким, возможно, им требуется ваша помощь. Обязательные дела помогут вам разобраться в собственных мыслях, ощутить себя спокойнее.



**СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)**

Период небольших испытаний для Стрельцов, но вы с ними справитесь. Возможно, в окружении появится новый человек, который не будет вам доверять. Постарайтесь найти с ним контакт. Поговорите с близкими для вас людьми, они поднимут вам настроение.



**ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)**

У Водолеев ожидается период гармонии в отношениях с близкими. Любые проблемы разрешатся, и у вас наступит пора любви и взаимопонимания. В решении рабочих вопросов сконцентрируйтесь на том, что зависит от вас, и постараитесь не поддаваться на провокации.



**КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)**

Наиболее удачной сферой у Козерогов будет деловое общение, обсуждение рабочих задач. Получится побеседовать с людьми, чьи знания будут вам полезны. Одни Козероги получат хорошие советы, другие найдут подсказку, которая поможет принять правильное решение.



**РЫБЫ (19.02 – 20.03)**

Звезды готовы сделать Рыб победителями: не опасайтесь проявлять настойчивость и добивайтесь своего. Если справедливость на вашей стороне, вы обязательно одержите победу над соперником в любом споре. К слову, вы способны победить и внутреннего врага, например, лень.

## ЗАМУЧИЛИ ЧАСТЫЕ ПОХОДЫ В ТУАЛЕТ И НЕДЕРЖАНИЕ? ВЫХОД ЕСТЬ!

Реклама



Мочеполовая система мужчины и женщины всегда находится под ударом. Особенно часто проблемы возникают с возрастом, когда защитные свойства организма ослабевают, нарушается гормональный баланс, ухудшается регенерация тканей. Нужно вовремя принять меры и заранее позаботиться о своем здоровье.

Частое мочеиспускание вызывает следующие заболевания мочеполовой системы:

- недержание мочи;
- аденома предстательной железы;
- простатит, цистит, уретрит;
- мочекаменная болезнь;
- слабость мышц стенок мочевого пузыря.

Не медлите и обратитесь за помощью к специалисту. Не отказывайте себе в здоровой, сексуально активной жизни в любом возрасте.

**МАЛЕУС (Malleus) — поможет отрегулировать функции репродуктивной, мочевыделительной эндокринной, сердечно-сосудистой и нервной систем, поддержит иммунитет.**

**МАЛЕУС – ЭТО СИЛА И ЗДОРОВЬЕ НА ДОЛГИЕ ГОДЫ**

Обратитесь за консультацией можно по телефонам **8 (800) 600-57-56 8 (495) 136-59-66**

## КИНО И СЕРИАЛЫ

## МОСФИЛЬМ, золотая коллекция

- 07.25 Мультфильмы. (0+)  
08.25 «ВЕЧЕРНИЙ ЛАБИРИНТ». (16+)  
09.45 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ». (16+)  
11.30 «ЧЕТВЕРТЫЙ». (16+)  
12.45 «ОСТАНОВИЛСЯ ПОЕЗД». (16+)  
14.25 «ГУСАРСКАЯ БАЛЛАДА». (16+)  
16.10 «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ИТАЛЬЯНЦЕВ В РОССИИ». (16+)  
18.00 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (16+)  
20.50 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (16+)  
23.45 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТАЙ». (16+)  
02.00 «ТАЙНА ВИЛЛЫ «ГРЕТА». (16+)  
03.35 «ПРОШАЛЬНАЯ ГАСТРОЛЬ «АРТИСТА». (16+)  
04.55 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ КЛОУН». (16+)

## VIJU TV1000 VIJU TV1000

## VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

## VIJU TV1000 VIJU TV1000 ACTION

- 07.00 «ГОЛУБАЯ БЕЗДА». (16+)  
10.05, 11.55 «УБИЙСТВА В...». (16+)  
13.30 «НЯНЬКИ». (16+)  
Комедия, США, 1994 г.  
15.10 «ШИПОН ПО СОСЕДСТВУ». (16+)  
Комедийный боевик, США, 2010 г.  
16.55 «АННА». (16+)  
Боевик, Франция, США, Канада, Россия, 2019 г.  
19.00 «АГЕНТ ЕВА». (16+)  
Криминальный триллер, США, 2020 г.  
20.45 «НИКИТА». (16+)  
Криминальная драма, Франция, Италия, 1990 г.  
22.55, 00.40 «УБИЙСТВА В...». (16+)  
01.45 «ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)  
04.00 «ОРДУДА СМЕРТИ: ГОРОД КОСТЕЙ». (16+)
- 05.30 «Простоквашино», «Царевны», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)  
07.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)  
08.10 «Фиксики против крахотов». Мультфильм. (6+)  
09.40 «Экипаж». (16+)  
12.00 «МИЛЛИАРД». (16+)  
13.45 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ». (16+)  
15.50 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ: ПОВАР ИЗ НЕАПОЛИ». (16+)  
17.20 «ВАСЯ НЕ В СЕБЕ». (16+)  
19.00 «БЫВШИЙ В ПОМОЩЬ». (16+)  
20.35 «СОВСЕМ ОШАЛЕЛИ». (16+)  
22.15 «АТЕЛЬ-МАТЕЛЬ». (16+)  
23.55 «ВАСИЛИЙ». (16+)  
01.45 «АВАНТОРИСТЫ». (16+)  
03.20 «ВИЛЕТ НА VEGAS». (16+)  
04.45 Мультфильмы. (6+)

## ИЛЛЮЗИОН+

## РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

## КИНОКОМЕДИЯ

## ДОМ КИНО

- 02.40 «БОЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)  
04.05 «КИНОЗВЕЗДА В ПОГОНАХ». (16+)  
05.35 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)  
07.15 «ЛАРРИ КРАУН». (16+)  
08.45 «ХРАНИТЕЛИ ПЯТИ КОРОЛЕВСТВ». (12+)  
10.30 «КРОКОДИЛ ДАНДИ В ГОЛЛИВУДЕ». (16+)  
11.50 «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ». (16+)  
13.40 «ИСКАТЕЛЬ ВОДЫ». (16+)  
15.20 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)  
16.40 «СУМАСШЕДШАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)  
18.20 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)  
20.30 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2: ИНСУРГЕНТ». (16+)  
22.25 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 3: ЗА СТЕНОЙ». (16+)
- 07.20 «БОРЦУ НЕ БОЛЬНО». (16+)  
08.35 «ЭЛИ И ТОЛИ». (16+)  
10.00 «ПРИЗРАК». (16+)  
12.00 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)  
13.55 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ». (16+)  
15.30 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)  
17.25 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ. НОВЫЕ ИСТОРИИ». (16+)  
19.15 «РАЙЦЕНТР». (16+)  
Драма, Россия, 2021 г.  
21.00 «ТОЧКА НЕВОЗВРАТА». (16+)  
Комедия, драма, Россия, 2017 г.  
23.00 «СВОЯ ВОЙНА: ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+)  
00.40 «НЕБО». (16+)  
02.50 «НОЧЬ ДЛИНОЮ В ЖИЗНЬ». (16+)  
04.20 «ПРИЗРАК». (16+)
- 01.20 «ИТО ТВОЯ БАБУШКА, ЧУВАК?». (12+)  
03.00, 03.50 «ПРОЕКТ АННА НИКОЛАЕВНА». (18+)  
04.45 «ОСТОРОЖНО, КЕНГУРУ!». (18+)  
06.25 «ТАКИ 3». (16+)  
08.00 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)  
10.10 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (18+)  
12.05 «КОНЕЦ СЛАВЫ». (16+)  
13.55 «ПОБЕГ». (18+)  
16.00 «ЛЕГУЧИЙ КОРАБЛЬ». (6+)  
17.55 «НЕПРИЛИЧНЫЕ ГОСТИ». (18+)  
19.30 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ: ПОВАР ИЗ НЕАПОЛИ». (16+)  
21.05 «КАК ЗАРАБОТАТЬ НА УБИЙСТВЕ». (18+)  
23.15 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: ПОДНЕБЕСНАЯ». (16+)

## РУССКИЙ РОМАН

## CINEMA

## РОДНОЕ КИНО

## Ретро

- 07.15 «КАМЕЯ ИЗ ВАТИКАНА». (16+)  
10.35 «МИЛЛИОНЕРША». (16+)  
14.15 «БЛЮЗ ДЛЯ СЕНТЯБРЯ». (16+)  
15.55 «СОСЕДИ ПО РАЗВОДУ». (16+)  
17.35 «КРИВОЕ ЗЕРКАЛО ДУШИ». (16+)  
2013 г. В ролях: Татьяна Лялина, Илья Носков  
21.00, 21.50, 22.40, 23.30 «ОТЕЛЬ ПОСЛЕДНИЙ НАДЕЖДЫ». (16+)  
2016 г. В ролях: Павел Делонг, Эмилия Спивак, Сергей Марин, Анна Старшенбаум, Оксана Базилевич  
00.20 «ПОДАРИ МНЕ ЖИЗНЬ». (16+)  
03.45 «КОТИКИ». (16+)  
05.45 «ФОТО НА НЕДОБРУЮ ПАМЯТЬ». (16+)
- 05.00, 04.30 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машинь Песенки», «Машинь сказки», «Маша и Медведь. Скажите «Йи!», «Машинь сказки», «Маша и Медведь. 12 месяцев», «Маша и Медведь: Анимашки». Мультфильмы. (0+)  
19.10, 20.10 «КЛОН». (16+)  
21.00 На ногтях. (16+)  
22.10 Богиня шопинга. (16+)  
23.20, 23.40 «ДИКАЯ РОЗА». (16+)  
00.05 «Суббота News 2025». (16+)  
00.20, 01.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-2». (16+)  
01.50 «ЧЕРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)  
02.50 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)  
03.30 «Буба». Мультсериал. (0+)
- 08.00, 16.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)  
09.00, 17.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ». (16+)  
11.00, 19.00 «АННА ГЕРМАН». (16+)  
12.00, 20.00, 04.00 «КАК ВЫЙТИ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (16+)  
13.00, 21.00, 05.00 «АКТЕР». (18+)  
14.00, 22.00, 06.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)  
15.00, 23.00, 07.00 «ДВОЕ ИЗ ЛАРСА-2». (18+)  
00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ПРОСИ МАРТУ». (18+)
- 06.00 Даёшь молодёжь! (16+)  
08.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)  
08.45 «Детектив Финник». Сериал. Авантурная мелодрама, Россия, 2011 г.  
В ролях: Татьяна Аристогольц, Павел Делонг  
10.00, 18.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)  
11.00, 19.00 «АННА ГЕРМАН». (16+)  
12.00, 20.00, 04.00 «КАК ВЫЙТИ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (16+)  
13.00, 21.00, 05.00 «АКТЕР». (18+)  
14.00, 22.00, 06.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)  
15.00, 23.00, 07.00 «ДВОЕ ИЗ ЛАРСА-2». (18+)  
00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ПРОСИ МАРТУ». (18+)

## СУББОТА!

## СУББОТА!

## ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

## СТС LOVE

- 06.00, 16.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)  
09.00, 17.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ». (16+)  
11.00, 19.00 «АННА ГЕРМАН». (16+)  
12.00, 20.00, 04.00 «КАК ВЫЙТИ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (16+)  
13.00, 21.00, 05.00 «АКТЕР». (18+)  
14.00, 22.00, 06.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)  
15.00, 23.00, 07.00 «ДВОЕ ИЗ ЛАРСА-2». (18+)  
00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ПРОСИ МАРТУ». (18+)
- 06.00 Даёшь молодёжь! (16+)  
08.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)  
08.45 «Детектив Финник». Сериал. Авантурная мелодрама, Россия, 2011 г.  
В ролях: Татьяна Аристогольц, Павел Делонг  
10.00, 18.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)  
11.00, 19.00 «АННА ГЕРМАН». (16+)  
12.00, 20.00, 04.00 «КАК ВЫЙТИ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (16+)  
13.00, 21.00, 05.00 «АКТЕР». (18+)  
14.00, 22.00, 06.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)  
15.00, 23.00, 07.00 «ДВОЕ ИЗ ЛАРСА-2». (18+)  
00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ПРОСИ МАРТУ». (18+)
- 06.00 Даёшь молодёжь! (16+)  
08.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)  
08.45 «Детектив Финник». Сериал. Авантурная мелодрама, Россия, 2011 г.  
В ролях: Татьяна Аристогольц, Павел Делонг  
10.00, 18.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)  
11.00, 19.00 «АННА ГЕРМАН». (16+)  
12.00, 20.00, 04.00 «КАК ВЫЙТИ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (16+)  
13.00, 21.00, 05.00 «АКТЕР». (18+)  
14.00, 22.00, 06.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)  
15.00, 23.00, 07.00 «ДВОЕ ИЗ ЛАРСА-2». (18+)  
00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ПРОСИ МАРТУ». (18+)

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

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

## МОСФИЛЬМ, золотая коллекция

## VIJU TV1000 VIJU TV1000

## VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

## VIJU TV1000 VIJU TV1000 ACTION

- 07.00 «ГОЛУБАЯ БЕЗДА». (16+)  
10.05, 11.55 «УБИЙСТВА В...». (16+)  
13.30 «НЯНЬКИ». (16+)  
Комедия, США, 1994 г.  
15.10 «ШИПОН ПО СОСЕДСТВУ». (16+)  
Комедийный боевик, США, 2010 г.  
16.55 «АННА». (16+)  
Боевик, Франция, США, Канада, Россия, 2019 г.  
19.00 «АГЕНТ ЕВА». (16+)  
Криминальный триллер, США, 2020 г.  
20.45 «НИКИТА». (16+)  
Криминальная драма, Франция, Италия, 1990 г.  
22.55, 00.40 «УБИЙСТВА В...». (16+)  
01.45 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ». (16+)  
02.10 «ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)  
04.00 «ОРДУДА СМЕРТИ: ГОРОД КОСТЕЙ». (16+)
- 05.30 «Простоквашино», «Царевны», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)  
07.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)  
08.10 «Фиксики против крахотов». Мультфильм. (6+)  
09.40 «Экипаж». (16+)  
12.00 «МИЛЛИАРД». (16+)  
13.45 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ». (16+)  
15.50 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ: ПОВАР ИЗ НЕАПОЛИ». (16+)  
17.20 «ВАСЯ НЕ В СЕБЕ». (16+)  
19.00 «БЫВШИЙ В ПОМОЩЬ». (16+)  
20.40 «УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СОЛДАТ 3: ВОЗРОЖДЕНИЕ». (16+)  
22.15 «УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СОЛДАТ 4». (16+)  
23.55 «САБОТАЖ». (16+)  
01.45 «АВАНТОРИСТЫ». (16+)  
03.20 «ВИЛЕТ НА VEGAS». (16+)  
04.45 Мультфильмы. (6+)

## ИЛЛЮЗИОН+

## РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

## КИНОКОМЕДИЯ

## ДОМ КИНО

- 07.20 «БОРЦУ НЕ БОЛЬНО». (16+)  
08.35 «ЭЛИ И ТОЛИ». (16+)  
10.00 «ПРИЗРАК». (16+)  
12.00 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)  
13.55 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ». (16+)  
15.30 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)  
17.25 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ. НОВЫЕ ИСТОРИИ». (16+)  
19.15 «РАЙЦЕНТР». (16+)  
Драма, Россия, 2021 г.  
21.00 «ТОЧКА НЕВОЗВРАТА». (16+)  
Комедия, драма, Россия, 2017 г.  
23.00 «СВОЯ ВОЙНА: ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+)  
00.40 «НЕБО». (16+)  
02.50 «НОЧЬ ДЛИНОЮ В ЖИЗНЬ». (16+)  
04.20 «ПРИЗРАК». (16+)
- 01.20 «ИТО ТВОЯ БАБУШКА, ЧУВАК?». (12+)  
03.00, 03.50 «ПРОЕКТ АННА НИКОЛАЕВНА». (18+)  
04.45 «ОСТОРОЖНО, КЕНГУРУ!». (18+)  
06.25 «ТАКИ 3». (16+)  
08.00 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)  
10.10 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (18+)  
12.05 «КОНЕЦ СЛАВЫ». (16+)  
13.55 «ПОБЕГ». (18+)  
16.00 «ЛЕГУЧИЙ КОРАБЛЬ». (6+)  
17.55 «НЕПРИЛИЧНЫЕ ГОСТИ». (18+)  
19.30 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ: ПОВАР ИЗ НЕАПОЛИ». (16+)  
21.05 «КАК ЗАРАБОТАТЬ НА УБИЙСТВЕ». (18+)  
23.15 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: ПОДНЕБЕСНАЯ». (16+)

## ИЛЛЮЗИОН+

## РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

## КИНОКОМЕДИЯ

## ДОМ КИНО

- 07.20 «БОРЦУ НЕ БОЛЬНО». (16+)  
08.35 «ЭЛИ И ТОЛИ». (16+)  
10.00 «ПРИЗРАК». (16+)  
12.00 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)  
13.55 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ». (16+)  
15.30 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)  
17.25 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ. НОВЫЕ ИСТОРИИ». (16+)  
19.15 «РАЙЦЕНТР». (16+)  
Драма, Россия, 2021 г.  
21.00 «ТОЧКА НЕВОЗВРАТА». (16+)  
Комедия, драма, Россия, 2017 г.  
23.00 «СВОЯ ВОЙНА: ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+)  
00.40 «НЕБО». (16+)  
02.50 «НОЧЬ ДЛИНОЮ В ЖИЗНЬ». (16+)  
04.20 «ПРИЗРАК». (16+)
- 01.20 «ИТО Т

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00 Лыжные гонки. Кубок России. Женщины 10 км. Трансляция из Кировска. (6+)
  - 07.20 Специальный репортаж. (12+)
  - 07.35 «Ярцев. Вечное сияние». Документальный фильм. (12+)
  - 08.30 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) – «Уфа-Алиса». (6+)
  - 09.55 «Человек из футбола». (12+)
  - 10.30 «Легенды овального мяча». (12+)
  - 11.00, 13.15, 16.20 Новости. (0+)
  - 11.05 Бильярд. Кубок мира. Свободная пирамида. Мужчины. Финал. Трансляция из Новосибирска. (6+)
  - 12.40, 15.45 «Страна спортивная». (12+)
  - 12.55 «Тхэквондо на троих». Специальный репортаж. (12+)
  - 13.20 «Сюрприз». (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 Муз'итив. (16+)
  - 06.10 Русский чарт. (16+)
  - 07.00 Музнерго. (16+)
  - 08.10Teen чарт. (16+)
  - Самые топовые хиты для подростков и не только!
  - 08.40 PRO-новости. (16+)
  - 09.00 Love Radio чат. (16+)
  - 10.00 Народный микрофон. (16+)
  - 11.00 Лига свежих клипов. (16+)
  - 11.30 Без купюр. (16+)
  - 12.00 Топ-15 Like FM. (16+)
  - 13.00 Хиты по-русски. (16+)

- 13.30 Очень караочен. (16+)
- 14.00 Плейлист | Осень. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Самый лучший день. (16+)
- 17.00 Новое Радио чарт. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Удачные песни-2024. (16+)
- 20.20 Народное диско. (16+)
- 21.25 Танцпол. (16+)
- 23.00 Dance чарт. (16+)
- 00.00 Танцпол. (16+)
- 02.00 Лайкер. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

МУЛЬ

- 06.00, 12.00 Время малышей. (0+)
- 07.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
- 07.15 «Простоквашин». (0+)
- 08.00 «Кот Басик». (0+)
- 08.10, 14.30, 19.35 «Маша и Медведь». (0+)
- 16.25, 21.55 Страна смотрит спорт. (12+)
- 16.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) – «Уфа-Алиса». (6+)
- 18.25 Профессиональный бокс. Тимур Бибильев против Аршида Сингха. Прямая трансляция из Челябинска
- 21.30 «Советский футбол». (12+)
- 22.40 Есть тема! (16+)
- 23.55 Художественная гимнастика. Небесная грация. Трансляция из Китая. (6+)
- 01.55 «Ярцев. Вечное сияние». Документальный фильм. (12+)
- 02.50 «Непридуманные истории. Приморский край». (12+)
- 05.30 «10 лет в спорте. 2015/2016». (12+)

ДЕТСКИЙ МИР

- 06.00, 12.00, 18.00 «Тоботы». (6+)
- 06.25, 12.25, 18.25 «Цветняшки». (0+)
- 06.40, 12.40, 18.40 «Котёнок Шмяк». (0+)
- 07.25, 13.25, 19.25 «Робозуна». (6+)
- 07.50, 19.50 «Ювик с планеты Ю». (12+)
- 07.55, 13.55, 19.55 «Робокар Поли: Уроки безопасности с Эмбер». (6+)
- 08.25, 14.25, 20.25 «Край Бебис Меджик Тир». (0+)
- 08.45, 15.30, 20.45 «Тара Дункан». (6+)
- 09.25, 16.10, 21.25 «Смарты и чудо-сумка». (0+)
- 09.55, 16.40 «Шмяк. Волшебная лавка Есении». (0+)
- 10.10, 16.55 «Команда матчи». (0+)
- 10.20, 17.05, 22.20 «Команда Флоры». (6+)
- 10.45, 17.30, 22.45 «Робокар Поли». (6+)
- 11.15, 14.45, 23.15 «Роботы-поезда. Теневая энергия». (0+)
- 13.50 «Блупис». (0+)
- 21.55 «Бабушкины сказки». (12+)
- 22.05 «Granny's Fairytale». (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬ

- 05.00 «Песенки с Лёвой». (0+)
- 05.05 «Три кота». (0+)
- 05.30 «Песенки с Собёнком ХопХоп». (0+)
- 05.35 «Собёнок ХопХоп». (0+)
- 06.00 «Ум и Хрум». (0+)
- 07.00 «Три кота». (0+)
- 09.30 «Супер Крылья. Удивительные питомцы». (0+)
- 10.20 «Команда Флоры. Экопатруль». (0+)
- 11.00 «Шаренвны». (0+)
- 12.00 «Ум и Хрум». (0+)
- 13.10 «Простая арифметика». (0+)
- 13.15 «Три кота». (0+)
- 15.30 «Мастер Витя и Мотор». (0+)
- 17.00 О! Кино! «Три богатыря. Ни дня без подвига». (6+)
- 18.00 «Мультилеки. Шоу». (0+)
- 18.05 «Три кота». (0+)
- 22.00 «Шаренвны». (0+)
- 23.30 «Детский сад для зверят». (6+)
- 00.00 «Смешарики. Пинкод». (6+)
- 02.00 «Лекс и Плу. Космические такисты». (6+)
- 04.00 «Кужжалка». (0+)
- 04.05 «Три кота». (0+)

О!

- 06.00 «Бодо Бородо. Букварь». (0+)
- 06.20 «Бодо Бородо. Путешествия». (6+, 0+)
- 08.30 «Три кота». (0+)
- 11.55 «Простоквашино». (0+)
- 14.35 «Царевны». (0+)
- 17.25 «Соня из Тостивлия». (0+)
- 18.30 «Эй опять опаздывает». (6+)
- 19.55 «Приключения Пети и Волка». (6+, 12+)
- 22.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 23.00 «Принцесса и Бандит». (0+)
- История любви Принцессы и Бандита.
- 23.05 «Лентяйка Василиса». (6+)
- 23.20 «Баба Яга и Малышка». (0+)
- 23.25 «Три кота». (0+)
- 01.00 «Простоквашино» (с суперпереводом). (0+)
- 02.50 «Простоквашино». (0+)
- 05.00 «Бодо Бородо. Путешествия». (6+, 0+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Котики, вперед!», «Три кота», «Играем вместе», «Смешарики». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.35 «Царевны». (0+)
- 10.45 «Студия Калаки-Малаки». (0+)
- 11.15 «Ник-изобретатель». (0+)
- 13.10 «Минифорс. Сила динозавров». (6+)
- 13.35 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.00 «Отважные дракончики». (6+)
- 14.30 «Навигатор. У нас гости!» К юбилею канала «Карусель». (0+)
- В этом году «Карусель» исполняется 15 лет! На канале существует программа, которая учит правильно ухаживать за домашними животными! О знакомстве с «Каруселью», любимых проектах и о своих питомцах расскажет ведущий передачи «У меня питомец!» В гостях у Саши и Маши – Гоша Котский!
- 14.40 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)
- 16.00 Час «Союзмультфильма». (6+)
- 17.00 «Ми-Ми-Мишки». 10 лет дружбы! (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.
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.20 «Белка и Стрелка. Звёздные собачки». (0+)
- Привычный ход вещей нарушен! Цирковая собачка Белка больше не выйдет на манеж покорять сердца зрителей, а дворняжка Стрелка не будет ночевать в подворотнях и искать себе пропитание. Теперь они не просто собаки, а члены отряда космонавтов. И лишь самые достойные, самые выносливые отправляются покорять космическое пространство!
- 22.50 «Метал Кард Бот». (6+)
- 23.10 «Приключения Пети и Волка». (12+)
- 01.45 «Грузовичок Лёва». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 00.00 Путь раскола. Операция «Украина». (16+)
- 00.30, 01.25 Вторая мировая. Ложь западных стран. 1-2 серии. (16+)
- Фильм «Вторая мировая. Ложь западных стран» – проект «Бессмертного полка России». Он разоблачает основные мифы о Второй мировой войне, которые провозглашались на Западе. Там они считаются единственной исторической правдой.
- 02.20 Американский след. Операция «Украина».
- 03.15 Державная. Размышления 100 лет спустя. (0+)
- 04.10 Русский ковчег с Яном Таксюром. (12+)

Православный календарь

28 ноября  
Седмица 25-я по Пятидесятнице. Глас 7.  
Мучеников и исповедников Гурия, Самона и Авива.

Прп. Паисия Великоковского. Мч. Димитрия. Мчч. Елпидия, Маркелла и Евстахия. Сщмчч. Николая и Петра пресвитеров, Григория и Никиты диаконов. Купятицкой иконы Божией Матери.

Рождественский пост.

Вера – основа любви. Непрестанно храни веру, непрестанно храни семя любви, которое несет в себе веру, чтобы оно могло прорасти и принести радость. Потому что вера сама по себе, без любви холодна и безрадостна». Свт. Николай Сербский

В отличие от современных загородных домов, усадьбы веками были центрами дворянской жизни, культуры и искусства. Наша викторина – о знаменитых усадьбах.

# Знаменитые старинные усадьбы



**3** В 1742 году императрица Елизавета Петровна подарила Абраму Ганнибалу, прадеду Александра Пушкина, имение. Дед поэта, Осип Абрамович, поселившись в имении после отставки, благоустроил господский дом, заложил парк и высадил еловую аллею. Во время жизни Александра Сергеевича на территории усадьбы появилась еще одна аллея, состоящая из липовых деревьев, аллея Керн, а также домик няни Пушкина. Как называется это имение?

**a)** Царское Село. **b)** Михайловское. **v)** Болдино.

**4** Даровое – усадьба, в которой провёл детские годы великий русский писатель Фёдор Михайлович Достоевский. Она была куплена его отцом в 1831 году за 30 тысяч рублей. В Даровом была липовая роща, большой красивый сад... Время, проведённое писателем в Даровом, впоследствии нашло отражение в романах «Бедные люди», «Бесы», «Братья Карамазовы», «Преступление и наказание». Где расположено Даровое?

**a)** Сергиево-Посадский район Московской области. **b)** Зарайский район Московской области. **v)** Гатчинский район Ленинградской области.

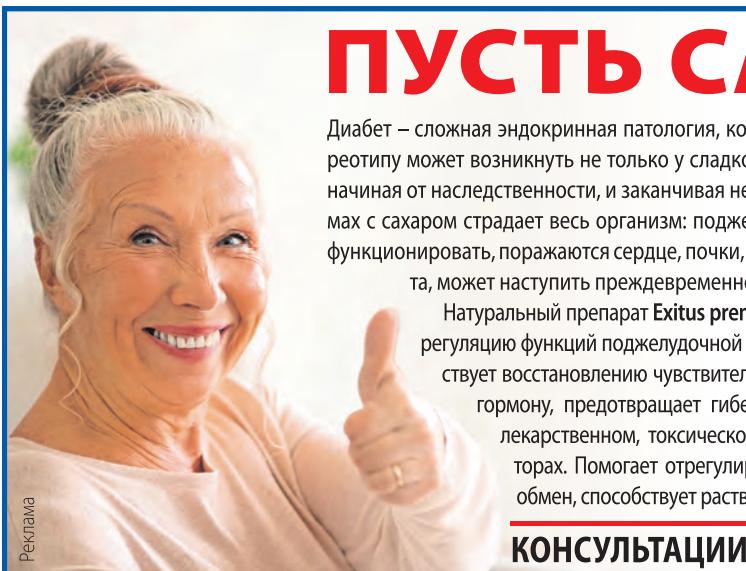
**5** Кусково, старинное имение графов Шереметевых, дошло до нас практически в первозданном виде. 250 лет назад эта загородная резиденция была самым популярным увеселительным местом для москвичей. Граф Шереметев регулярно устраивал гуляния и «дни открытых дверей». Любой прилично одетый и чистый прохожий мог погулять по парку, посмотреть театральное представление, отдохнуть в беседках или павильонах, прокатиться на качелях или каруселях, поплавать на лодке. По каким дням проводились эти «дни открытых дверей»?

- a)** Понедельник и среда.  
**b)** Вторник и пятница.  
**v)** Четверг и воскресенье.

**6** Своё подмосковное имение Мелихово Антон Павлович Чехов приобрёл в 32 года, прожив там семь лет, с 1892 по 1899 год. В этой усадьбе великий писатель занимался и врачебной практикой. Что особенно нравилось большинству пациентов великого Чехова?

- a)** Принимал пациентов бесплатно.  
**b)** Перед приемом давал выпить ложку спирта.  
**v)** Выдавал бесплатно лекарства.

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	ТВЦ	НТВ	РОССИЯ К	РОССИЯ К	СТС	СТС
	 СЕГОДНЯ ВЕЧЕРОМ	 100/1 СТО К ОДНОМУ	 & ПРОСТО & ВКУСНО	 СЕКРЕТ НА МИЛЛИОН	 БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ	 ТРЮКИ 100 КУХНЯ			
	18.20 «Сегодня вечером». (16+)	10.10 Сто к одному	10.55 «Просто & вкусно». (6+)	14.00 «Секрет на миллион». (16+)	06.30 Библейский сюжет	06.00 Уральские пельмени. (16+)			
06.00	Телеканал «Доброе утро. Суббота»	05.00 Утро России. Суббота	06.50 «Православная энциклопедия». (6+)	04.50 «ШХЕРА 18». (16+)	06.30 «Мультифильмы»	06.30 ПроСТО кухня. (12+)			
09.00	«Умницы и умники». (12+)	08.00 Местное время. Суббота	07.15 «ЗАЩИТНАЯ РЕАКЦИЯ». (16+)	06.20 «Жди меня». (12+)	07.05 «ВСЁ СНАЧАЛА...»	07.20 «Куриный забег». (6+)			
09.45	«Слово пастыря». (0+)	08.35 «По секрету всему свету»	09.00 «Здоровый смысл». (16+)	07.20 «Смотр». (16+)	08.40 «Мы - грамотеи!»	09.00 «Премьера. ПроСТО кухня. (12+)			
10.00	Новости (с субтитрами)	09.00 «Формула еды». (12+)	10.10 Сто к одному	08.00 «Секрет на миллион». (16+)	09.20 «ВЫШЕ РАДУГИ»	10.00 «Премьера. «100 мест, где поесть». (16+)			
10.15	Премьера. «Одна роль на всю жизнь». К 100-летию со дня рождения Нонны Мордюковой». (12+)	09.25 «Пятеро на одного»	11.00 Вести	08.20 «Поедем, поедим!» (16+)	10.35 XXVI Международный телевизионный конкурс юных музыкантов «Шелкунчик». II тур. Фортепиано	11.00 «Премьера. Усатые факты». (16+)			
11.10	«Вспомнить всё». (12+)	10.10 Сто к одному	11.30 «Наши. Военкоры». (12+)	09.25 «Едим дома». (0+)	12.40 «Сибирская сага Виктора Третякова». К 90-летию со дня рождения Виктора Третякова	12.05 «Супермозг». (12+)			
12.00	Новости (с субтитрами)	11.30 «Наши. Военкоры». (12+)	12.00 «Доктор Мясников». (12+)	10.00 «Сегодня»	13.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым. (12+)	13.50 «Пришельцы в доме». (6+)			
12.15	Поехали! (12+)	12.00 «Доктор Мясников». (12+)	13.00 Большие перемены	10.20 «Главная дорога». (16+)	14.00 «Квартирный вопрос». (0+)	15.35 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК. ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ». (16+)			
13.10	«ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (0+) СССР, 1964. Комедия.	13.00 Большие перемены	Когда дети выросли, а жизнь превратилась в рутину из работы и домашних дел, надо что-то менять.	11.00 «События	13.00 «Сатья». (16+)	18.10 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК. ВДАЛИ ОТ ДОМА». (16+)			
15.00	Спецпроект «30 лет вместе», «Русский проект». (12+)	14.00 Вести	14.00 «ВСЁ ХОРОШО БУДЕТ...» (16+)	11.30 «Смешите меня семеро». (16+)	14.00 «Секрет на миллион». (16+)	13.50 «Пришельцы в доме». (6+)			
16.05	«Жди меня, и я вернусь». К 110-летию со дня рождения Константина Симонова». (16+)	14.30 Вести. Местное время	14.30 «ВСЁ ХОРОШО БУДЕТ...» (16+)	12.40 Анекдот-клуб «Нехмурые люди». (16+)	14.50 Новый выпуск ток-шоу «Секрет на миллион» раскроет секреты второго сезона проекта «ВИА Суперстар!».	15.35 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК. ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ». (16+)			
16.55	«Кто хочет стать миллионером?» (12+)	14.50 «Юморина-2025». (16+)	15.10 «СЕРЁЖКИ С САПФИРАМИ». (12+)	13.10 «СЕРЁЖКИ С САПФИРАМИ». (12+)	15.40 Рассказы из русской истории	18.10 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК. ВДАЛИ ОТ ДОМА». (16+)			
18.00	Вечерние новости (с субтитрами)	17.00 Вести	17.15 «ИЗУМРУДНЫЙ ГОРОД». (16+)	14.30 События	17.00 «Сегодня»	13.50 «Пришельцы в доме». (6+)			
18.20	«Сегодня вечером». (16+)	17.50 «Привет, Андрей!»	21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушкиным	14.50 «События	16.00 ЧП. Расследование. (16+)	15.35 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК. ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ». (16+)			
21.00	«Время»	20.00 Вести	22.10 «Право знать!» (16+)	15.10 «СЕРЁЖКИ С САПФИРАМИ». (12+)	17.00 «Своя игра». (0+)	20.50 «ПРЕМЬЕРА. «БОРДЕРЛЕНДС». (16+)			
21.35	«Что? Где? Когда?» Зимняя серия игр. (16+)	20.50 Вести. Местное время	23.35 События	15.35 «Хватит слухов!» (16+)	18.00 «Скандалы. Интриги. Расследования». (16+)	22.50 «ВПЕРВЫЕ НА СТС. «НЕУДЕРЖИМЫЕ-4». (16+)			
22.45	Премьера. «Команды». (16+)	21.00 «ВСЁ ХОРОШО БУДЕТ...» (16+)	23.45 «Тайная комната. Сделка с совестью». (16+)	02.40 «Сыграем в любовь». (16+)	19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Токмаковым	00.40 «13». (18+)			
23.45	«ДОЖДЛИВЫЙ ДЕНЬ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)	23.10 «МОРЕ. СОЛНЦЕ. СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)	00.25 «Русские тайны. Лаборатории смерти». (16+)	04.00 «Одноразовые звёзды». (16+)	20.20 «Ты не поверишь!» (16+)	02.20 «ПОСЛЕ ДОЛГО И СЧАСТЛИВО». (16+)			
01.30	ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)	02.40 «СОСЕДИ ПО РАЗВОДУ». (12+)	01.05 «10 самых...» (16+)		21.20 «Браво! Бис!» (12+)	03.45 «СПАРКЛ. ИСТОРИЯ ЕДИНОРОГА». (12+)			
5	5-Й КАНАЛ	ЗВЕЗДА	ЗВЕЗДА	ОТР	ОТР	МОСКВА 24	МОСКВА 24	360°	ПОДМОСКОВЬЕ
05.00	«УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)	05.50 «ОСТОРОЖНО, БАБУШКА!» (12+)	06.05 «СПАСАТЕЛЬНАЯ ШЛЮПКА». (16+)	06.00 07.00 07.35 08.00 08.35	06.00 07.00 07.35 08.00 08.35	06.00 «Дача 360». (12+)	05.05 07.15 12.50 23.25 01.00		
07.05	«МУЖИКИ!..» (12+)	07.25 «ЧЕРНЫЕ БЕРЕТЫ». (16+)	07.45 «Почтите!». (12+)	09.00 09.00 09.35 10.00 10.20	09.00 09.00 09.35 10.00 10.20	06.40 11.00 «Какого лешего!»	05.15 06.00 Энциклопедия. (16+)		
09.00	Страна советов. (16+)	09.00 13.00 19.00 Новости дня. (16+)	08.00 Пёстрый мир. (12+)	11.00 12.00 13.00 14.00	11.00 12.00 13.00 14.00	07.05 «Всё просто!» (12+)	05.40 06.40 «Моя Москва». (12+)		
09.30	«Стройнадзор». (16+)	09.15 «Второе мнение». (12+)	09.00 15.50 «Календарь». (6+)	15.00 16.00 17.00 18.00	15.00 16.00 17.00 18.00	07.35 «Индизайн». (12+)	06.50 02.45 «Москва на все времена». (16+)		
10.05	«УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)	09.45 «СССР. Знак качества». (12+)	09.30 Всё по-взрослому	19.00 20.00 21.00 22.00	19.00 20.00 21.00 22.00	08.00 «Будни». (16+)	07.25 12.20 Звёзды советского экрана. (16+)		
22.10	«ФИЛИН-4». (16+)	10.35 «Не факт!» (12+)	10.30 «ПЕРЕД РАССВЕТОМ». (16+)	23.00 00.00 01.00 02.00	23.00 00.00 01.00 02.00	09.00 «Погода 360». (6+)	07.50 «КАК ИВАНУШКА-ДУРАЧОК ЗА ЧУДОХОДИЛ». (0+)		
	Россия, 2025 г. Детектив. Громова встречает на улице своего старинного друга – оперативника Ловкачёва. Но в этот момент он оказывается на задании и попадает под пули. Жданов, не без помощи Филина, идет по следу преступников.	11.05 «Легенды музыки». (12+)	12.00 «ПРИЕЗЖАЯ». (12+)	03.00 04.00 05.00	03.00 04.00 05.00	09.10 «Внимание, еда!» (12+)	09.25 «СТРЕЛЫ РОБИН ГУДА». (6+)		
23.05	«ФИЛИН-3». (16+)	11.35 «Легенды кино». (12+)	13.35 «Взлетная полоса». (12+)	02.35 03.35 05.35	02.35 03.35 05.35	09.50 «Открытия кухня». (12+)	10.45 «ЧЕЛОВЕК РОДИЛСЯ». (16+)		
00.00	Известия. Главное. (16+)	12.30 «Жить после». (16+)	14.05 «Большая страна». (12+)	10.25 18.25 «Москва сегодня». (16+)	10.25 18.25 «Москва сегодня». (16+)	10.35 «Погода на любой вкус»	13.00 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». (16+)		
01.05	Светская хроника. (16+)	13.15 Юбилейный концерт Государственного театра танца «Казаки России». (6+)	15.05 Спецрепортаж. (12+)	12.30 16.30 22.30 «Спецпроект. Наука». (12+)	12.30 16.30 22.30 «Спецпроект. Наука». (12+)	12.00 20.00 «Новости 360». (16+)	17.05 «СВЕРСТНИЦЫ». (16+)		
02.10	«ФИЛИН-2». (16+)	15.15 «Моменты истины Владимира Богомолова». (16+)	15.20 «Песня остаётся с человеком». (12+)	13.35 04.35 «Шоу проверка». (12+)	13.35 04.35 «Шоу проверка». (12+)	12.30 «Осень в Подмосковье»	18.30 «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (16+)		
		16.25 «ВРЕМЯ ВЕРНУТЬСЯ». (16+)	15.35 «Отчий дом». (12+)	14.15 23.15 «Сити». (12+)	14.15 23.15 «Сити». (12+)	12.55 «За МКАДром». (12+)	21.40 «ОБЫКНОВЕННЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)		
00.00		19.25 «ОГАРЕВА, 6». (12+)	16.15 «Очень личное». (12+)	15.20 «Хроники московского метро. 90 лет». (12+)	15.20 «Хроники московского метро. 90 лет». (12+)	13.55 «СССР. Знак качества»	23.35 «ПРОПАВШИЕ СРЕДИ ЖИВЫХ». (16+)		
01.05		21.15 Галерея звезд. (12+)	19.55 «Игра в классики». (12+)	15.35 19.35 «20 минут». (12+)	15.35 19.35 «20 минут». (12+)	14.35 «Русские. XXI век». (12+)			
02.10		22.55 «СТАРОЕ РУЖЬЕ». (16+)	20.35 «ЦОЙ». (16+)	17.35 «Построено в Москве». (12+)	17.35 «Построено в Москве». (12+)	15.30 «Степная сага». (16+)			
			22.10 «СТУКАЧ». (16+)	21.25 «Откройте, Давид». (12+)	21.25 «Откройте, Давид». (12+)	16.25 «Открытие Китая». (16+)			
			23.40 «УРОК ТАНГО». (16+)	23.40 «УРОК ТАНГО». (16+)	23.40 «УРОК ТАНГО». (16+)	18.30 «Ламповый вечер на 360». (16+)			
						19.00 «Интервью 360». (16+)			
						19.10 «Росгвардия». (16+)			
						19.45 «ЧП 360». (16+)			
						20.30 «На пути к катастрофе»			
						21.00 «Что происходит?» (16+)			
						21.30 «Шестое чувство». (16+)			
						22.20 «Криминальный оберег»			
						23.40 «Страна Советов». (18+)			



# ПУСТЬ САХАР БУДЕТ В НОРМЕ!

Диабет – сложная эндокринная патология, которая вопреки распространенному стереотипу может возникнуть не только у сладкоежек. Причин его развития множество, начиная от наследственности, и заканчивая нездоровым образом жизни. При проблемах с сахаром страдает весь организм: поджелудочная железа перестает нормально функционировать, поражаются сердце, почки, сосуды, зрение, возрастает риск инсульта, может наступить преждевременное старение.

Натуральный препарат **Exitus premium** (ЭКСИТУС ПРЕМИУМ) направлен на регуляцию функций поджелудочной железы и уровня сахара в крови. Способствует восстановлению чувствительности пептидов клеток к инсулиновому гормону, предотвращает гибель клеток поджелудочной железы при лекарственном, токсическом, инфекционном, наследственном факторах. Помогает отрегулировать обменные процессы и липидный обмен, способствует растворению жировых отложений на органах.

Биогенная формула препарата оказывает многофункциональное дополнительное регулирующее действие на проблемы организма, возникающие на фоне недостаточности проинсулина и превышения содержания глюкозы в крови:

- предупреждает нарушения функций сердечно-сосудистой и пищеварительной систем, прочности и проницаемости кровеносных сосудов и капилляров;
  - регулирует артериальное давление;
  - уменьшает воспалительные процессы;
  - избавляет от хронической усталости;
  - способствует нормализации массы тела, снимает отечность;
  - нормализует окислительные процессы и останавливает преждевременное старение.

При длительном применении эффект действия не снижается. Возможно принимать постоянно в качестве профилактического продукта.

**КОНСУЛЬТАЦИИ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 8 (800) 777-87-14 (звонок по России бесплатный) · 8 (495) 989-60-45 (Москва)**

CEVÍC BÁLÓC

НАДОСУГЕ



## Найди 10 отличий

# Прокатись на санях!

Эх, прокатиться бы на больших санях, как в старину... Такая поездка наверняка подарила бы незываемые впечатления.

**ОТРЕТИ:** огнако цреба брепхы, енокин кре-  
- ба, флотин Аномка парлон, огно ха фо-  
- тох, 3аодп мекиј Аноман б-хетпе, па-  
- меп охра љ Аномка цупара, хампариена 3а-  
- бркта љ номо3а8еца хачен 3ајан, памп ми9и  
- љ кы4епа, љбет нома4кн, љбочт љ ће ке.

## КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ, золотая коллекция

- 06.15 «Дядюшкин сон», (12+) 07.45 «Нахаленок», (18+) 08.45 «Подкидыши», (16+) 10.00 «Зонтик для новобрачных», (16+) 11.35 «Отпуск за свой счет», (16+) 14.00 «Где находится Нофельт?», (16+) 15.30 «Кавказская пленница, или новые приключения Шурика», (16+) 16.55 «Ширли-Мирли», (18+) 19.30 «Не спасать ли нам... Гонца?», (16+) 21.20 Мюзикл. Золотой век, (16+) 21.30 «Убить дракона», (16+) 23.40 «Город зеро», (18+) 01.25 «Черная роза - эмблема печали, красная роза - эмблема любви», (16+) 03.35 «Тайна записной книжки», (16+)

VIJU TV1000 VIJU TV1000

- 06.10 «Анна», (16+) 08.10 «Агент Ева», (16+) 09.55 «Никита», (16+) 12.00, 13.45 «Бийства в...», (16+) 15.30 «После», (16+) Мелодрама, США, 2019 г. 17.15 «После. Глава 2», (16+) 19.00 «После. Глава 3», (16+) 20.40 «После. Долго и частично», (16+) Мелодрама, США, 2022 г. 22.20 «После. Навсегда», (16+) Мелодрама, США, 2023 г. 23.55 «222», (16+) 01.35 «Матрица времени», (16+) 03.10 «Комната желаний», (16+) 04.45 «Человек-мотылек», (16+)

VIJU TV1000 VIJU TV1000

- 05.30 «Смешарики». Мультсериал, (6+) 06.35 «Простоквашино». Мультсериал, (6+) 07.50 «Кота». Мультсериал, (6+) 08.50 «Царевны». Мультсериал, (6+) 10.00, 10.50 «Московские тайны. Проклятие мастера», (16+) 11.40, 12.25 «Московские тайны. Либерея», (16+) 13.15 «Шугалей 1», (16+) 15.05 «Шугалей 2», (16+) 17.20 «Шугалей 3», (16+) 19.05 «Парраф 78: фильм первый», (16+) 20.35 «Парраф 78: фильм второй», (16+) 22.10 «Мира», (16+) 00.05 «Метро», (16+) 02.15 «Сефий», (16+) 04.05 «Слон», (16+)

VIJU TV1000 VIJU TV1000

- 05.25 «Бандитский Петербург 2: Адвокат», (16+) 06.20 «Шпион, который меня кинул», (16+) 08.10 «Кин», (16+) 09.50 «Телекинез», (16+) 11.20 «Терминатор 2: судный день», (16+) 13.55 «Универсальный солдат», (16+) 15.35 «Универсальный солдат 3: возрождение», (16+) 17.15 «Универсальный солдат 4», (16+) 19.00 «План побега», (16+) Криминальный триллер, США, 2013 г. 20.55 «План побега 2», (16+) 22.30 «План побега 3», (16+) 00.05 «Апгрейд», (16+) 01.40 «Вне себя», (16+) 03.30 «Петля времени», (16+)

Иллюзион

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

- 00.20 «Шпион, который меня кинул», (18+) 02.05 «Ларри Краун», (16+) 03.40 «Хранители пяти королевств», (12+) 05.20 «Искатель воды», (16+) 07.05 «Случайный муж», (16+) 08.20 «Сумасшедшая любовь», (16+) 10.05 «Дивергент», (16+) 12.10 «Дивергент, глава 2: Инсургент», (16+) 14.05 «Дивергент, глава 3: За стеной», (16+) 16.00 «Уинкед с бейтей», (16+) 17.20 «Крокодил данди в Голливуде», (16+) 18.40 «На гребне волн», (16+) 20.30 «Папа», (16+) 22.00 «Ридик», (16+) 23.55 «Отель Артемида», (18+)

Кинокомедия

- 01.10 «Розовый папа», (6+) 07.55 «Позывной «барон», (16+) 10.10 «Иваново счастье», (16+) 11.45, 05.10 «Мой вчерашний день», (16+) 13.35 «Иваново счастье. новые истории», (16+) 15.20 «Райцентр», (16+) 17.10 «Точка невозврата», (16+) 19.10 «Своя война: штурм в пустыне», (16+) 21.00 «Французский мастер», (16+) 22.45 «Свадьба по обмену», (16+) Мелодрама, Россия, 2010 г. 00.20 «Призрак», (16+) 02.10 «Пара из будущего», (16+) 03.50 «Иваново счастье», (16+)

ДОМ КИНО

- 05.30 «Принцесса и дракон». Мультфильм, (6+) 06.35 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм, (6+) 08.10 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм, (6+) 09.35 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм, (6+) 11.00 «Сваты», (16+) 20.30 «Д'артаньян и три мушкетера», (16+) СССР, 1979 г. Четверо друзей-мушкетёров спасают честь королевы Франции, вступают в единоборство с весельным кардиналом Ришелье и коварной Миледи, а главное - наслаждаются жизнью! 01.30 «Виват, Гардемариньи!», (16+) 03.45 «Гардемариньи III», (16+)

РУССКИЙ РОМАН

- 07.25 «Смерть на языке цветов», (16+) 10.40 «Я тебя никому не отдаам», (16+) 14.00 «Одно теплое слово», (16+) 2019 г. В ролях: Александра Никифорова, Егор Вадов, Кристина Борейко 17.40 «Репейник», (16+) 2022 г. В ролях: Дмитрий Исаев, Анна Леванова, Майя Вознесенская 21.00 «Моя звезда», (16+) 2018 г. В ролях: Андрей Чернышов, Мария Кулакова, Илья Ермолов, Дарья Конькова 00.30 «Гражданка Катерина», (16+) 03.30 «Точка невозврата», (16+) 05.15 «Самая счастливая», (16+)

СИНЕМА

РОДНОЕ КИНО

- 07.00 «+1: Голливудская история», (18+) 09.05 «Драйв», (18+) 10.50 «Прежде чем я усну», (16+) 12.20 «Райский проект», (18+) 14.05 «Эксперимент «Ведьма», (18+) 16.30 «57 секунд», (18+) 18.05 «Выход», (18+) Южная Корея, 2019 г. 19.50 «Вирус», (18+) Южная Корея, 2013 г. 22.00 «Вспомнить всё», (18+) США, Мексика, 1990 г. 00.00 «Черный ящик», (18+) 02.05 «Прежде чем я усну», (16+) 03.30 «Круиз по джунглям: Тайна Вальверде», (16+) 05.10 «Дорогой Джон», (16+)

Ретро

- 06.05, 16.05, 17.35 «Прибаловские миллионы», (16+) 01.05 «Линия смерти», (16+) 03.50 «Волкодав», (16+) 05.50, 07.40 «Граф Монте-Кристо», (12+) 09.20 «Мужчина в моей голове», (16+) 11.40, 12.35, 13.30, 14.25, 15.20, 16.15, 17.10, 18.05 «Ментовские войны 10», (16+) 08.05 «Маугли. Возвращение к людям», Мультфильм, (16+) 08.25, 09.40, 21.45, 22.55 «Десерт Негритят», (16+) 10.55, 00.10 «Часы остановились в полночь», (16+) 12.45 «Маугли. Ракша», Мультфильм, (6+) 13.05 «Всё будет хорошо», (16+) 20.35 «Небеса обетованной», (16+) 22.30 «Небеса обетованной», (16+) Драма, Россия, 1995 г. 04.10 Мультфильмы, (16+)

Суббота! Суббота!

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 05.00, 03.25 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машиньи Песенки», «Машиньи сказки», «Машиньи страшилки», «Маша и Медведь: Анимашки», «Маша и Медведь. 12 месяцев», «Маша и Медведь: Парк чудес», «Маша и Медведь: видеоролики (Выпуски о здоровье)». Мультфильмы, (0+) 17.20, 18.30, 19.40 Терпер я босс, (16+) 21.00 Богина свиданий, (16+) 22.10 Богина сырка, (16+) 23.20, 23.50 «Дикая роза», (16+) 00.10, 01.00 «Всегда говори «Всегда»», (16+) 01.50 «Черно-белая любовь», (16+) 02.40 «Мятежный дух», (16+)

СТС LOVE

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «Спроси Марти», (18+) Сериал. Драма, Россия, 2020 г. В ролях: Ольга Сутурова, Кирилл Кяро, Максим Онищенко, Софья Озерова, Роман Агеев 12.00, 20.00, 04.00 «Как выйти замуж за миллиона-рона-2», (16+) Сериал. Комедия, мелодрама, Россия, 2013 г. В ролях: Любовь Толкалина, Дмитрий Марьянов, Людмила Чурсина, Павел Прилучный 13.00, 21.00, 05.00 «Актер», (18+) 14.00, 22.00, 06.00 «Такая, как все», (18+) 15.00, 23.00, 07.00 «Двое из парца-2», (18+)

ТВ21

- 06.00 6 кадров, (16+) 07.35 «Ходячий замок». Мультфильм, (16+) Ревнивая Ведьма Пустоши превращает юную Софи в старуху. Девушка вынуждена покинуть родной дом и отправиться на поиски чуда, чтобы попытаться разгадать тайну проклятия, в надежде избавиться от него... 10.15 «Молодёжка», (16+) У Нasti и Марины возникает первый конфликт. Рита понимает, что не может жить в одной квартире с мамой Бакина. А у Медведей появляются новые игроки. 23.00 Сердца за любовь, (16+) 01.10 «Ранетки», (16+) 04.10 6 кадров, (16+)

СТС LOVE

- 07.00 «Жених», (18+) 08.40 «Игрушка», (16+) 10.25 «Особенности национальной охоты», (18+) 12.05 «Лео», (16+) 14.10 «Призрак», (16+) Россия, 2015 г. 16.10 «Свадебный переполох», (16+) США, Германия, 2001 г. 18.05 «Самоловка», (18+) США, 1990 г. 20.00 «Высоцкий. спасибо, что живой», (18+) Россия, 2011 г. 22.25 «Падение империи», (18+) США, Великобритания, Финляндия, 2024 г. 00.30 «Стальная хватка», (18+) 02.50 «Пазманский дьявол», (16+) 04.35 «Фараон», (16+)

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

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

- 05.00 «Адвокат Ардашевъ. Кровь на палубе», (16+) 05.20 Наше кино. История большой любви. К юбилею В. Баринова, (16+) 05.45 Всё, как у людей, (6+) 06.10, 07.50 Мультфильмы, (12+) 07.15 Исторический детектив с Николаем Валуевым, (16+) 08.25 Игра в кино. Мультфильмы, (16+) 09.10, 10.10 «Добро пожаловать, или посторонним вход воспрещен», (16+) 10.00, 13.00, 18.00 Новости 10.55, 13.15 «Остия из будущего», (6+) 18.15 «Абористы», (16+) 20.00 «Частный детектив, или операция «кооперация», (16+) 21.55 «Русский бизнес», (16+) 23.30 «Мы из джаза», (16+) 01.00 «Жених с того света», (16+) 01.45 Наша кино. История большой любви, (16+) 03.50 «Девушка спешит на свидание», (16+) 04.50 «Подкидыши», (16+)

ПОБЕДА

- 05.10 «Экипаж», (16+) 07.10 «Командир», (16+) 09.30 «Грозовые ворота», (16+) 12.20 «Спецназ», (16+) 20.20 «Крепость Бадабер», (16+) 07.30 Умнее всех, (12+) 09.00 Гастроли, (16+) 10.00, 11.50, 15.50, 17.50, 20.00 Битва шефов, (16+) Константин Ивлев и Ренат Аззамов в поиске самых лучших, талантливых и способных. 22.30 Звезды под капельницей, (16+) 01.00 Как люди живут. Каппадокия, (16+) 02.00 Пятница News, (16+) 02.20 На ножах. Санкт-Петербург. Prim-Grill, (16+) 03.20 На ножах. Санкт-Петербург. Миледи, (16+) 04.10 Секреты на кухне. Консервы, (16+) 04.30 Пятница News, (16+)

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. Рыба, (16+) В этом выпуске ведущие говорят о блюдах из рыбы. 05.50 Пятница News, (16+) 06.20 «Тайна третьей планеты». Мультфильм, (0+) 07.05 «Паровозик из Ромашково». Мультфильм, (0+) 07.15 «Воква в тридевятом царстве». Мультфильм, (0+) 07.30 Умнее всех, (12+) 09.00 Гастроли, (16+) 10.00, 11.50, 15.50, 17.50, 20.00 Битва шефов, (16+) Константин Ивлев и Ренат Аззамов в поиске самых лучших, талантливых и способных. 22.30 Звезды под капельницей, (16+) 01.00 Как люди живут. Каппадокия, (16+) 02.00 Пятница News, (16+) 02.20 На ножах. Санкт-Петербург. Prim-Grill, (16+) 03.20 На ножах. Санкт-Петербург. Миледи, (16+) 04.10 Секреты на кухне. Консервы, (16+) 04.30 Пятница News, (16+)

Ю

- 05.00 Моя свекровь - монстр (субтитры), (16+) 05.15 Супермама, (16+) 08.05 Мама в 16, (16+) 09.35 Чадо из ада, (12+) 12.40 Маменькин сынок, (16+) 16.00 Мама в 16, (16+) 21.00 Дом-2. Новая жизнь, (16+) 21.00 Признания, (16+) 01.00 Признания, (16+) 01.00 Как люди живут. Каппадокия, (16+) 02.00 Пятница News, (16+) 02.20 На ножах. Санкт-Петербург. Prim-Grill, (16+) 03.20 На ножах. Санкт-Петербург. Миледи, (16+) 04.10 Секреты на кухне. Консервы, (16+) 04.30 Пятница News, (16+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Пётр I Великий, (12+) 01.05 Дела Феликса Дзержинского, (12+) 01.55, 09.35 Жил-был Дом, (12+) 02.25 Грустное детство Алины Веселовой, (12+) 03.25 Хронотоп: Славянская азбука, (12+) 04.00 Кровавое правление Стюартов, (16+) 04.50 Русь изначальная, (12+) 05.20 Неизвестные сражения Великой Отечественной, (12+) 06.10 Россия глазами иностранцев, (12+) 07.05, 11.00, 15.05 Забытые войны России, (12+) 08.00 Война престолов: Подлинная история Европы, (16+) 08.50, 12.55 Историограф, (12+) 09.05 Семь дней истории, (12+) 10.15, 14.20 Морская пехота, (12+) 12.00 Это подктад. История, (12+) 13.45, 23.25 Легенды науки, (12+) 16.00 Версальский договор. Победа в войне, поражение в мире, (12+) 17.00 Адмирал Макаров. Письмо к сыну, (12+) 17.30 Россия научная. Великие имена, (12+) 18.00 Тайны самого большого музея в мире, (12+) 18.55 Венеция: красота на болоте, (12+) 19.55 Королевский гид: Похоронь, (16+) 20.45 Королевский гид: Рождество, (16+) 21.35 Королевский гид: Шотландия, (16+) 22.30 Королевский гид: Уэлс, (16+) 23.25, 00.20, 01.15, 02.05, 02.55 Великая война, (12+) 03.55 Карты убийств: Дамский убийца, (16+) 20.40 Карты убийств: Джон Кристи: серийный убийца (часть 1), (16+) 04.25 Русская история, (12+)

VIJU HISTORY

- 06.20 Реставрация Нотр-Дама, (12+) 07.15 Карты убийств: В тени Джека, (16+) 08.05 Карты убийств: Ужас в Бермундии, (16+) 08.55 Карты убийств: В поисках доктора Криппена, (16+) 09.45, 10.2

СПОРТ

МЧС СТРАНА МАТЧ! СТРАНА

- 06.00 Лыжные гонки. Кубок России. Мужчины 15 км. Трансляция из Кировска. (6+) 07.40 «Страна спортивная». (12+) 08.00 «Парусный спорт». (16+) 08.30 Смешанные единоборства. Профессиональная бойцовская лига «Сокол». Виктор Немков против Хадиса Ибрагимова. Трансляция из Москвы. (16+) 10.10 «Один за пятерых». Документальный фильм. (12+) 11.00, 13.20, 15.50, 18.50 Новости. (0+) 11.05 «Небесная грация». (6+) 11.25 Страна смотрит спорт. (12+) 11.55, 13.25, 15.55, 18.55 Теннис. Трофеи Северной Пальмиры. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга 14.50 «Страна спортивная». (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 Золотая лихорадка. (16+) 06.30 PRO-новости. (16+) 06.50 Плейлист | Осень. (16+) 07.40 Звёзды звёздам. (16+) 08.40 PRO-новости. (16+) 09.00 Звёзды на утро. (16+) 10.00 У-Дачный чарт. (16+) 11.00 Топ карт Европы плюс. (16+) 12.00 PRO-новости. Лучшее. (16+) 12.30 Очень караочен. (16+) 13.00 Топ-30. Народный хит. (16+)
- 15.30 Хит-Сториз. Группа «Лицей» - «Осень». (16+) 16.00 Женщина, не танцую: куда исчезли медляки? (16+) 17.00 Битва поколений. (16+) 18.30 Удачные песни-2025. (16+) 20.55 Народное диско. (16+) 21.45 Танцпол. (16+) 22.30 Dance чарт. (16+) 23.30 Танцпол. (16+) 01.00 Наше. (16+) 02.00 Карако хит. (16+) 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

МУЛЬ

- 06.00 «Барбоскины». (0+) 0 жизни обычной семееки антропоморфных собак. 20.30 «Страна спортивная». (12+) 20.50 Лыжная страна. (12+) 21.20 Лыжные гонки. Кубок России. Спринт. Трансляция из Кировска. (6+) 00.00 Биатлон. Альфа-Банк Кубок России. Одиночная смешанная эстафета. Трансляция из Ханты-Мансийска. (6+) 01.35 «Страна спортивная». (12+) 01.55 Армейский рукопашный бой. Кубок вооруженных сил РФ. Финал. Трансляция из Улан-Удэ. (16+) 03.30 «Сюрприз». (12+) 03.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) - «Уфа-Алиса». (6+) 05.15 «Страна спортивная». (12+) 05.30 Страна смотрит спорт. (12+)

ДЕТСКИЙ МИР

- 06.00, 14.00, 22.00 «Три богатыря и Шамаханская царица». (12+) 07.15, 15.15, 23.15 «Три богатыря на дальних берегах». (12+) 08.30, 16.30, 00.30 «Три богатыря: Ход конем». (12+) 09.50, 17.50, 01.50 «Колобанга». (6+) 11.25, 19.25, 03.25 «Живой гараж». (0+) 12.45, 20.45, 04.45 «Шумумагия». (0+) 13.25, 21.25, 05.25 «Котёнок Шмяк». (0+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬ

- 05.00 «Три кота». (0+) 09.30 «Приключения Ам Няма». (0+) 11.00 «Открытия». (0+) 11.15 «Щаренвиль». (0+) 12.20 «Бодо Бородо». (0+) 13.20 «Три кота». (0+) 15.00 О! Кино! «Три богатыря. Ход конём». (6+) 16.10 «Мой музей». (0+) Искусство глазами ребёнка - в проекте «Мой музей». 16.15 «Щаренвиль». (0+) 18.00 «Мастер Витя и Мотор». (0+) 21.30 О! Кино! «Три богатыря на дальних берегах». (0+) Продолжение знаменитых приключений трёх богатырей - Алёши Поповича, Ильи Муромца и Добрыни Никитича. В этот раз злое дело задумала Баба-яга с купцом Кольваном, - они устроили дровцовый переворот и отравили богатырей в тропики.

О!

- 22.40 «Пожарный Сэм». (0+) 00.00 «Смешарики». (0+) 02.00 «Лекс и Плу. Космические такси-стры». (6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние птички. «Котики, вперёд!», «Смешарики». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+) 07.35 «Буба». (6+) 08.45 «Буба Шоу». (0+) 08.55 «Буба». (6+) 10.00 «Съедобное или несъедобное: Арина Шелобанова и оладушки». (0+) На кухне - повар и артистка Арина! Сколько комнат в Зимнем дворце, съедобен ли урок и чем питаются чайки? Ответы - в программе «Съедобное или несъедобное»! 10.20 «Котёнок Кнопа и его друзья». (0+) 10.35 «Мастер Витя и Мотор». (0+) 12.00 «Семья на ура!». (0+) 12.25 «Барбоскины». (0+) 14.00 «Парк Турум-Бурум». (0+) 14.15 «Волшебная кухня». К юбилею канала «Карусель». (0+) 16.00 «Что, зачем и почему?» К юбилею канала «Карусель». (0+) 16.10 «Сказочный патруль». (0+) 18.05 «Сказочный патруль. Дорога домой». (0+) 19.40 «Снежная Королева-2. Перезаморозка». (0+) Тролль Орм поклялся больше никогда не врать после того, как помог победить Снежную Королеву и освободить свой народ. Однако скучная жизнь работника шахты толкает его на новую ложь, которая делает сильнее его злого двойника. И вот налетает Северный Ветер, чтобы погрузить мир в вечную зиму, и похищает принцессу Марibelль. Орму выпадает шанс снова стать героем и получить руку принцессы вместе с королевством. Облачившись в доспехи из сковород и собрав отряд троллей, он выступает в опасный путь к замку Снежной королевы. 21.00 «Спокойной ночи, малыши!». (0+) 21.15 «Маша и Медведь». (0+) 22.30 «Русалочки: Морская магия». (6+) 23.00 «Метал Кард Бот». (6+) 23.15 «Что, зачем и почему?» К юбилею канала «Карусель». (0+) 23.25 «Ну, погоди!». (0+) 01.45 «Жила-была царевна». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 11.05 Святыни России. (6+) 12.10, 12.40, 13.05, 13.35, 14.00 Монастырская кухня. (0+) 14.30 В поисках Бога. (12+) 15.00 Профессор Осипов. (0+) 15.35 «Мы СМЕРТИ СМОТРЕЛИ В ЛИЦО». (12+) 17.10, 18.35 «ТАК И БУДЕТ». 1-2 серии. (16+) 20.00 Паломница. (12+) 21.15 Простые чудеса. (12+) 22.15 Русский мир. (12+) 23.20 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+) 00.30 Спас-стрим. (0+) 02.45 Я - мама. (0+) 03.25 Семейный портрет. (6+) 04.05 Русский мир. (12+)

Православный календарь

29 ноября  
Седмица 25-я по Пятидесятнице. Глас 7.  
Аpostola и евангелиста Матфея.

Прав. Фулвиана, кн.  
Ефиопского, во Святом Крещении Матфея.  
Сщмч. Филумена Святогробца (Иерус.). Сщмч.  
Феодора пресвитера и с ним мчч. Иоанна и  
Михаила. Сщмч. Иоанна, Николая, Виктора,  
Василия, Макария и  
Михаила пресвитеров.  
Прмч. Пантелеймона.  
Мч. Димитрия.

Рождественский пост. Разрешается рыба.

«Казалось бы, нам в молитве довольно один раз сказать: «Господи, помилуй», – а мы говорим и три, и двенадцать, и сорок раз. Это за тех страдальцев, которые даже не могут вымолвить: «Господи, помилуй». Вот Церковь за них и молится».

Прп. Нектарий Оптинский

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Со Студита станет холодно и сердито

24 ноября считалось днем Фёдора Студита. Этот день часто выдавался морозным, и про него говорили: «Со Студита станет холодно и сердито». И если было солнечно и ясно, то ждали скорого усиления морозов. А вот если в этот день выдавалась оттепель – весна будет раннею и дружною. Погода в день Ивана Милостивого, 25 ноября, соответствовала погоде в декабре.

На Златоуст, 26 ноября, было принято наблюдать за ночным небом. Если звезды светили ярко, то скоро следовало ждать снегопада и похолодания. Активное каранье ворона на 27 ноября, на Филипповку, сулило оттепель, а обильный иней указывал на будущий богатый урожай пшеницы и овса.

Чтобы мужу понравился салат, добавьте в него щепотку пельменей, пучок сосисок и веточку колбасы.

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД)  
ФАЗЫ ЛУНЫ

24 ноября	Восход: 8 ч. 20 м. Заход: 16 ч. 11 м. Долгота дня: 7 ч. 51 мин.
Растущая Луна в знаке Козерога	
25 ноября	Восход: 8 ч. 22 м. Заход: 16 ч. 10 м. Долгота дня: 7 ч. 48 мин.
Растущая Луна в знаке Водолея	
26 ноября	Восход: 8 ч. 24 м. Заход: 16 ч. 09 м. Долгота дня: 7 ч. 45 мин.
Растущая Луна в знаке Водолея	
27 ноября	Восход: 8 ч. 26 м. Заход: 16 ч. 08 м. Долгота дня: 7 ч. 42 мин.
Растущая Луна в знаке Рыб	
28 ноября	Восход: 8 ч. 27 м. Заход: 16 ч. 07 м. Долгота дня: 7 ч. 40 мин.
Растущая Луна в знаке Рыб	
29 ноября	Восход: 8 ч. 29 м. Заход: 16 ч. 06 м. Долгота дня: 7 ч. 37 мин.
Растущая Луна в знаке Рыб	
30 ноября	Восход: 8 ч. 31 м. Заход: 16 ч. 05 м. Долгота дня: 7 ч. 34 мин.
Растущая Луна в знаке Овна	

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 24 ПО 30 НОЯБРЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

24 НОЯБРЯ

В 1859 году в продаже появился труд Чарльза Дарвина «Происхождение видов». В 1974 году был найден австралийский птицеклювый лягушка Люси.

25 НОЯБРЯ

В 1339 году состоялась закладка дубовых стен Московского Кремля. В 1867 году Альфред Бернхард Нобель получил патент на динамит (День изобретения динамита).

26 НОЯБРЯ

В 1925 году состоялся первый испытательный полет самолета АНТ-4 конструкции А.Н. Туполова.

27 НОЯБРЯ

В 1705 году Пётр I издал Указ о создании первого в России «полка морских солдат».

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

24 НОЯБРЯ Виктор, Евгений, Максим, Феодор.

25 НОЯБРЯ Александр, Владимир, Иоанн,

Константин.

26 НОЯБРЯ Герман, Иоанн.

27 НОЯБРЯ Алексей, Анна, Василий, Георгий, Филипп.

28 НОЯБРЯ Григорий, Никита, Николай, Пётр.

29 НОЯБРЯ Димитрий, Макарий, Матфей.

30 НОЯБРЯ Виктория, Григорий, Михаил, Севастиан, Сергей.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

24 НОЯБРЯ ■ День эволюции

25 НОЯБРЯ ■ День российского военного миротворца

■ День гармониста

26 НОЯБРЯ ■ Всемирный день информации

■ Международный день сапожника

27 НОЯБРЯ ■ День морской пехоты России

■ День оценщика ■ День самозанятых

■ Международный день гитариста

28 НОЯБРЯ ■ Всемирный день сострадания

■ Международный день системного инженера

29 НОЯБРЯ ■ День электронных поздравлений

■ День буквы «Ё»

30 НОЯБРЯ ■ День матери

■ Международный день Библии

№ 47 (720). Время подписания в печать по графику: 01.00 час. 18.11.2025 г., фактическое: 01.00 час. 18.11.2025 г. Дата изготовления: 18.11.2025 г.

Срок годности не ограничен. Дата выхода в свет 19.11.2025 г. Тираж 718 880.

Отпечатано в типографии АО «Прайм Принт Москва», 141700, Россия, Московская область, город Долгопрудный, Лихачевский проезд, д. 5B. Заказ 2777.

Выходит во всех областях ЦФО.

Общий тираж 845 440. Сайт газеты [telek.kardos.media](http://telek.kardos.media).

Еженедельная семейная газета для читателей 12+. Объём 5 п.л.

Розничная цена свободная.

Подлинной индекс: П2939 в каталоге «ПОЧТА РОССИИ»

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	ТВЦ	НТВ	РОССИЯ К	РОССИЯ К	СТС
	21.00 «Время»	13.00 «Судьба человека» с Корчевниковым. (12+)	12.35 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)	11.00 «Чудо техники». (12+)	17.40 Романтика романса	06.00 «Три кота».		
06.00 Новости	05.35 «ОПЯТЬ ЗАМУЖ».	05.50 «СПАСАТЕЛЬ».	04.55 «МОЖНО, Я БУДУ ЗВАТЬ ТЕБЯ МАМОЙ?»	06.30 «Мультильмы»	07.10 «ПРОСТАЯ ИСТОРИЯ»	06.00 «Три кота».		
06.10 Играй, гармонь любимая! (12+)	(12+)	09.05 «ЕГО БЫВШАЯ, ЕГО НАСТОЯЩАЯ»	09.20 «ВЫШЕ РАДУГИ»	08.35 01.40 Диалоги о животных	10.35 XXVI Международный телевизионный конкурс юных музыкантов «Щелкунчик». II тур. Духовые и ударные инструменты	06.30 «Звериный рейс».		
06.55 «Часовой». (12+)	07.20 «В кругу друзей»	10.55 Полезная программа.	10.00 «Сегодня»	10.40 «Первая передача».	12.40 Неизвестные маршруты России	06.30 «Зверолэнд».		
07.25 «Здоровье». (16+)	08.00 Местное время. Воскресенье	(6+)	10.20 «Чудо техники».	(16+)	13.25 «Невский ковчег. Теория невозможного»	08.00 «Маугли дикой планеты».		
08.30 «Золотая коллекция Союзмультфильма». (0+)	08.35 «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым	11.30 События	11.00 «Сегодня»	11.00 «Чудо техники».	13.55 «Игра в бисер» с Игорем Волгиним	09.55 «Человек-паук. Возвращение домой».		
09.10 «Непутевые заметки» с Дмитрием Крыловым. (12+)	09.25 «Утренняя почта» с Николаем Басковым	11.50 «Наша смешная жизнь».	10.00 «Сегодня»	10.20 «Первая передача».	14.35 Церемония награждения победителей XI Всероссийской премии «За верность науке»	11.40 США, 2017 г. Фантастический боевик. В ролях: Том Холланд, Роберт Дауни мл., Майкл Китон. После встречи с командой Мстителей Питер Паркер должен вернуться домой к обычной жизни, но в городе начинает орудовать Стервятник, и тут приходит время для настоящих испытаний.		
10.00 Новости (с субтитрами)	10.10 Сто к одному	12.35 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ».	10.20 «Чудо техники».	10.20 «Первая передача».	13.25 «Невский ковчег. Теория невозможного»	14.25 «Человек-паук. Вдали от дома».		
10.15 «Жизнь других». (12+)	11.00 Вести	14.30 Московская неделя	11.00 «Сегодня»	11.00 «Чудо техники».	13.55 «Игра в бисер» с Игорем Волгиним	(16+)		
11.05 «Повара на колесах». (12+)	11.30 «Наши. Военкоры».	15.00 Хроники московского быта.	10.00 «Сегодня»	10.20 «Первая передача».	14.35 Церемония награждения победителей XI Всероссийской премии «За верность науке»	14.25 США, 2019 г. Фантастический боевик. В ролях: Том Холланд, Сэмюэл Л. Джексон, Джейк Джилленхол.		
12.00 Новости (с субтитрами)	12.00 «Доктор Мясников».	15.55 «Настоящий детектив. Чёрная вдова».	10.20 «Чудо техники».	10.20 «Первая передача».	13.25 «Невский ковчег. Теория невозможного»	14.25 Питер Паркер вместе с одноклассниками отправляется на летние каникулы в Европу. Однако отдохнуть приятелям вряд ли удастся - по прибытии в Венецию группа попадает в эпицентр сражения.		
12.15 Премьера. «Будем жить!» (16+)	13.00 «Судьба человека» с Борисом Корчевниковым.	16.40 «Русские тайны. НЛО».	11.00 «Сегодня»	11.00 «Чудо техники».	13.55 «Игра в бисер» с Игорем Волгиним	14.25 Премьера. Суперниндзя. (16+)		
13.10 «Видеели видео?» (0+)	14.00 Вести	17.30 «СТРЯПУХА».	10.20 «Чудо техники».	10.20 «Первая передача».	14.35 Церемония награждения победителей XI Всероссийской премии «За верность науке»	14.25 17.00 Форт. Возвращение легенды. (16+)		
14.00 «ЗВЕЗДА ПЛЕНИТЕЛЬНОГО СЧАСТЬЯ».	14.30 Вести. Местное время	Россия, 2023 г. Детектив. В ролях: Виктория Заболотная, Татьяна Трунова. В провинциальном городе Сутейске сенсация: местный богатейший и меценат Егор Фомин женился на московской поп-звезды Вике Токарской. Обретя уютное семейное гнездо, Виктория, однако, продолжает «звездить», изводя капризами мужа и прислугу.	11.00 «Сегодня»	11.00 «Чудо техники».	17.15 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»	21.00 «ШАОЛИНЬ».		
(12+)	15.00 «Парад юмора».	17.00 «Песни от всей души».	10.20 «Чудо техники».	10.20 «Первая передача».	17.40 Романтика романса «Фортуна Фабио».	02.25 «ВЛАСТЬ ОГНЯ».		
СССР, 1975. Драма.	17.00 «Песни от всей души».	В гостях у Андрея Малахова за одним большим столом собираются его новые герои: таланты-самородки, кому есть чем гордиться и поразить страну.	10.20 «Чудо техники».	10.20 «Первая передача».	18.40 Новости культуры «Фортуна Фабио».	03.40 «КАК ВЛЮБИТЬСЯ ЗА 12 ДНЕЙ».		
В ролях: Ирина Купченко, Алексей Баталов.		18.00 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя Птица»	10.20 «Чудо техники».	10.20 «Первая передача».	19.30 Новости культуры «Фортуна Фабио».	05.05 «Три кота».		
17.05 «Геннадий Хазанов. «Я и здесь молчать не буду!» (12+)	19.00 «Песни от всей души».	00.35 События	10.20 «Чудо техники».	10.20 «Первая передача».	19.45 Новости культуры «Фортуна Фабио».	05.05 «ШАОЛИНЬ».		
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)	20.00 Вести недели	00.50 «Петровка, 38».	10.20 «Чудо техники».	10.20 «Первая передача».	20.25 «ЖЕНЩИН ОБИЖАТЬ НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ»	02.25 «ВСЁ СНАЧАЛА...»		
19.00 Премьера. «Две звезды». Семейный подряд. (12+)	22.30 Москва. Кремль. Путин	01.00 «СЕРЁЖКИ С САПФИРАМИ».	10.20 «Чудо техники».	10.20 «Первая передача».	21.50 Шедевры мирового музыкального театра «Фортуна Фабио».	02.25 «Мультильмы для взрослых»		
21.00 «Время»	23.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым. (12+)	03.55 «Список Лапина. Запрещенная эстрада».	10.20 «Чудо техники».	10.20 «Первая передача».	22.50 «Дача 360».	02.25 «ВЛАСТЬ ОГНЯ».		
23.00 «30 лет вместе». «Время, вперед!» (12+)	01.40 «ОПЯТЬ ЗАМУЖ».	04.50 «Евгений Весник. Обмануть судьбу».	10.20 «Чудо техники».	10.20 «Первая передача».	23.55 «Сделано в России».	03.40 «КАК ВЛЮБИТЬСЯ ЗА 12 ДНЕЙ».		
00.10 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)		05.30 Московская неделя.	10.20 «Чудо техники».	10.20 «Первая передача».	09.00 «Погода 360».	05.05 «Три кота».		
5	5-Й КАНАЛ	ЗВЕЗДА	ЗВЕЗДА	ОТР	МОСКВА 24	360°	МОСКВА. ДОВЕРИЕ	
05.00 «НАСТОЯЩИЙ-2».	05.10 «В ИЮНЕ 41-ГО».	06.05 «СЕЛЬСКАЯ УЧИТЕЛЬНИЦА».	06.00 07.00 07.35 08.00 08.35	06.00 07.00 07.35 08.00 08.35	06.00 «Дача 360».	05.10 08.25 12.50 23.00 00.45		
(16+)	(16+)	(12+)	09.00 09.00 09.35 10.00 10.20	09.00 09.00 09.35 10.00 10.20	11.00 «Какого лешего!»	05.25 08.30 «Моя Москва».		
09.40 «ИЗГОЙ-3».	09.25 «Служу России».	08.00 «Пёстрый мир».	11.00 12.00 13.00 14.00	11.00 12.00 13.00 14.00	07.05 «Всё просто!»	05.35 08.30 «Энциклопедия».		
(16+)	09.55 «Военная приемка».	09.00 «Военная приемка».	15.00 15.20 16.00 17.00	15.00 15.20 16.00 17.00	07.35 «Индизайн».	06.00 02.30 «Москва на все времена».		
13.20 «ШАЛЬНЫЙ ОТДЕЛ».	10.40 «Легенды армии».	09.30 «Всё по-взрослому	18.00 19.00 20.00 21.00	18.00 19.00 20.00 21.00	08.00 «Сделано в России».	06.25 08.30 «Звёзды советского экрана».		
(16+)	11.30 «Морпехи: три века побед».	10.30 «На приёме у главного врача».	21.20 22.00 23.00 00.00	21.20 22.00 23.00 00.00	09.00 «Погода 360».	06.55 08.30 «Тайны кино».		
Россия, 2025 г. Детектив.	12.20 «Война миров».	11.25 12.05 «РОДНЯ».	01.00 02.00 03.00 04.00	01.00 02.00 03.00 04.00	09.10 «Внимание, еда!»	07.40 08.30 «Юмор на все времена».		
В ролях: Сергей Чачин, Сергей Ионкин, Евгений Рыжик, Денис Старков, Илья Тиунов, Анастасия Нечаева.	13.10 «Код доступа».	13.05 «Три заповеди Игоря Столетова».	05.00 «Новости».	05.00 «Новости».	09.50 «Открытая кухня».	08.35 09.45 «ОГРН БОЯТЬСЯ НЕ ВИДАТЬ».		
Оперативник уголовного розыска майор Шальный избивает своего начальника. Это происшествие вынуждает его перевестись в другой отдел. По дороге к новому месту работы майор заходит в кафе и попадает под обстрел снайпера.	14.00 «Улика из прошлого».	13.35 «Конструкторы будущего».	12.05 «Новости».	12.05 «Новости».	10.35 «Погода на любой вкус».	10.55 12.20 «СВЕРСТНИЦЫ».		
22.25 «НАСТОЯЩИЙ-2».	14.50 «Скрытые угрозы».	14.05 «Большая страна».	13.05 «Спецрепортаж».	13.05 «Спецрепортаж».	12.00 «Новости 360».	12.20 14.25 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ».		
(16+)	15.40 «Секретные материалы».	15.05 «Моя история».	14.05 «Спецрепортаж».	14.05 «Построено в Москве».	12.30 «Осень в Подмосковье».	13.00 16.00 «ВАРИАНТ «ОМЕГА».		
02.00 «ПЕРЕХВАТ».	16.30 «Загадки века».	16.30 «Свет и тени».	15.25 «Хроники московского метро. 90 лет».	15.25 «Москва сегодня».	13.25 «За МКАДром».	16.00 23.10 «ЧЕЛОВЕК РОДИЛСЯ».		
(16+)	17.20 «Спецрепортаж».	17.10 «Наши в Голливуде».	17.25 «ПЕРЕД РАССВЕТОМ».	17.25 «Шоу проверка».	13.25 «Что происходит?».	16.20 19.00 «История Великой Победы».		
03.20 «МУЖИКИ!..».	18.00 «Главное с Ольгой Беловой».	19.15 «Клуб главных редакторов».	18.30 01.30 «Откройте, Давид».	18.30 02.35 «Шоу проверка».	14.35 15.30 «Русские. ХХI век».	20.00 20.55 «Боги жаждут».		
(12+)	19.40 «Легенды советского сыска».	20.15 «ЧУЖИЕ ПИСЬМА».	15.25 21.25 «Москва сегодня».	15.25 21.25 «Москва сегодня».	15.30 «Как стать шаманом».	20.00 20.55 «Как я стал космонавтом».		
23.55 «В ТРУДНЫЙ ЧАС».	21.50 «Фетисов».	21.50 «МАТЧ ПОИНТ».	16.20 20.35 «Построено в Москве».	16.20 20.35 «Построено в Москве».	16.20 20.35 «Открытие Китая».	22.55 23.55 «Шестое чувство».		
(12+)	01.45 «НОЧНОЙ ПАТРУЛЬ».	23.45 «Русская идея».	17.25 21.25 «Хроники московского метро. 90 лет».	17.25 21.25 «Хроники московского метро. 90 лет».	17.25 21.25 «Хроники московского метро. 90 лет».	23.55 24.55 «Страна Советов».		
(12+)		00.40 «СПАСАТЕЛЬНАЯ ШЛЮПКА».	19.35 23.35 «Шоу проверка».	19.35 23.35 «Шоу проверка».	19.35 23.35 «Шоу проверка».	00.55 01.55 «Раскрывая тайны звёзд».		
						01.55 «Улицы московские»		

РЕН	ТНТ	ТНТ	3	ТВ-3	ЧЕ!	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 <b>НЕИЗВЕСТНАЯ ИСТОРИЯ</b> о Доме Рогова	 07.00 «Однажды в России». (16+)	 08.00 Новый день. (16+)	 <b>Новый День</b>	 06.00 «Мультфильмы». (0+)	 06.00 Утилизатор. (16+)	 08.30 Новости	 06.00 Смешанные единоборства. ONE FC. (16+)	 09.25 Метод Рогова. (16+)	 09.25 Метод Рогова. (16+)
12.55 «Неизвестная история». (16+)	07.00 «Однажды в России». (16+)	08.00 Новый день. (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	08.00 Новый день. (16+)	09.00 Автоблог ЧЕ!. (16+)	06.00 Утилизатор. (16+)	07.00, 08.30, 03.55 Новости	10.30 «БЕГИ, НЕ ОГЛЯДЫВАЙСЯ!» (16+)	06.00 «Я ТАК ДОЛГО ЖДАЛ ТЕБЯ». (16+)
05.00 23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	07.00 «Однажды в России». (16+)	08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)	08.30 10.15 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)	09.30 Вкусно с Анфисой Чеховой. Любовное настроение. (16+)	10.30 Утилизатор. (16+)	07.05, 14.45, 00.45 Все на Матч! Пр.т.	07.00, 08.30, 03.55 Новости	10.30 «БЕГИ, НЕ ОГЛЯДЫВАЙСЯ!» (16+)	06.00 «Я ТАК ДОЛГО ЖДАЛ ТЕБЯ». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)	09.40 «Время завтрака». (16+)	10.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)	18.00 «Звёзды в джунглях». (16+)	09.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	11.00 «ДЖОКЕР. ОХОТА НА ЗВЕРЯ». (16+)	08.35, 12.00 Биатлон. Альфа-Банк Кубок России. Гонка преследования. Пр.т.	08.35, 12.00 Биатлон. Альфа-Банк Кубок России. Гонка преследования. Пр.т.	14.45 «ГОРЬКИЙ НЕКТАР». (16+)	06.00 «Я ТАК ДОЛГО ЖДАЛ ТЕБЯ». (16+)
08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)	10.15 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)	10.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)	18.00 «Звёзды в джунглях». (16+)	11.30 «ПЕС ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (6+)	13.15 «ВЗАПЕРТИ». (16+)	09.55 Биатлон с Дмитрием Губерниевым	09.55 Биатлон с Дмитрием Губерниевым	19.00 «СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	06.00 «Я ТАК ДОЛГО ЖДАЛ ТЕБЯ». (16+)
08.55 «Самая народная программа». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	10.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	15.15 «ПРЕСЛЕДОВАНИЕ». (16+)	17.00 «ИЗ ГЛУБИНЫ». (16+)	10.25 Лыжные гонки. Кубок России. Пр.т.	10.25 Лыжные гонки. Кубок России. Пр.т.	19.00 «СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	06.00 «Я ТАК ДОЛГО ЖДАЛ ТЕБЯ». (16+)
09.25 «Знаете ли вы, что?» (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	10.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	17.00 «ИЗ ГЛУБИНЫ». (16+)	19.00 «ХИЩНЫЕ ВОДЫ: ЗАПАДНЯЯ». (16+)	13.25, 14.45 Теннис. Трофеи Северной Пальмиры. Пр.т.	13.25, 14.45 Теннис. Трофеи Северной Пальмиры. Пр.т.	20.50 «СЕРДЦЕ РИТЫ». (16+)	06.00 «Я ТАК ДОЛГО ЖДАЛ ТЕБЯ». (16+)
10.30 «Наука и техника». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	10.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	19.00 «ХИЩНЫЕ ВОДЫ: ЗАПАДНЯЯ». (16+)	21.00 «+100500». (16+)	16.15 Футбол. «Ахмат» - «Динамо». МИР Российской Премьер-Лиги. Пр.т.	16.15 Футбол. «Ахмат» - «Динамо». МИР Российской Премьер-Лиги. Пр.т.	02.50 «6 кадров». (16+)	06.00 «Я ТАК ДОЛГО ЖДАЛ ТЕБЯ». (16+)
11.30 «Купи-продай». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	10.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	21.00 «ПОСЛЕДНИЙ ДЕНЬ ЗЕМЛИ». (16+)	23.00 Офисные фениксы. (16+)	18.30 Футбол. «Зенит» - «Рубин». МИР Российской Премьер-Лиги. Пр.т.	18.30 Футбол. «Зенит» - «Рубин». МИР Российской Премьер-Лиги. Пр.т.	03.15 «ВТОРАЯ ЖЕНА». (16+)	06.00 «Я ТАК ДОЛГО ЖДАЛ ТЕБЯ». (16+)
12.55 «Неизвестная история». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	10.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	23.00 «КАТАСТРОФА». (16+)	01.00 «ОТСТАВНИК-3». (16+)	21.00 «После футбола» с Черданцевым	21.00 «После футбола» с Черданцевым	04.15 «НАСТОЯТЕЛЬ-1». (16+)	06.00 «Я ТАК ДОЛГО ЖДАЛ ТЕБЯ». (16+)
13.55 «Легенды и мифы». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	10.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	02.30 «ОТСТАВНИК. ПОЗЫВНОЙ «БРОДЯГА». (16+)	02.30 «ОТСТАВНИК. ПОЗЫВНОЙ «БРОДЯГА». (16+)	22.35 Футбол. «Рома» - «Наполи». Пр.т.	22.35 Футбол. «Рома» - «Наполи». Пр.т.	04.15 «НАСТОЯТЕЛЬ-1». (16+)	06.00 «Я ТАК ДОЛГО ЖДАЛ ТЕБЯ». (16+)
15.00 «Безумные факты». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	10.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	04.15 «НАСТОЯТЕЛЬ-1». (16+)	05.45 «Мультфильмы». (0+)	01.55 Лыжные гонки. (6+)	01.55 Лыжные гонки. (6+)	04.15 «НАСТОЯТЕЛЬ-1». (16+)	06.00 «Я ТАК ДОЛГО ЖДАЛ ТЕБЯ». (16+)
16.00 Информационная программа 112. (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	10.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	05.45 «Мультфильмы». (0+)		04.00 Теннис. (6+)	04.00 Теннис. (6+)	04.15 «НАСТОЯТЕЛЬ-1». (16+)	06.00 «Я ТАК ДОЛГО ЖДАЛ ТЕБЯ». (16+)
16.55 «ПОХИЩЕНИЕ». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	10.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)						06.00 «Я ТАК ДОЛГО ЖДАЛ ТЕБЯ». (16+)
18.45 «ЭКСПАТ». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	10.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)						06.00 «Я ТАК ДОЛГО ЖДАЛ ТЕБЯ». (16+)
20.50 «ЗАКОНОПОСЛУШНЫЙ ГРАЖДАНИН». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	10.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)						06.00 «Я ТАК ДОЛГО ЖДАЛ ТЕБЯ». (16+)
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)	10.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)	20.55 «Титаны». (16+)						06.00 «Я ТАК ДОЛГО ЖДАЛ ТЕБЯ». (16+)

## НАШ ДЕТЕКТИВ-ЗАГАДКА

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.

**Н**иколай Петрович, там это... дракама, – сказал, будто извиняясь, просунувший голову в дверь дежурный. – На выезд вам...

**В**се в отделении знали, что Петрович терпеть не мог выезжать на драки – очень не любил он, когда, по его собственному выражению, «кулаками машут». Майор считал, что всегда можно договориться, было бы желание. А раз дошло до кулаков – значит, договориться ума не хватило.

– Что ж... – ответил он дежурному, поднимаясь из-за стола. – На выезд, так на выезд. Такая работа, ничего не поделешь. Драчунов тоже нужно кому-то разнимать.

– Да разняли уже, – затащорил дежурный. – Только вот одного из «драчунов», как вы их называете, в больницу с травмой увезли. А кто его приложил, непонятно. Вот и вызвали вас – участковый никак установить не может.

## Брюнет, блондин или рыжий?

– Серьезная травма? – уточнил Петрович.

– Да нет, вроде как, не особо серьезная, – пожал плечами дежурный. – Он типа сам в больницу попросился.

– Разберемся, – буркнул Петрович и пошел к выходу, захватив со стола свою папку.

**К**ак выяснилось чуть позже, драка произошла в кафе, у входа которого к их приезду уже собралась небольшая толпа. Ее сдерживал щупленький, но весьма сурового вида участковый, тщетно уговаривавший зевак разойтись.

В дверях стоял, скрестив на груди мощные руки, внушительно-го вида гражданин, представившийся хозяином заведения. Оказалось, что он

еще до приезда участкового он впустил и выпустил из кафе только врачей скорой, которые увезли потерпевшего в больницу, а все, кто на момент драки был в кафе, там же и осталось.

– Что ж я, не понимаю? – сказал здоровяк густым басом. – Они разбегутся, как тараканы, а вам потом

ищи. Да и мне лишние хлопоты ни к чему: мне работать нужно, а не мотаться по... как это у вас называется? А! По опознаниям.

– Разумно, – кивнул, улыбнувшись в усы, Петрович. – Только все равно хотя бы раз придется от работы оторваться, чтобы в суд сходить.

– Это другое дело, – пожал плечами тот. – Это мой гражданский долг. Да и один раз – не десять.

**П**етрович согласно кивнул и зашел в кафе, внутри которого находились трое: не высокий пухленький блондин, вертящий в руках пустую кофейную чашку за столиком, высокий худенький юноша с настолько рыжей шевелюрой, что цвет казался искусственным, сидящий у барной стойки, и плотный брюнет

неопределенного возраста, нервно меряющий широкими шагами небольшое помещение.

Не дожидаясь вопросов Петровича, блондин кинулся к нему:

– Это он ударил! – и указал на брюнета.

– Вы врете! – воскликнув тут. – Вон он ударил, я видел собственными глазами! – указал он на рыжего юношу.

– Я?! – аж подпрыгнул на высоком стуле у стойки тот. – Сам ударил, а на меня свалить хочешь?

Тут говорить начали все разом, будто пытаясь перекричать друг друга, и поднялся страшный гвалт.

– Тихо! – громко сказал Петрович. – Я опрошу каждого из вас отдельно, а там посмотрим.

**Х**озяин любезно предоставил Петровичу чудом оставшуюся в кабинете. Первым майор пригласил блондина.

– Да вы поймите, мне Юрку бить никакого резона, – начал тот, опять не удосужившись дождаться вопроса.

– Юрка – это потерпевший? – уточнил Петрович.

– Ну да, – ответил блондин. – Мы с ним вместе сюда пришли, работаем в одной конторе. Зачем мне его бить, ну сами подумайте?

Вторым был приглашен брюнет. Нервно дернув плечом, он заявил категорично:

– Я вообще в это время пил свой кофе за столиком у окна и наблюдал за облаками. Ничего не знаю, никого не видел.

Рыжий юноша был более разговорчив:

**П**онимаете, я не дарюсь принципиально, – сразу заявил он. – Вообще никогда! Я считаю, что всегда можно договориться. Ну или просто уйти... – на этих словах он слегка запнулся, словно задумался о чем-то, но скоро продолжил: – Знаете, потерпевший этот, конечно, тип не самый приятный: орал тут, матерился. Ко мне цеплялся, к бармену. Очень мерзкий тип. Как и дружок его этот толстый. Но его не бил.

**Виктория АНДРЕЕВА**

Скоро Петрович уже вез драчuna в отделение. Кого из трех он задержал?

Ответ читайте в следующем номере.

Ответ на загадку в № 46: дерево, по которому ворякобы забрался на балкон, совсем сухое. А значит, сук, которым он мог воспользоваться, не выдержал бы тяжести взрослого человека.

Рис. Ирины Светловой



## КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ,  
ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.30 «МАЛЕНЬКАЯ ПРИНЦЕССА». (16+)  
08.00 «ПЕППИ ДЛЯНИЙЧУЛОК». (16+)  
10.25 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИМ ВХОД ВОСПРЕЩЕН». (16+)  
11.45 «ДЕТИ ДОН-КИХОТА». (12+)  
13.05 «СТРЯПУХА». (16+)  
14.25 «ВЕРНЫЕ ДРУЗЬЯ». (16+)  
16.15 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (16+)  
18.15 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (16+)  
19.35 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ» (16+)  
21.20 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕЯТ ПРОФЕССИЮ». (16+)  
23.00 «ЛЮБОВЬ ЗЕМНЯЯ». (16+)  
00.45 «ЕЩЕ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)  
02.15 «ВРЕМЯ ОТДЫХА С СУББОТЫ ДО ПОНЕДЕЛЬНИКА». (16+)

VIJU TV1000 VIJU TV1000

- 06.50 «ПОСЛЕ». (16+)  
08.30 «ПОСЛЕ. ГЛАВА 2». (16+)  
10.15 «ПОСЛЕ. ГЛАВА 3». (16+)  
11.55, 13.45 «УБИСТВА В...» (16+)  
15.30 «ОСОБО ОПАСНА». (16+)  
17.15 «АГЕНТ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)  
19.00 «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУСТВО ПОБЕДАТЬ». (16+)  
21.05 «ПАРКЕР». (16+)  
23.10 «ПОСЛЕДНИЙ РУБЕЖ». (16+)  
00.55 «ПАДЕНИЕ ОЛИМПА». (16+)  
02.50 «ПАДЕНИЕ ЛОНДОНА». (16+)  
04.25 «ПАДЕНИЕ АНГЕЛА». (16+)

VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

- 05.30 «Чаревны», «Три кота», «Простокашин», «Смешарики». Мультифильмы. (6+)  
10.00, 10.50 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. БЕДНАЯ ЛИЗА». (16+)  
11.40, 12.30 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. ТРИНАДЦАТОЕ КОЛЯНО». (16+)  
13.15 «СЕМЬ УЖИНОВ». (16+)  
14.50 «ДИКАЯ». (16+)  
16.45 «МАЛЬДИВЫ ПОДОЖДУТ». (16+)  
18.15 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ. НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ». (16+)  
20.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ. НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ 2». (16+)  
21.30 «БЕС ПОПУТАЛ». (16+)  
22.55 «КУЛЬТУРНАЯ КОМЕДИЯ». (16+)  
00.35 «РАШН ЮГ». (16+)  
02.30 «ДЖУНГЛИ». (16+)

VIJU TV1000 VIJU TV1000 ACTION

- 05.15 «СВЯТЫЕ ИЗ БУНДОКА». (16+)  
06.55 «ОГРАБЛЕНИЕ ИЗ БУДШЕГО». (16+)  
08.40 «НА ГРАНИ». (16+)  
10.20 «ЗАЛОЖНИК». (16+)  
12.15 «ПОБЕГ ИЗ НЬЮ-ЙОРКА». (16+)  
13.55 «ПЛАН ПОБЕГА 1». (16+)  
15.45 «ПЛАН ПОБЕГА 2». (16+)  
17.20 «ПЛАН ПОБЕГА 3». (16+)  
19.00 «ЗАЛОЖНИЦА 2». (16+)  
20.30 «22 ПУЛИ: БЕССМЕРТНЫЙ». (16+)  
22.25 «ЛЕОН». (16+)  
23.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ. НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ». (16+)  
00.45 «ОТСТУПНИКИ». (16+)  
19.00 «ОПЕРАЦИЯ «ГОРГОНА». (16+)  
23.50 «ВОРЫ В ЗАКОНЕ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

- 01.25 «КТО УБИЛ BLACKBERRY». (16+)  
03.15 «Я НИКОДА НЕ БУДУ ТВОЕЙ». (16+)  
04.45 «СУМАСШЕДШАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)  
06.25 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)  
08.35 «УИКЕНД С БАТЕЙ». (16+)  
Комедия, США, 2023 г.  
09.55 «ПАПА». (16+)  
11.30 «РИДИКУЛ». (16+)  
13.25 «ЛАРРИ КРАУН». (16+)  
14.55 «ХРАНИТЕЛИ ПЯТИ КОРОЛЕВСТВ». (12+)  
16.40 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2: ИНСУРГЕНТ». (16+)  
18.35 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 3: ЗА СТЕНОЙ». (16+)  
20.30 «СЕМЬЯНИН». (12+)  
22.25 «МОЙ ПАРЕНЬ - ПРИНЦ». (16+)  
Комедия, мелодрама, фэнтези, Бразилия, 2023 г.

КИНОКОМЕДИЯ

- 06.50 «МОЛОЧНАЯ ДЕВОЧКА». (16+)  
08.25 «КАК НАЗЛО СИБИРЬ». (16+)  
10.10, 03.40 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ. НОВЫЕ ИСТОРИИ». (16+)  
11.55 «РАЙЦЕНТР». (16+)  
13.45 «ТОЧКА НЕВОЗВРАТА». (16+)  
15.40 «СВОЯ ВОЙНА: ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+)  
17.30 «ФРАНЦУЗСКИЙ МАСТЕР». (16+)  
19.15 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)  
21.00 «ПОДАРИ МНЕ ЛУННЫЙ СВЕТ». (16+)  
22.45 «ПОЛНОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)  
00.40 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ». (16+)  
02.05 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)

ДОМ КИНО

- 05.30 «Лунтик. Возвращение домой». Мультифильм. (6+)  
06.45 «Илья Муромец и Соловей-разбойник». Мультифильм. (6+)  
08.15 «Конь Юлий и большие скаки». Мультифильм. (6+)  
09.40 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультифильм. (6+)  
10.55 «Алеша Попович и Тугарин Змей». Мультифильм. (12+)  
12.30 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)  
15.20 «БРЕМЕНСКИЕ МУЗЫКАНТЫ». Россия, 2023 г. В ролях: Ян Цапник, Людмила Артемьева, Олеся Железняк  
17.30 «ЛЕТУЧИЙ КОРАБЛЬ». (6+)  
19.30 «КОНЕЦ СЛАВЫ». (16+)  
21.15 «ПОБЕГ». (18+)  
23.25 «КАК ЗАРАБОТАТЬ НА УБИСТВЕ». (18+)

РУССКИЙ РОМАН

СИНЕМА

- 08.10 «РАССМЕШИТЬ БОГА». (16+)  
09.50 «БЕДНАЯ LIZ». (16+)  
11.40 «ДЕРЖИ МЕНЯ ЗА РУКУ». (16+)  
15.00 «ОТЧИМ». (16+)  
16.55 «РОДНАЯ КРОВИНОЧКА». (16+)  
18.30 «ХОЧУ МОРОЖЕНОЕ!». (16+)  
18.50 «ЛИШНИЙ». (16+)  
2017 г. В ролях: Елена Мартыненко, Кирилл Балобан, Александр Макогон  
22.25 «ЖЕНСКАЯ ДРУЖБА». (16+)  
2007 г. В ролях: Игорь Верник, Юлия Рутберг, Глафира Тарханова, Сергей Краснов  
00.10 «РАССМЕШИТЬ БОГА». (16+)  
01.50 «ЕГО ЛЮБОВЬ». (16+)  
04.35 «ТАНЦЕДЛЯ ДВОИХ». (16+)

РОДНОЕ КИНО

- 06.50 «ИЗ ПАРИЖА С ЛЮБОВЬЮ». (18+)  
08.20 «ЛЕНГЕНДА». (18+)  
10.35 «КООПЕРАЦИЯ-2: ИНТЕРНЭШНЛ». (18+)  
12.50 «МЕХАНИК». (18+)  
14.20 «МЕХАНИК: ВОСКРЕШЕНИЕ». (18+)  
16.00 «ТАКСИ». (16+)  
Франция, 1998 г.  
17.30 «ТАКСИ-2». (16+)  
Франция, 2000 г.  
19.00 «ТАКСИ-3». (16+)  
Франция, 2003 г.  
20.30 «ТАКСИ-4». (16+)  
Франция, 2007 г.  
22.00 «КРАСНАЯ ЖАРА». (18+)  
США, 1988 г.  
23.50 «АКУЛА: НАЧАЛО». (18+)  
Южная Корея, 2021 г.  
01.40 «ПРОРОК». (16+)  
03.10 «ИГРУШКА». (16+)  
04.40 «МОШЕННИКИ». (16+)

СУББОТА!

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 05.00, 03.15 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машинки Песенки», «Машинки сказки», «Маша и Медведь: Парк чудес», «Машинки страшилки», «Маша и Медведь. Футбольный выпуск», «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультифильмы. (0+)  
18.00 «Свинка Пеппа». Мульти сериал. (0+)  
20.00 На ногтях. (16+)  
21.00 Богина сыска. (16+)  
22.20 Богина шопинга. (16+)  
23.20, 23.50 «ДИКАЯ РОЗА». (16+)  
00.10, 01.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»». (16+)  
01.40 «ЧЕРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)  
02.30 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)

СУББОТА!

СТС LOVE

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «СПРОСИ МАРТУ». (18+)  
12.00, 20.00, 04.00 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (16+)  
13.00, 21.00, 05.00 «АКТЕР». (18+)  
14.00, 22.00, 06.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)  
15.00, 23.00, 07.00 «ДВОЕ ИЗ ЛАРЦА-2». (18+)  
00.00, 01.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ». (16+)  
02.00, 03.00 «АННА ГЕРМАН». (16+)  
Серия, Драма, биография, Россия, Украина, Польша, 2012 г. В ролях: Ирина Моро, Мария Порошина, Марат Башаров, Екатерина Васильева, Константин Милованов

ТВ21

ТВ21

- 07.00 «МАНИЯ». (16+)  
08.40 «КУНГ-ФУ ЖЕРЕБЕЦ». (12+)  
10.20 «ВОСЬМИДЕСЯТЬ». (16+)  
В СССР на фоне тотального дефицита люди применяли смекалку. Вместо москитной сетки на фоторамки кнопками прикрепляли марлю, а на телевизионную антенну делали из металлической вешалки. Чтобы выполнить задание Юрия, Ване пришлось пройти недюжинную сообразительность...  
23.00 Сердца за любовь. (16+)  
01.10 «РАНЕТКИ». (16+)  
Арина и Марина не смогли написать музыку для своей группы.  
04.15 6 кадров. (16+)

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

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

- 05.00 «ПОДКИДЫШ». (16+)  
06.20 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИМ ХОД ВОСПРЕЩЕН». (16+)  
07.45 Диктор делает. (16+)  
08.15 Фазендалайф. (6+)  
08.50, 10.10 «ГО ВЗВАЛИ РОБЕРТ». (16+)  
10.00, 13.00 Новости  
10.50, 13.15 Дела судебные. (16+)  
14.15 «РАЗ НА РАЗ НЕ ПРИХОДИТСЯ». (16+)  
15.55 «КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ЩУКИ». (16+)  
Военный фильм, СССР, 1972 г.  
22.25 «ЛЕОН». (16+)  
Триллер, Франция, 1994 г.  
04.45 «ОТСТУПНИКИ». (16+)  
Криминальная драма, США, Гонконг, 2006 г.  
03.10 «ЛЕГЕНДА». (16+)

ПОБЕДА

- 04.50 «ЧЁРНЫЙ ПЁС. ВЫСТРЕЛ В ПРОШЛОЕ». (16+)  
05.50 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)  
07.45 Диктор делает. (16+)  
1962 год. Молодой фарточный вор Юрий-Барон, превернув очередную виртуозную квартирную кражу, едет из Ленинграда в Москву, чтобы встретиться с человеком из далёкого 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 шефом Ленина, имевшим неосторожность написать крамольную рукопись...  
23.50 «ВОРЫ В ЗАКОНЕ». (16+)  
Романтический триллер по рассказам Фазиля Искандера.  
01.25 «ЗЕЛЁНЫЙ ФУРГОН». (16+)  
03.45 Наше кино. История большой любви. (16+)

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)  
05.50 Пятница News. (16+)  
06.20 Мультифильмы. (0+, 16+)  
07.30 Умнее всех (12+)  
09.00 Гастротур. (16+)  
10.00 Запретная Индия. Варанаси. (16+)  
11.00 Погнали! в США. Дальнобойщики 2. (16+)  
13.00 Экспедиция с Алексеем Столяровым. Необычные отели Японии. (16+)  
14.40 Погнали! в Венесуэлу. Самая опасная страна мира? (16+)  
17.50 Погнали! во Францию. Марсель - самый опасный город Европы. (16+)  
19.00 Погнали! в Данию. Пугающая община. (16+)  
20.40 Погнали! в Камбоджу. Шокирующая Азия. (16+)  
23.00 Теперь я Босс! Баттл. Стилисти. (16+)  
00.00 «ТАНДЕМ». (18+)  
Франция, 1987 г.  
01.40 Пятница News. (16+)  
02.10, 02.50 На ножах. (16+)  
03.50 Секреты на кухне. (16+)  
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.00 Моя свекровь - монстр. (16+)  
Реалисти-шоу, в котором 5 команд, состоящих из свекровей и их невесток,鬥ются за звание «Лучшая хозяйка» и приз в 100 тысяч рублей. В каждом выпуске одна из невесток под строгим контролем своей свекрови приготовит по три блюда, при этом уложится в пять тысяч рублей и три часа готовки.  
05.15 Супермама. (16+)  
Битва четырёх мам, каждая из которых мечтает стать лучшей!  
08.05 Мама в 16. (16+)  
Самое честное реалити о взрослении.  
12.50 Дорогая, я забыл. (12+)  
14.20 Мама в 16. (16+)  
19.20 Маменькин сынок. (16+)  
21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)  
00.05 Измены (субтитры). (18+)  
02.00 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Кровавое правление Стоартов. (16+)  
00.50 Русь изначальная. (12+)  
01.20 Неизвестные сражения Великой Отечественной. (12+)  
02.10 Россия глазами иностранцев. (12+)  
03.05, 07.00, 11.05 Забытые войны России. (12+)  
04.00 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)  
04.50, 08.55 Историограф. (12+)  
05.35 Жил-был Дом. (12+)  
06.05 Семь дней истории. (12+)  
06.15, 10.20 Морская пехота. (12+)  
06.00 Это подкаст. История. (12+)  
09.45, 19.25 Легенды науки. (12+)  
12.00 Версальский договор. Победа в войне, поражение в мире. (12+)  
13.00 Адмирал Макаров. Письмо к сыну. (12+)  
17.20 «Золотая антилопа». Мультифильм. (6+)  
17.30 «Баба Яга спасает мир». Мультифильм. (12+)  
18.30 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)  
19.00 «ДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ТЕТЬЯ!». (16+)  
20.00 «ДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ТЕТЬЯ!». (16+)  
21.30 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)  
22.30 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)  
23.30 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)  
24.30 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)  
25.30 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)

VIJU HISTORY

- 06.25 Реставрация Нотр-Дама. (12+)  
07.15, 08.05,

СПОРТ

МИЧИСТРАНА МАТЧ! СТРАНА

- 06.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. «Факел Ямал» (Новый Уренгой) – «Зенит-Казань». (6+)  
07.50 «Небесная грация». (6+)  
08.05 Бокс. Чемпионат России. Женщины. Трансляция из Уфы. (16+)  
09.45, 03.00 «Советский футбол». (12+)  
10.10 «Страна спортивная». (12+)  
10.30 «География спорта. Москва». (12+)  
11.00, 13.20, 16.20 Новости. (0+)  
11.05 «Ярцев. Вечное сияние». Документальный фильм. (12+)  
11.55, 13.25, 16.25 Теннис. Трофей Северной Пальмиры. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга  
19.50 «Страна спортивная». (12+)  
20.05 Спортивная неделя. Итоги. (12+)

- 20.35 Лыжные гонки. Кубок России. Женщины 10 км. Трансляция из Кировска. (6+)  
21.55 Лыжные гонки. Кубок России. Мужчины 15 км. Трансляция из Кировска. (6+)  
23.40 Биатлон. Альфа-Банк Кубок России. Гонка преследования. Женщины. Трансляция из Ханты-Мансийска. (6+)  
01.05 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)  
01.35 Биатлон. Альфа-Банк Кубок России. Гонка преследования. Мужчины. Трансляция из Ханты-Мансийска. (6+)  
03.25 Спортивная неделя. Итоги. (12+)  
03.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. «Чеховские медведи» (Московская область) – «Динамо-Сунгур» (Челябинская область). (6+)  
05.15 «Страна спортивная». (12+)  
05.30 «10 лет в спорте. 2016/2017». (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ  
05.00 Караокинг. (16+)  
07.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)  
07.30 У-Дачный чарт. (16+)  
08.30Teen чарт. (16+)  
08.55 Плейлист | Осень. (16+)  
09.30 Муз на вкус. (16+)  
10.30 Без купюр. (16+)  
11.00 Юмор FM чарт. (16+)  
12.00 Хит-Сториз. Группа «Лицей» – «Осень». (16+)  
12.30 Плейлист | Осень. (16+)  
13.00 Муз-ТВ чарт. (16+)  
14.00 Моя волна. (16+)  
15.00 10 самых! (16+)

- 15.30 Хиты по-русски. (16+)  
16.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)  
17.00 Женщина, не танцуя: куда исчезли медляки? (16+)  
18.00 Лихие хиты. (16+)  
19.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)  
21.00 Муз'итив. (16+)  
22.00 Наше. (16+)  
23.00 Золотая лихорадка. (16+)  
01.20 Лайкер. (16+)  
03.00 Карапокинг. (16+)  
Настоящий караоке-клуб у вас дома!

МУЛЬ

- 06.00, 12.00, 16.00, 20.00, 00.00, 03.00 «Маша и Медведь». (0+)  
«Маша и Медведь» – мультсериал о дружбе маленькой девочки Маши и бывшего циркового артиста Медведя. Взаимоотношения героев сериала отражают отношения ребенка, познающего мир, и взрослого, пытающегося помочь ему в этом нелегком деле. Маша – невероятно активная девочка, которая никогда не сидит на месте и считает, что весь мир создан для нее одной. Машина индивидуальность не знает границ, поэтому урок труда легко обворачивается строительством парусного корабля, а набор художника – в разукрашивание всего леса.  
11.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)  
На круглогодичном курорте повышенной комфортности отдыкают всем известные Заяц и Волк. Первый с радостью бы довольствовался разными активностями, если бы не козы второго. Между главными героями вспыхивают разного рода конфликты.  
11.45 «Ну, погоди!». (6+)  
05.30 «10 лет в спорте. 2016/2017». (12+)

ДЕТСКИЙ МИР

- 06.00, 14.00, 22.00 «Три богатыря и Морской царь». (12+)  
07.20, 15.20, 23.20 «Три богатыря и принцесса Египта». (12+)  
08.25, 16.25, 00.25 «Три богатыря и Наследница престола». (12+)  
09.50, 17.50, 01.50 «Колобанга». (6+)  
11.30, 19.30, 03.30 «Живой гараж». (0+)  
12.45, 20.45, 04.45 «Штучумагия». (0+)  
Однажды пять девочек, отыскающих в эколагере у моря, находят портал в Волшебный лес. Там они встречаются с его Хранительницей – Мамой Шамой и, неожиданно для себя, становятся воспитательницами необыкновенных существ шушу, получив при этом магические силы. И теперь у девочек ни минуты покоя – ведь они должны защищать гармонию в Волшебном лесу.  
13.20, 21.20, 05.20 «Котенок Шмяк». (0+, 6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 «Три кота». (0+)  
09.30 «Парк Турум-Бурум». (0+)  
09.45 «Царевны». (0+)  
11.15 «Супер Крылья. Удивительные питомцы». (0+)  
12.20 «Ум и Хрум». (0+)  
13.20 «Три кота». (0+)  
15.00 О! Кино! «Иван Царевич и Серый Волк-3». (6+)  
Приключения Ивана Царевича, его мудрого друга Серого Волка и хитрого Чёрного кота продолжаются! Царь с размахом отметил юбилей – 150 лет – и решил уединиться на покой: уехал от государстваенных дел в деревню – природой наслаждаться. Иван же Царь вручил свою корону и наказал беречь Тридевятое царство от всякой нечисти. А у Ивана Царевича дома проблем!

- 16.10 «Мой музей». (0+)  
16.15 «Три кота». (0+)  
21.30 О! Кино! «Иван Царевич и Серый Волк-4». (6+)  
22.50 «Царевны». (0+)  
00.00 «Смешарики». (0+)

МУЛЬТИЛАНДИЯ

- 06.00, 13.40 «Снежная королева». (6+)  
07.20, 15.05 «Снежная королева 2: Презаморозка». (6+)  
08.45, 19.45 «Снежная королева 3. Огонь и Лед». (6+)  
10.20, 18.05 «Пиноккио. Правдивая история». (6+)  
12.05, 16.30 «Шелкунчик и волшебная флейта». (6+)  
Мари попадает в королевство, власть в котором захватили крысы. Чтобы спасти жителей королевства от захватчиков и вернуться домой, Мари должна найти волшебную флейту – она поможет снять чары.  
21.20, 22.45 «Три кота». (0+)  
22.00 «Ледовая братва». (12+)  
01.05 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)  
02.45 «Простоквашин». (0+)  
05.05 «Бодо Бородо. Путешествия». (0+, 6+)

О!

- 05.00 Ранние пташки. «Царевны», «Барбоскины». (0+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+)  
07.35 «Оли и Мун». (0+)  
Практичный, прямолинейный рыжий котик Оли и беззаботная, обожающая приключения полосатая кошечка Мун – лучшие друзья. Не всегда легко, когда твой друг совсем на тебя не похож: Оли живёт по правилам и был бы абсолютно счастлив, играя на своём заднем дворе. А Мун полна грандиозных, с ногти на голову, идей и обожает приключения.  
10.00 «Еда как в сказке». (0+)  
10.20 «Котёнок Кнопа и его друзья». (0+)  
10.35 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)  
Этот мультсериал о жизни простой семьи – мамы, папы, старшего брата, младшей сестры и собачки Сони.

- 11.35 «Простоквашино». (0+)  
12.00 «Студия красоты». (0+)  
12.15 «Простоквашино». (0+)  
14.00 «Большое Шоу». К юбилею канала «Карусель». (6+)  
14.30 «Три кота». (0+)  
16.00 «Это супер!». (0+)  
16.20 «Большое путешествие Люсеки и Фрикадельки». (0+)  
16.45 «Оранжевая коровка». (0+)  
19.35 «Кошечки-собачки». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)  
21.15 «Отель у овечек». (0+)  
Про дружную семью овечек и гостей их отеля.  
22.30 «Русалочки: Морская магия». (6+)  
Погрузись в яркий подводный мир Мертропии – где волны хранят древние тайны, а каждая капля наполнена волшебством! Принцесса Мерлинда и её подруги – смелая Нерисса и весёлая Саша – готовы на всё, чтобы защитить океан от пиратов и зловещих чар. Вместе они открывают силу дружбы, смелости и настоящей морской магии, которая способна изменить судьбу целого мира.

- 23.00 «Метал Кард Бот». (6+)  
23.15 «Смешарики. Пин-код». (6+)  
01.45 «Монсики». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)  
05.10 Завет. (6+)  
06.10 Материнское сердце. (16+)  
06.45 «СЛУШАТЬ В ОТСЕКАХ». 2 серия. (12+)  
08.05 Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)  
09.00 Простые чудеса. (12+)  
10.00 Божественная литература. Прямая трансляция. (0+)  
12.45 Паломница. (12+)  
14.00 Я – мама. (0+)  
14.50 Русский мир. (12+)  
15.55 «ОЧИЙ ДОМ». (12+)  
СССР, 1959 г. в роли: Вера Кузнецова, Людмила Марченко, Валентин Зубков, Николай Новлянский

- 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)

- 19.35 Шипков. (12+)

- 19.45 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)

- 20.55 Парсунा. С Владимиром Легойдой. (6+)

- 21.55 «МАТЬ И МАЧЕХА». (0+)

- 23.35 День Патриарха. (0+)

- 23.45 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)

- 01.10 Сурские истории. (0+)

- 01.50 Шипков. (12+)

- 02.00 Следы империи. (12+)

- 03.25 Ледовое побоище. Рождение России. (0+)

- 04.10 Парсунा. С Владимиром Легойдой. (6+)

Православный календарь

30 ноября

Неделя 25-я по Пятидесятнице. Глас 8. Свт. Григория чудотворца, еп. Неокесарийского.

Прп. Никона, игумена Радонежского, ученика прп. Сергия. Мчч. Ациклии и Виктории, Кордубских. Прп. Лазаря иконописца. Мч. Гобона, во Святом Крещении Михаила, и с ним 133 воинов (Груз.). Прп. Севастiana Джеконского (Серб.).

Рождественский пост. Разрешается рыба.

Хочет ли кто познать Бога из творения или понять из Божественных писаний, без премудрости Его он ничего не может узнать или услышать о Нем. И правильный призывающий Бога призывает через Сына, и приходящий к Нему ищущий через Христа приходит. А прийти к Сыну невозможно без Духа: ибо Дух и оживляет и освящает все». Свт. Григорий Чудотворец



ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

Этот отрывок из Евангелия от Луки будет читаться в православных храмах 30 ноября, в воскресенье.

**«...Душу твою возьмут у тебя; кому же достанется то, что ты заготовил?»**



И сказал им притчу: у одного богатого человека был хороший урожай в поле; и он рассуждал сам с собою: что мне делать? некуда мне собрать плодов моих?  
И сказал: вот что сделаю: сломаю житницы мои и построю большие, и соберу туда весь хлеб мой и все добро мое, и скажу душе моей: душа! много добра лежит у тебя на многие годы: покойся, ешь, пей, веселись. Но Бог сказал ему: безумный! в сию ночь душу твою возьмут у тебя; кому же достанется то, что ты заготовил? Так бывает с тем, кто собирает сокровища для себя, а не в Бога богатеет. (Лк, 12:16-21)

**«Живая вера открывает взорам души Бога: Слово Божие соединяет душу с Богом. Узревший таким образом Бога, ощущивший таким образом Бога усматривает свое ничтожество, исполняется неизреченным благоговением к Богу, ко всем делам Его, ко всем велениям Его, ко всему учению Его, стяжает смиренномудрие. Святитель Игнатий (Брянчанинов)**

втор романа в нескользких местах, описывая самое существо Иудушки Головлёва, использует замечательное слово – «прах». Похоронив свою мать, Арину Петровну, Иудушка стоит перед могилой – и вот как автор описывает его состояние: «открывавшаяся перед его глазами могила уносила последнюю связь его с живым миром, последнее живое существо, с которым он мог делить плах, наполнявший его. И что отныне этот плах,

не находя истока, будет накапляться в нем до тех пор, пока окончательно не задушит его».

**К**акое необычайно глубокое, точное описание чуждой Христа души! Отметим при этом, что Иудушка был не просто «традиционно благочестив»: нет, он был нарочито «сверхблагочестив» – но его это не только не спасло, но и, напротив, еще сильнее увеличило разрывающее изнутри лицемерие! Все то, что у обычного, «стандартного» грешника приводит к раскаянию, перемене, живительному осознанию ошибок, – у Иудушки мгновенно превращалось в плах – только по наружности походивший на молитву, пост, благородумие и другие дела благочестия.

**Б**езудержное, безумное, саморазрушающее служение «праху» – с неизбежным трагическим концом – так можно было бы резюмировать судьбу главных героев. И сегодняшняя притча Евангелия однозначно свидетельствует: попытка «собирать сокровище» в себя,

ради себя – всегда заканчивается выжженной изнутри пустыней сердца.

**Н**о в притче есть и ответ – как можно этого избежать! Ключевое понятие – «излишки», то, в надежде сохранения чего богач и разрушает свои старые кладовые. Угомонись бы он, отдав нуждающимся все то, что Бог ему послал «сверх» ожидаемого, смотришь, и жизнь бы его не так быстро оборвалась, да и, кто знает, однажды ощущив радость не от приобретения, а от милосердия, от добровольного освобождения себя от обладания – возможно, и вся жизнь его могла бы обрести совершенно новый, вдохновляющий и преображающий смысл!

Фото предоставлено радио «Вера» и www.shutterstock.ru

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

## ОКНА, ОСТЕКЛЕНИЕ

**ЗАВОД ОКНА ОСТЕКЛЕНИЕ** ПВХ, ЕВРОДЕРЕВО  
Ремонт окон, балконов, жалюзи дерево  
СЕЗОННЫЕ СКИДКИ  
• ОТДЕЛКА  
• УТЕПЛЕНИЕ  
• КРЫШИ  
• ШКАФЫ  
пенсионерам – скидка до 35%  
8 (495) 740-76-09  
8 (495) 941-96-29

## ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ



✓ Награды, знаки, медали, монеты, часы, шкатулки.  
✓ ЗОЛОТО, КОРОНКИ, вазы, СЕРЕБРО, статуэтки СССР.  
✓ БУДДУ, сервизы, бронзу, картины, книги, открытия.  
✓ АВТОГРАФЫ, янтарь, фото, архив и др. **ВЫЕЗД 24ч**

8(903) 666-33-55



Сервизы (остатки), вазы. Статуэтки (с дефектом) из фарфора, чугуна, кости. Иконы. Подсвечники. Часы. Подстаканники. Значки. Награды. Марки. Пластиинки. Янтарь. Предметы интерьера из Китая. **Выезд. Оплата сразу.**

8 (916) 359-05-00



• ИКОНЫ. ФАРФОР.  
• СТАТУЭТКИ (можно с дефектами).  
• КАРТИНЫ И РАМЫ ОТ НИХ  
• ПАТЕФОНЫ. ПЛАСТИНКИ  
• СЕРЕБРО. ЗОЛОТО (изделия, лом)  
• Портсигары. Подстаканники  
• Часы. Знаки. Архивы и др.  
**Выезд 24 ч, оплата сразу!**

8 (903) 964-67-77



• Награды • Значки  
• Наградные знаки • Монеты  
• Банкноты • Подстаканники  
• Статуэтки • Иконы • Игрушки СССР  
• Кортики • Сабли • Интересные антикварные старинные предметы, или коллекции  
**ВЫЕЗД И ОПЛАТА СРАЗУ**

8 (985) 179-79-30  
ВЛАДИМИР

■ 8 (963) 921-08-38 Книги, архивы, иконы, монеты Царской России и СССР, юбилейные рубли, знаки ударников, бижутерию, часы, янтарь, подстаканники, портсигары, коронки, мельхиор, столовое серебро до 350 руб./г., фотоаппараты, открытия, фото, фарфор, статуэтки, сервизы, хрусталь, Китай, духи, самовары. КУПЛЮ ДОРОГО. Тел.: 8 (963) 921-08-38

■ 8 (916) 993-36-64 Куплю. Ткачи СССР, духи, парфюм, журналы мод, старинную одежду, вышивки, круже, бижутерию, сумочки и шляпки, наручные часы, конькы СССР. Тел.: 8 (916) 993-36-64

■ 8 (916) 155-34-82 Ёлочные игрушки, кукол, настольные игры, значки, картины, книги, монеты, мебель, открытия, посуду, подстаканники, радиоаппаратуру, серебро, пластиинки и статуэтки из бронзы, деревя, камня, чугуна, фарфора; фотоаппараты, самовары, иконы. Янтарь. Весь Китай до 1965 года. Тел.: 8 (916) 155-34-82

■ 8 (915) 401-64-88 Куплю ёлочные игрушки, коллекции календариков, открыто, бижутерию, хрусталь, кукол, антиквариат. Тел.: 8 (915) 401-64-88

## УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ

■ 8 (965) 386-47-09 СЭ. 100% ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ УНИЧТОЖЕНИЕ любой сложности – КЛОПОВ, ТАРАКАНОВ, КЛЕЩЕЙ НА УЧАСТКЕ, ПЛЕСЕНЬ и т. д. Пар холдного и горячего тумана. Безопасные препараты для людей, животных, растений. ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА – официальный договор. Работаем 24/7. Система скидок. Москва и МО. Тел.: 8 (965) 386-47-09

**ОКНА ПВХ**  
AL PROVEDAL БАЛКОНОВ, ЛОДЖИЙ  
**ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ**  
РЕМОНТ ОКНОВ И БАЛКОНОВ ВСЕ ВИДЫ РАБОТ  
ПЕНСИОНЕРАМ  
БЕЗ ВЫХОДНЫХ  
ПЕНСИОНЕРАМ  
ЛЫГОТНЫЕ УСЛОВИЯ  
8-925-543-53-97

## ЗДОРОВЬЕ

**НАРКОХЕЛП**  
**ВЫВОД ИЗ ЗАПОЯ**  
8-925-008-97-53 Анонимно, 24/7

ООО «Первый шаг». ИНН 5040190043 Лиц. №Л041-01162-50/01346916 от 14.08.2024  
имеются противопоказания. Проконсультируйтесь со специалистом

Все объявления на правах рекламы

## КУПЛЮ

**СКУПКА**  
украшений, меха и электроники.  
**БЫСТРО. ДОРОГО.**  
200 филиалов в Московском регионе.  
8 (499) 444-28-07  
ООО «ТехноТренд»  
ОГРН 1247700419999,  
ИНН 9722078010

■ 8 (915) 033-00-01 Куплю измерительные приборы времен СССР: осциллографы, частотомеры, генераторы, вольтметры, анализаторы и т. д. Приборы КИПиА. Радиодетали. Радиостанции. Состояние любое. Дорого. Тел.: 8 (915) 033-00-01

■ 8 (999) 715-35-60 Куплю вышедшие из обращения банкноты: швейцарские франки, английские фунты, немецкие марки, кроны и другие. Военный антиквариат, старинные награды, значки, иконы, картины, книги (домашние библиотеки целиком), фарфор, янтарь, портсигары, литьевые фигуры, часы, ювелирные изделия. Тел.: 8 (999) 715-35-60

■ 8 (495) 723-19-05 Куплю механические часы. Любое состояние. Значки, бумажные деньги, часовы хлам, станок часов, часовое оборудование, самовары, оптику, старые фотографии, открытки. Тел.: 8 (495) 723-19-05

■ 8 (495) 771-28-64 Обивка, реставрация мебели в цеху и дома. Выбор ткани, кожзам, кожа. Вызов консультанта на дом. Тел.: 8 (495) 771-28-64

■ 8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25 ПОДУШКИ ДЛЯ СОФЫ. Матрасы ортопедические, пружинные, беспружинные. Замена раскладушек в диване. Профессиональная ОБИВКА МЕБЕЛИ. Большой выбор мебельных тканей. Гарантия. Доставка бесплатно. svk-matras.ru. Тел.: 8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25

■ 8 (925) 504-54-71 Абсолютно любой ремонт мягкой и корпусной мебели. Тел.: 8 (925) 504-54-71

■ 8 (926) 981-93-63 Перетяжка и обивка мебели на дому. В Москве и МО. Недорого. Работаем без выходных, без предоплаты. Тел.: 8 (926) 981-93-63

## НЕДВИЖИМОСТЬ

■ 8 (903) 515-85-33 Срочно выкуплю для себя квартиру, комнату. Сложные документы не пугают. Можно без ремонта, после пожара. Возможно с задолженностями и др. проблемами. Выкуплю из ипотеки. Тел.: 8 (903) 515-85-33, Эля.

## ТВОРЧЕСКОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

■ 8 (929) 992-70-91 Издание вашей книги, от 1 экз., оперативно, качественно, индивидуальный подход к каждому заказчику. Обращайтесь! Тел.: 8 (929) 992-70-91

## ВЕТЕРИНАРНАЯ ПОМОЩЬ

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ ДЛЯ ЖИВОТНЫХ. Усыпление. Вывоз. Кремация. Тел.: 8 (495) 509-47-75, 8 (495) 772-34-72

www.n-help.ru

**ЛЕЧЕНИЕ АЛКОГОЛИЗМА**  
Доеzd врача в течении часа  
Москва и Подмосковье  
Мотивируем на лечение

8 (985) 985-60-25 Абсолютно надёжно!

Устали от одиночества? Знакомства для жизни. До 90 лет. Москва и Подмосковье. Звоните! Тел.: 8 (985) 985-60-25

## СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

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

Ключ-Сервис  
**ЗАМКИ**  
замена, ремонт  
8(495)997-91-37  
Вскрытие дверей

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

■ 8 (495) 978-03-44 РЕМОНТ комнаты или квартиры поэтапно и по доступным ценам. Обои, покраска, плитка, сантехника, электрика. Ванна под ключ. ЦИКЛЁВКА и ремонт паркета. Укладка линолеума, ЛАМИНАТА, доски. НАТЯЖНОЙ потолок. ОКНА. Отделка ванных, лоджий панелями. Доставка материалов. Пенсионерам скидки. Тел.: 8 (495) 978-03-44

■ 8 (915) 386-99-54 РЕМОНТ КВАРТИР по доступной цене от семейной пары. Подготовка стен, обой, покраска потолков, натяжные потолки, укладка ламината, кварц винил, электрика, плитка, линолеум, электрика, сантехника. Доставка материалов. Гарантируем качественный ремонт и чистоту. Тел.: 8 (915) 386-99-54, Евгений

■ 8 (985) 723-87-03 Домашний мастер. Тел.: 8 (985) 723-87-03

■ 8 (977) 354-98-39 Ремонт квартир, демонтаж, штукатурка стены и потолков, стяжка, электрика, шпатлевка, поклейка обоев, укладка ламината, натяжные потолки. Качественно и в срок. Пенсионерам скидки. Тел.: 8 (977) 354-98-39, Владимир

РЕКЛАМА В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»:  
8 (495) 792-47-73

Все объявления на правах рекламы

ДВЕРИ

**ФАБРИКА ДВЕРЕЙ**  
**ДВЕРИ** МЕЖКОМНАТНЫЕ И ВХОДНЫЕ  
ДЕРЕВЯННЫЕ И СТАЛЬНЫЕ

• ЗАМЕР • ДОСТАВКА • УСТАНОВКА • 100% КАЧЕСТВО

ДЕРЕВЯННЫЕ ДВЕРИ: межкомнатные, входные, для ванной и туалета, для офисных помещений, арки, порталы, шкафы, антресоли.

СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ: квартирные, тамбурные, парадные, противопожарные, решетки, козырьки, ворота, ограды, заборы и т.п.

БОЛЕЕ 1000 МОДЕЛЕЙ ЛЮБЫХ РАЗМЕРОВ  
ПО СОЦИАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ ЦЕНЫ СНИЖЕНЫ!!!

Оставить заявку  
с 8:00 до 21:00  
БЕЗ ВЫХОДНЫХ

8 (495) 208-03-88

ЗАМЕНА ЗАМКОВ

РАБОТА

## ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ ПРОДАВЦОВ

СМЕНА: ОТ 1540 РУБЛЕЙ + % ОТ ТОВАРООБОРОТА

- Ежедневный аванс: **до 750 РУБЛЕЙ**
- Бесплатное общежитие, заселение в день обращения
- Место работы: киоски в разных районах Москвы
- Приветствуем кандидатов «серебряного возраста»!



ЖДЕМ ВАС С ПОНЕДЕЛЬНИКА ПО ПЯТНИЦУ С 10.00 ДО 18.00

МЕТРО «МАРЬИНА РОЩА», УЛ. ПОЛКОВАЯ, Д. 3, СТР. 2, ПОДЪЕЗД 1

Телефоны для связи: 8 (965) 354-39-02, 8 (925) 507-46-48

**ДВЕРИ ЗАВОДСКИЕ «АМПИР»**

ВХОДНЫЕ, МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ, МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ

Шкафы, шкафы-купе, антресоли, кухни стандартных и нестандартных размеров

- Обивка дверей
- Замена, врезка замков
- Замер, установка

ДОСТАВКА БЕСПЛАТНО

МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ от 19 000 ₽

СКИДКА ПЕНСИОНЕРАМ 8 (499) 408-40-71

МЕЖКОМНАТНЫЕ от 3 000 ₽

АВТО

■ 8 (495) 664-65-88, 8 (926) 313-90-00  
АВТОВЫКУП МАКСИМАЛЬНО ДОРОГО!!! АВАРИЙНЫЕ, БИТЫЕ, ПОДДЕРЖАННЫЕ автомобили всех марок купим ДОРОГО в день обращения. Выезд, оценка, снятие с учёта. ЭВАКУАЦИЯ – Москва, МО. БЕСПЛАТНО. РАСЧЁТ НА МЕСТЕ. ВЫКУПАЕМ ДОРОЖЕ АВТОСАЛОНОВ. ПРОФЕССИОНАЛИЗМ И ПОРЯДОЧНОСТЬ. Тел.: 8 (495) 664-65-88, 8 (926) 313-90-00

■ 8 (926) 032-69-99 АВТОВЫКУП ОЧЕНЬ ДОРОГО!!! В любом состоянии, все марки: битые, целые, горелые, кредитные, залоговые купим очень дорого!!! Порядочность 100 %. Снимаем с учёта, деньги сразу. Тел.: 8 (926) 032-69-99

■ 8 (916) 841-89-94 Срочный выкуп абсолютно любого авто максимально дорого. С абсолютно любыми проблемами. С запретом регистрационных действий, арест, кредитные, без ПТС. Старые, новые любые, Москва и МО, не на ходу. Приеду в любое время, деньги сразу, оформление полностью за мой счёт. Куплю дорого. Тел.: 8 (916) 841-89-94

■ 8 (926) 888-54-66 КУПЛЮ: «Волга» любой модели, «Жигули» любой модели в любом состоянии, «Москвич», «Ока», «Газель», иностранные любые. Куплю в день обращения, порядочность гарантирую. Валерий Иванович. Тел.: 8 (926) 888-54-66

ПРИГЛАШАЕМ:

## ТОРГОВЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ на личном автомобиле

З/п от 150 000 – 170 000 руб.  
График: 4 дня в неделю (Москва и МО)



- Получение печатной продукции на складе в Москве, доставка по магазинам, выкладка, обновление ценников, сбор возврата, оформление первичных документов, фотоотчёт.
- Ненормированный рабочий день, разъездной характер работы.
- Знание Москвы и МО, наличие моб. приложения «WhatsApp» – ОБЯЗАТЕЛЬНО.

8 (903) 135-29-85, 8 (965) 353-81-09 Антон Юрьевич



## ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ ПРОДАВЦОВ В КИОСКИ ГОРОДА ТВЕРИ

Мы предлагаем:

- Работу в крупной и развивающейся компании!
- Стабильный оклад **35 000 РУБЛЕЙ** + бонусы по результатам работы;
- Выдача заработной платы два раза в месяц, **БЕЗ ЗАДЕРЖЕК**;
- НАДБАВКА ЗА СТАЖ** работы в кампании;
- Подходящий вам график работы: 6/1 и 2/2;
- Удобное местоположение киоска (мы постараемся подобрать вакансию ближе к дому);
- Вакансия подходит **ДЛЯ КАНДИДАТОВ «СЕРЕБРЯНОГО» ВОЗРАСТА**



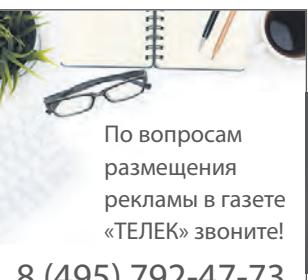
ПРИХОДИТЕ К НАМ, ПРИВОДИТЕ СВОИХ ДРУЗЕЙ И ПОЛУЧАЙТЕ ПРЕМИЮ!

Телефоны для связи:

8 (967) 292-04-91, 8 (925) 507-46-48

■ 8 (925) 302-24-27, 8 (495) 918-67-03

Приглашаем на работу консьержами в ЖСК, Вешняковская ул., 12, кор. 1 (рядом «Экоферма»). Вахтёрские помещения со всеми удобствами. График работы суточный, зарплата без задержек, без наличных сборов, входит в квартплату жителей. Тел.: 8 (925) 302-24-27, 8 (495) 918-67-03



По вопросам  
размещения  
рекламы в газете  
«ТЕЛЕК» звоните!

8 (495) 792-47-73

**РЕМОНТ**  
ХОЛОДИЛЬНИКОВ  
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН  
8 (495) 177-45-76  
8 (901) 519-52-48  
Вызов бесплатно  
Пенсионерам скидки

**РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ**

- Ремонт любой сложности
- Ремонт подсветки
- Настройка каналов
- Настройка приставок
- **РЕМОНТ АНТЕННЫ**
- Замена штекера
- Замена разветвителя для антенн
- Протяжка телевизионного кабеля

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА. ГАРАНТИЯ  
8 (977) 575-85-64

**РЕМОНТ**  
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН  
ХОЛОДИЛЬНИКОВ, ЭЛЕКТРОПЛИТ  
Пенсионерам **50%** Бесплатный  
ВЫЕЗД  
8 (495) 106-25-69

■ 8 (495) 142-81-39, 8 (985) 411-20-28  
РЕМОНТ НА ДОМУ холодильников, бытовых, промышленных. Ремонт стиральных, посудомоечных машин. Ремонт газовых плит, варочных панелей. Ремонт электрических плит, духовых шкафов. Ремонт телевизоров, антенн. Ремонт швейных машин, оверлоков. Гарантия. Скидки. Тел.: 8 (495) 142-81-39, 8 (985) 411-20-28

■ 8 (926) 701-02-02, 8 (903) 624-09-99,  
8 (499) 713-15-40 СРОЧНЫЙ РЕМОНТ  
ХОЛОДИЛЬНИКОВ и МОРОЗИЛЬНЫХ  
камер. Частный мастер без посредника.  
Москва и Московская область. Тел.:  
8 (926) 701-02-02, 8 (903) 624-09-99,  
8 (499) 713-15-40

ПРИЁМ РЕКЛАМЫ В РУБРИКУ «ВСЁ ОБО ВСЁМ» ПРОИЗВОДИТСЯ ПО АДРЕСАМ:

Отдел рекламы газеты «ТЕЛЕК»  
8 (495) 792-47-73, 8 (903) 013-52-78,  
м. «Марьина Роща»

РА «Манго АДВ»  
8 (495) 646-03-83,  
м. «Преображенская площадь»,  
выезд менеджера бесплатно

РА «Мир рекламы»  
8 (495) 228-06-30,  
м. «ВДНХ», выезд курьера бесплатно

РА «Солидарность-Паблишер»  
8 (800) 300-81-43,  
м. «Аэропорт», курьер бесплатно

**ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ**

Юристы и адвокаты. Пенсионерам скидка до 50 %. Консультация бесплатная!  
Тел.: 8 (495) 201-25-12

■ 8 (499) 409-91-42 Московская социальная юридическая служба. БЕСПЛАТНЫЕ консультации. 20 лет адвокатской практики. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т.ч.: вернём или расслужим квартиру. Выпишем из квартиры. Наследство. Семейные споры. Автодела. Банкротство физлиц. www.socuristy.ru. Тел.: 8 (499) 409-91-42

■ 8 (985) 210-25-63 Адвокаты. Уголовные, гражданские дела. Арбитраж. Банкротство. Споры по наследству, недвижимости, земле. Раздел имущества супругов. Расторжение и признание недействительными договоров. Выписка из квартир. Возврат квартир. Защита по любым уголовным делам на следствии и в суде. Тел.: 8 (985) 210-25-63

ООО «Арт Коруна»  
8 (495) 944-30-07, 8 (495) 944-22-07,  
м. «Планерная», дизайн-макет БЕСПЛАТНО

РА ООО «ГРИН КЛАССИК»  
8 (495) 926-38-00, многоканальный,  
м. «Семёновская», курьер бесплатно

«РЕКЛАМА 21 ВЕК»  
8 (495) 774-74-20, 8 (916) 408-49-91,  
м. «Солнцево»

ИД «ВСЕ ДЛЯ ВАС»  
8 (495) 909-98-96,  
м. «Алексеевская»

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ

8 (495) 792-47-73

ПО ПОЧТЕ

reklama@kardos.ru

ПО АДРЕСУ

г. Москва, м. «Марьина Роща»

ЦЕНА

Стоимость  
строчного  
объявления от **1000** 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:  
000 «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001,  
ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 3010181040000000225,  
р/с 4070281003800020635  
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

Одни думают, что их жизнь – цепь случайных совпадений. Другие – наоборот, что всё написано заранее.

**Ч**то определяет нашу судьбу? Наши действия? Наш выбор? Наши встречи? Чем старше я становлюсь, тем больше убеждаюсь, что самые верные решения принимает сама жизнь без нашего ведома. А судьба – это уроки, которые мы извлекаем из каждой встречи и каждого разочарования. Но именно они делают нас сильнее.

## Любовь в моей жизни в 20 лет

В двадцать лет я была полна надежд и амбиций. Часто с подружками мы обсуждали мечты и идеалы.

– Девочки, вы верите в судьбу? – допытывалась Женька, самая дотошная из нас.

– Не знаю, – тогда ответила я. – Иногда мне кажется, что все происходит по каким-то случайным соппадениям.

– А я считаю, что все предопределено, – сказала Лиза.

В то время я была уверена, что моя судьба – это результат собственного выбора. С Мишой мы познакомились в университете. Он был старше на несколько лет и казался таким опытным и умным. Мы стали встречаться. Не скажу, что была сильно влюблена. Мне было интересно проводить с ним время.

– Иногда мне кажется, что мы просто плывем по течению жизни, – сказал он мне однажды.

– Но мы можем управлять своим течением, – возразила я.

– А можем довериться судьбе и плыть дальше.

С каждым днем наши отношения становились все

# Свет в нашей жизни – от света любви

“**Все должны прежде всего на свете жизнь полюбить. Жизнь полюбить больше, чем смысл её.**”

Фёдор Достоевский

более запутанными. Я искала в нем опору, но он часто ускользал от меня, словно тень. В конце концов мы расстались так же неожиданно, как и встретились.

## Любовь в моей жизни в 30 лет

В тридцать лет я уже знала, что жизнь – это также и уроки, которые мы извлекаем из своих ошибок. В этом возрасте я ощущала, что нахожусь на пороге нового этапа. Вокруг меня происходили изменения: многие мои друзья уже создали семьи, завели детей, а некоторые только начинали осознавать, что такая настоящая любовь.

В этот период я встретила Константина, человека, который стал для меня не просто партнером, а настоящим другом и союзником. Я вышла замуж и родила двоих детей. Мой муж оказался тем самым человеком, с которым мне было по-настоящему комфортно.

– Ты веришь в то, что все предопределено? – спросила я Константина как-то за ужином.

– Думаю, что мы сами создаем свою судьбу. Но иногда жизнь

подкидывает нам сюрпризы.

Я вспомнила о нашей с ним первой встрече и о том, как она изменила наше лицо.

– Помнишь ту вечеринку? – улыбнулась я.

– Конечно! Это был один из лучших вечеров в моей жизни, – расплылся в ответной улыбке он. – Ты была там самая красивая, я не мог упустить шанс познакомиться.

Он пригласил меня на танец. А потом Константина пошел меня провожать. До дома было идти 15 минут, но мы шли часа два.

Мы строили семью, воспитывали детей и вместе проходили через трудности. Муж поддерживал меня в моих стремлениях и мечтах. Я всегда хотела развиваться

в карьере, и он стал моим самым большим сторонником.

Он вдохновлял меня идти вперед, даже когда возникали трудности. Его слова «ты можешь добиться всего, чего захочешь, я верю в тебя» придавали мне сил.

Иногда мы ссорились из-за мелочей. В такие моменты я понимала, что любовь – это не только радость и счастье, но и готовность работать над отношениями.

## Любовь в моей жизни в 40 лет

С течением времени наши отношения становились только крепче. С каждым днем я все больше осознавала: любовь – это не просто романтика, но и партнерство, основанное

на доверии и уважении. Наш брак пережил кризисы, и мы продолжали работать над отношениями.

С Константином мы стали лучшими друзьями и партнерами по жизни, а разговоры «за жизнь» были неизменным атрибутом нашего житья-бытия и сближали нас еще больше.

– Как ты думаешь, что определяет нашу судьбу? – допытывалась я у мужа.

– Вероятно, это сочетание выбора и обстоятельств. Но иногда просто нужно доверять жизни.

Любовь не всегда бывает яркой и страстной. Иногда она тихая и спокойная, но именно она придает смысл каждому дню. Время учит ценить моменты и находить радость в простых вещах.

В этом возрасте я поняла, что настоящая любовь – это поддержка и понимание друг друга.

## Любовь в моей жизни в 50 лет

Теперь мне пятьдесят, и я оглядываюсь на все пройденные годы с благодарностью и мудростью. Знаю, что любовь – это многогранное чувство, которое меняется с тече-

нием времени, принимает разные формы и цвета, становится более глубоким и осознанным. Моя жизнь, наполненная радостями и испытаниями, стала настоящим калейдоскопом эмоций. Я научилась ценить каждый момент с близкими и открываться новым знакомствам.

Дети выросли и строят свои жизни. Моя любовь к ним трансформировалась, стала более зрелой и мудрой. Горжусь своими детьми. Учуясь отпускать, позволяя им идти своим путем.

– Мама, не переживай, – говорит дочь. – Мы всегда будем рядом, даже если физически будем далеко.

– Разве ты одна? – вторит ей муж. – Мы всегда вдвоем, и душой всегда с нами, и это главное.

С Константином продолжаем расти вместе. Честность и доверие стали основой нашей любви. Мы научились находить радость в простых вещах: совместных прогулках, вечерних ужинах, в тихих вечерах с книгой.

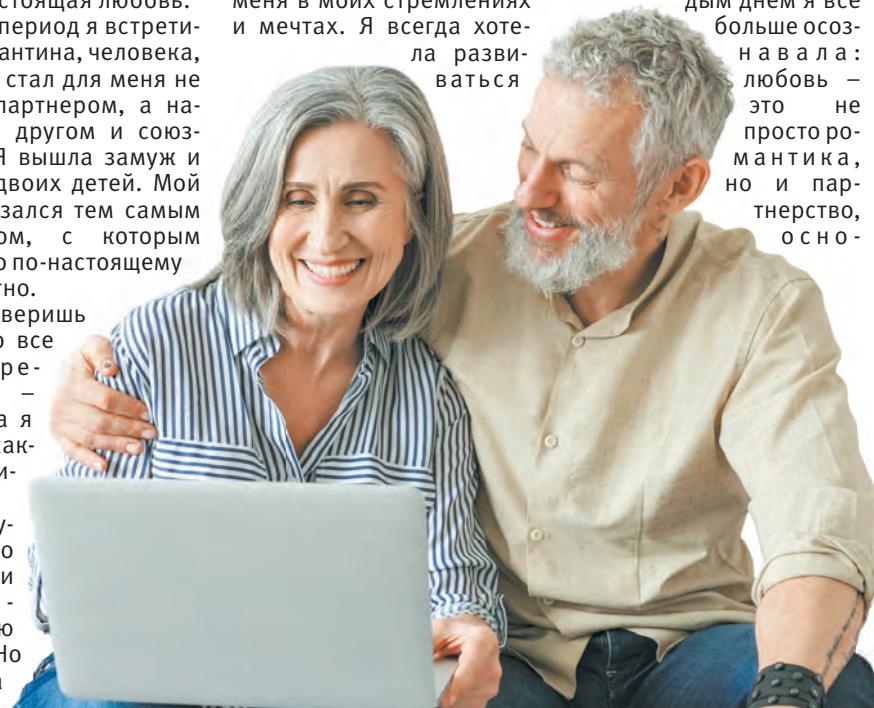
Не так давно открыла для себя новые горизонты любви. Я начала заниматься волонтерством и встретила множество удивительных людей. Они вдохновляют своим энтузиазмом и жизнелюбием. Здесь нашла и новую форму любви – любовь к людям и к обществу.

Я смотрю на свою семью и понимаю, что именно любовь делает нас теми, кто мы есть, и наполняет нашу жизнь смыслом. Свет в нашей жизни – от света любви. И хотя я все еще не могу дать точный ответ на вопрос о судьбе, знаю одно: важно ценить каждое мгновение и быть открытым к тому, что приносит жизнь и дарит любовь.

ТАТЬЯНА

### ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

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



### Нюхательные левши

**Ноздри собаки во время нюхания работают не одинаково.** Если запах незнакомый или опасный, животное использует больше правую ноздрю. А вот приятные ароматы – еды или хозяина – лучше воспринимаются левой. А вы замечали за питомцем что-то похожее?



### Бетховен: гений или неуч?

Выдающийся музыкант и композитор Людвиг ван Бетховен не получил фундаментального образования, что не помешало ему писать прекрасную музыку. Как и приобретенная после тифа глухота. Многие исследователи даже считают, что произведения гения математически выверены и точны. Но вот простая арифметика была для Бетховена настоящим испытанием. Однажды композитору понадобилось умножить 62 на 50. Пришлось делать это сложением...

### Банановая рука

А вы знали, что гро́зьдь бананов называется кистью, а каждый отдельный плод – пальцем? Очень похоже, не правда ли? В супермаркетах гро́зды примерно так и выглядят, как большая желтая перчатка из 5-6 бананов. Но бывают кисти и побольше. Самая большая была выращена в Испании. Ее вес составил около 130 кг, а количество пальцев достигло 473!



### Велосипеды за экологию

Проблема многих мегаполисов – смог, которым вынуждены дышать горожане. Именно поэтому власти ищут возможность сократить количество транспорта. К примеру, в Пекине уже в 80-е годы прошлого века широко распространялась традиция использовать в городе велосипеды. По приблизительным подсчетам, к настоящему времени пекинцы используют больше 12 млн двухколесных машин. Это значит, что на велосипеде ездит каждый второй житель китайской столицы.

Светлана СИДОРЧУК

Москва  
**Доверие**

# МЕСТО ВСТРЕЧИ

по будням

**07:00**



**12+**

Свидетельство о регистрации СМИ телеканал «Москва Доверие» Эл № ФС77-63035, выданное 10.09.2015 Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. РЕКЛАМА

# «Я не могу унести этот рецепт с собой в могилу. Он должен служить людям».

1

— Из неопубликованных дневников Николая Амосова, 1989 г.



Амосов Николай Михайлович

Каждый из нас помнит этого человека. Гений от Бога, академик с золотыми руками, совесть нации. Николай Михайлович Амосов спас десятки тысяч жизней. Но сегодня мы расскажем о той его победе, которую от нас скрывали десятилетиями.

Незадолго до ухода он завершил работу всей своей жизни — создал формулу, которую

сам называл «эликсиром чистого сердца». Это был не просто сбор натуральных компонентов. Это был итог его понимания человеческого организма. Формула, способная очистить сосуды от холестеринового «налёта» и вернуть им эластичность 18-летнего человека.

Он хотел запустить её в массовое производство по цене кефира, но партийная

верхушка наложила на рецепт гриф «Совершенно секретно». Хотя сами партийные деятели решали свои проблемы со здоровьем: от повышенного артериального давления, аритмии, стенокардии и до устранения последствий мозгового удара или сердечной катастрофы, используя его достижения. Для Амосова, сына простых людей, это стало личной трагедией.

## «Ученик» как исполнитель завещания

Мы поговорили со Степаном Яновичем, одним из последних здравствующих учеников Амосова.

— Степан Янович, так что же это за формула?

— (Говорит тихо, почти со слезами в голосе) Николай Михайлович считал это своим главным делом. Он говорил: «Степан, этим эликсиром можно спасти миллионы без всякого ножа». После его смерти я дал себе клятву, что исполню его волю. Почти 30 лет я и группа энтузиастов бились, чтобы вернуть рецепт людям. И только сейчас, с помощью современных технологий очистки, мы смогли воссоздать его в том виде, в котором он был задуман. Мы назвали его «Амокардин», в память об учителе.

## Программа «Наследие Амосова»

В память о великом академике Амосове и для исполнения его воли, производитель берет на себя все расходы. Вы оплачиваете лишь символическую плату, частично покрывающую затраты на пересылку.



Степан Янович

Внимание! Это не коммерческая акция, а разовая гуманитарная программа.\* Количество курсов, выделенных на каждый регион, строго ограничено и будет распределяться в порядке живой очереди.

Гуманитарная программа действует только с 19 ноября по 17 декабря 2025 года. Телефон горячей линии для записи в реестр программы: 8-800-303-05-55. При звонке скажите оператору: «Я по программе Амосова №1992». Символическая плата: 9 рублей за упаковку.

## БОЛЬШЕ НИКАКИХ ЗАПОРОВ!

### КИШЕЧНЫЙ ЛАВАЖ — ЗАПАТЕНТОВАННАЯ МЕТОДИКА ОЧИЩЕНИЯ КИШЕЧНИКА.

Как часто вы ходите в туалет? Через день? Раз в неделю? А может быть и ежедневно, но стул плотный, шариками и выходит с трудом? Любые из этих отклонений являются запором. Вот что нам рассказал специалист по здоровью желудочно-кишечного тракта Демьян Викторович.

— Демьян Викторович, запоры — это опасно?

— Даже разовый запор — это удар по здоровью. Не говоря уже о хронических запорах. Ведь наш организм как химический завод. В процессе работы он выделяет много токсичных отходов. Если они не выводятся кишечником, то всасываются обратно в кровь. И этот «яд» разносится по всем органам.

— Все знают о том, что слабительные это не выход для решения проблемы. А как иначе наладить стул?

— Отличный способ, который может помочь справится с запорами, — применить кишечный лаваж. Это современно, удобно и надежно.

— Что такое кишечный лаваж?

— Кишечный лаваж — это прием средства в жидкой форме, которое воздействует на отделы кишечника, где и зарождаются причины запора. Очищение происходит в естественном направлении — от ротовой полости до анального отверстия. Помимо каловых

масс и токсинов удаляются болезнетворные микроорганизмы, а полезные бактерии остаются невредимыми.

— А что говорит наука?

— Кишечный лаваж — это методика глубокого очищения кишечника. Уже несколько лет она разработана и успешно применяется, показывая хорошие результаты. Но ученые пошли дальше и разработали средство для домашнего применения, чтобы каждому человеку было более удобно его использовать.

— Допустим, у меня запоры и мне нужен кишечный лаваж. Что я должен сделать?

— Можно пропить эликсир «Дефекорт». Это комплекс натуральных экстрактов, которые работают по методу кишечного лаважа. А именно: способствуют хорошей перистальтике, качественной работе пищеварительных органов, хорошему увлажнению и формированию каловых масс, устранению болезнетворных микроорганизмов, могут помочь сохранить здоровую микрофлору и обеспечить легкую эвакуацию отходов.

— И мой стул наладится?

— Хорошая работа и чистота кишечника вам будет обеспечена. А значит, ваш стул будет мягким и ежедневным. Регулярное опорожнение сразу скажется на самочувствии — вы почувствуете свежесть, легкость, ясность

в голове, настроение. Как будто приняли освежающий душ, только изнутри. Принимая «Дефекорт», вы заботитесь не только о нормальном опорожнении, но и о здоровье всего организма.



### ИНИЦИАТИВА ОТ ЗАВОДА-ИЗГОТОВИТЕЛЯ

Мы заботимся о наших гражданах, как о своих близких — с теплом, вниманием и искренней любовью.

Первые 300 человек, которые позвонят с 19 ноября до 17 декабря 2025 года

получат 2 упаковки «Дефекорта» в ПОДАРОК

1. Звоните 8-800-302-30-30

2. Назовите промокод 7879

и забирайте свой подарок совершенно бесплатно!

ЗВОНИКИ И ДОСТАВКА БЕСПЛАТНЫЕ!\*\*

