

№02
(467)

ТВ-программа с 18 по 24 января 2021 года

ТЕЛЕК

PRESSA.RU

52
КАНАЛА
ТВ

**ИСТОРИЯ
И ТРАДИЦИИ.
КРЕЩЕНИЕ
ГОСПОДНЕ**

стр. 9

**5 ПРАВИЛ
«КОЛГОТОЧНОГО»
ЭТИКЕТА**

стр. 5

**ЕЛЕНА
НИКОЛАЕВА**

**ЧАЩЕ ПРИЗНАВАЙТЕСЬ
БЛИЗКИМ В ЛЮБВИ**

стр. 2

**МЯСНОЕ РАГУ:
ПАЛИТРА ВКУСОВ
НА ТАРЕЛКЕ**

стр. 7

**ЗАДЕРЖИМ СНЕГ
НА ДАЧНОМ
УЧАСТКЕ**

стр. 8

**КАК БЫТЬ,
ЕСЛИ ВАС
НЕ ЦЕНЯТ?**

стр. 4

12+

Фото Александра Воротнева /
Starface.ru

ISSN 2226-6380



9 177 2226 1638770 2 1002

На СТС возвращается научно-развлекательный скетчком «Миша портит всё».

Во втором сезоне обычные семьи снова столкнутся с недобросовестными маркетологами и устаревшими стереотипами. В том числе семейство Горшковых, главу которых – Ирину – играет актриса Елена Николаева (зрители СТС хорошо знают ее по сериалу «Мамочки»). Именно с ней чаще всего и спорит герой Михаила Галустяна, призванный открывать людям глаза на вопиющие случаи обмана. Наш корреспондент расспросил Елену о сериале, партнерстве с Михаилом и о том, как ей удается совмещать работу и материнство.

Слишком правильная героиня

– Елена, как вам играется с таким партнёром, как Михаил Галустян?

– Поскольку мне нравятся люди с хорошим чувством юмора, общение с Мишей доставляет мне большое удовольствие. Что касается моей героини, в жизни я таких людей не люблю. Уж очень Ира правильная, и все у нее разложено по полочкам. Такие, как она, почему-то считают, что все знают лучше других (улыбается).

– А второй сезон сильно отличается от первого?

– Конечно. Скетчей с участием моей героини стало меньше (смеется). Получилась совсем иная история с другими персонажами: в новых сериях появляется не только наша семья Горшковых, как это было раньше. Мне кажется, сериал от этого только выиграл. Как, впрочем, и я, поскольку параллельно у меня были съемки в Петербурге в двух других проектах.

Елена НИКОЛАЕВА:

«Чаще признавайтесь близким в любви»



БЛИЦ

– Если вам предложат стать телеведущей, какую программу выберете?

– Тревел-шоу. Обожаю путешествовать! В последние годы полюбила Америку, где чувствую себя свободной. Думаю, потому что, находясь далеко от дома, забываю про разные заботы и проблемы. Но жить там не хотела бы.

– С каким цветом себя ассоциируете?

– С зеленым и желтым.

– Что может заставить вас покраснеть?

– Меня может смутить даже взгляд...

– Главное достоинство и главный недостаток?

– Я добрая (смеется). Не могу сказать «нет». Так что сами решайте: достоинство это или недостаток. Еще я правдоруб, со всеми вытекающими...

– Самый памятный Новый год?

– 2018-й. Нас попросили выступить в новогоднюю ночь на одной из концертных площадок в центре Москвы. Мы должны были петь, но ровно в полночь погас свет. Мы успокаивали зрителей, говорили, что все будет хорошо. В результате концерт действительно прошел на ура, а после выступления мы устроились в уютном дворике недалеко от Тверской и отметили Новый год. Конечно же, с салатом «Селедка под шубой», который прихватили из дома. Я часто эту ночь вспоминаю. Хотела бы повторения.

Звёздный курс

– За время съёмок работа в Театре Наций приостановилась?

– Что вы! Я ездила на спектакли в Москву, а потом возвращалась в Питер. Было непросто, но счастливо.

– Редкий случай: почти весь ваш курс пригласил в свой театр Евгений Миронов.

– Да, он позвал нас с дипломным спектаклем «Снегири». Потом в репертуаре театра появилась «Шведская спичка» – спектакль нашего курса, который до сих пор идет с аншлагом.

– У вас звёздный курс.

– Лучший для меня! У нас все ребята крутые: Юлия Пересильд, Наташа Ноздрин, Оля Смирнова, Лёша Филимонов, Паша Акимкин, Женя Ткачук, Артём Тульчинский, Рома Шаляпин, Влад Абашин. Мы хотели всем курсом создать свой театр, и у нас это почти получилось. Во всяком случае так и работаем вместе, как и мечтали. Мы уже не просто друзья, мы семья. Практически все праздники отмечаем вместе.

Между «Знахарем» и «Медиумом»

– Вы упомянули другие проекты. Какие, если не секрет?

– Например, недавно закончились съемки продолжения сериала «Знахарь». Моя героиня появляется в проекте впервые, и это главная женская роль. Отмечу очень интересный сценарий, съемочную группу и прекрасных коллег: Даниила Страхова, Дашу Урсуляк, Татьяну Рассказову и Сергея Яценюка. Слава богу, это большой проект, артистам есть где развернуться. Еще одну историю – остросюжетный детектив под названием «Медиум» – снимала моя тезка Елена Николаева. Это моя шестая работа с Еленой Владиславовной.

– Как в целом работаетесь в Питере?

– Замечательно. Если у меня выходной, брожу по городу, просто наслаждаясь всем, что меня окружает.

Съёмки маме не помеха

– Расскажите о детях. Чем они увлечены?

– Сыну – одиннадцать, дочке – восемь. Артемий увлекается футболом. А Вероника сейчас во втором классе музыкальной школы, играет на фортепиано. Недавно пошла на балльные танцы, а до этого занималась спортивным рок-н-роллом.

– Елена, кто вас не знает, думает, что вы разумная девушка без авантурных наклонностей. На самом деле любите экстрим, водите внедорожник, стреляете, ездите верхом на лошади, способны на отчаянные поступки, например, спонтанно собраться и улететь на полтора дня в Швецию...

– С появлением детей мой авантюризм поубавился. Хотя недавно рискнула с ними заняться парасейлингом: это когда тебя привязывают к катеру тросом, и ты поднимаешься в небо с помощью парашюта. Сама потом испугалась (смеется). Но было круто! Детям очень понравилось.

– Стало быть, несмотря на чрезвычайную занятость, успеваете создавать яркие впечатления для детей?

– У меня никогда не было разделения: семья и работа. Я из профессии не уходила, но и детей не оставляла надолго, они всегда со мной. Артемия взяла на съемки в Карелию, когда ему было десять месяцев, Вероника со мной на площадке с двух месяцев. Просто не люблю расставаться с ними надолго.

Наталья АНОХИНА

ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:
– Будьте добрее и внимательнее друг к другу. В жизни так внезапно всё происходит, поэтому чаще обнимайте близких и признавайтесь им в любви.

Новый сезон шоу «Миша портит всё» на СТС с понедельника по четверг в 19.00.



Фото: пресс-служба СТС

БЫВАЕТ И ТАКОЕ

Спасибо за коньки!
Фигурист Джексон Гейнц из Америки считается создателем первых профессиональных коньков для фигуристов. Обладая отменной хореографической подготовкой, Гейнц хотел привнести в свои программы кружения и даже прыжки. На обычных для того времени (середина XIX в.) полозьях, которые привязывались к обуви ремнями, такие фигуры выполнить было нельзя. И Гейнц придумал прикрутить лезвия непосредственно к обуви. По этому же принципу были созданы «канадки» и «европейские» коньки для хоккея, беговые коньки и для танцев на льду. И конечно же, роликовые, чтобы можно было кататься летом.



Скорость + вязание
Популярнейшее хобби объединяет людей всех возрастов, полов и профессий по всему миру. Люди вяжут повсюду, получая удовольствие и от процесса, и от результата. Многие даже ставят рекорды в этом рукоделии. Например, жительница Нидерландов Мириам Тейгелс признана самым быстро вяжущим человеком, потому что способна провязать за минуту 118 петель. А американец Дэвид Бэбкок добился признания благодаря тому, что одновременно бежал марафон и вязал шарф. Его показатели – примерно метр вязания на 10 км дистанции.



Бегом из-под венца
Михаил Васильевич Ломоносов был бы уникальным человеком и в наши дни, а уж в XVIII веке и подавно. К примеру, ученый знал и мог свободно общаться на 12 языках мира! Плюс на его счету открытия в химии, физике, географии, астрономии, успехи в стихосложении и так далее. И всего этого добился обычный паренек из рыбацкой деревушки. Что же привело его в Москву и подвигло на учебу? Только ли любовь к знаниям? В первую очередь – да. Но существует легенда, что поводом к побегу из дома послужила предстоящая женитьба, которой 19-летний Михаил совсем не хотел.

Лошадиная кинокарьера
Речь идет даже не о настоящем животном, а о небольшом скульптурном изображении. Та самая лошадь, о которой Семён Семёныч Горбунков в «Бриллиантовой руке» спрашивал: «А у вас есть такая же, но без крыльев? Будем искать!» Спустя три года эта же статуя появилась в фильме «Бумбараш», в кабинете белогвардейского офицера. В 1977 году с лошадью боролся Анатолий Ефремович Новосельцев в «Служебном романе», пряча ее от юбиляра в шкафу за сценой в актовом зале. Наконец, в 90-х статуя появилась в комедии Владимира Меньшова «Ширли-мырли». А вы видели ее еще в каких-нибудь картинах?



Светлана СИДОРЧУК

Ведущий программы «Доброе утро» на Первом канале, автомобильный эксперт канала «Car by Car», тревел-блогер канала «Маршрут выходного дня» Евгений Покровский рассказал о том, почему новогодние подарки в детстве казались вкуснее.

Телеведущий рассказал о любимых блюдах и научил готовить сырники конвертики.

Евгений ПОКРОВСКИЙ:

Люблю ГОТОВИТЬ В ВЫХОДНЫЕ ДНИ

А также о том, какие продукты обязательно должны присутствовать на столе. Евгений поделился рецептом конвертиков с сыром, которые готовятся очень быстро, но при этом являются вкусными, сытными и полезными.

О празднике и конфетах «Белочка»

– Евгений, расскажите, как готовились к Новому году?

– За праздничный стол у нас в семье отвечает супруга, я ей в этом вопросе всецело доверяю! (Улыбается.)

– Какие продукты или блюда обязательно должны быть частью главного праздника в году?

– Мое взросление пришлось на то время, когда советская эпоха уже закатывалась, а российская еще толком не наступила. С фруктами и конфетами тогда было очень сложно: даже леденцы пользовались популярностью, что уж говорить о шоколадных конфетах! Поэтому любые конфеты были хорошим подарком.

– Можете сейчас вспомнить любимые конфеты из детства? Какие больше других мечтали найти под ёлкой?



– Наверное, «Белочка» – если она попадалась в подарок, это была большая удача! Кроме конфет, в подарок было принято класть яблоко, апельсин или мандарин, грецкий орешек...

– А из более «серьезных» блюд что обычно готовите?

– Ну и, конечно, салат оливье и еще один пережиток – маленькие бутербродики с красной икрой. Самое главное – чтобы икры было немного. Ведь раньше это был дефицит, и икры на булку клали совсем по капле – чтобы всем хватило. Единственная новогодняя традиция, которую мы перестали поддерживать, –

это изобилие еды. Раньше готовили много...

О мясе, полуфабрикатах и овощах

– Какие продукты и блюда вы предпочитаете в повседневной жизни?

– Наверное, это полуфабрикаты. Может быть, это и не оригинально, но вот такой я человек. Мне важно, чтобы под рукой было то, из чего можно было бы быстро и легко приготовить себе еду.

– Что это, например? Пельмени?

О кулинарных путешествиях

– Говорят, за вкусными овощами и фруктами нужно ехать туда, где они растут... Это правда! И одно из самых ярких таких мест – Грузия! Вот где можно отведать вкусных овощей и мяса!

– Любите путешествовать?

– Обожаю! И мне очень нравится пробовать новые блюда. К примеру, в Грузии нам с женой понравилась долма... В Швейцарии я побывал в одном из ресторанов, которые славятся тем, как в них умеют готовить и подавать морских гадов. Честно признаюсь, я не фанат такой еды. Представляете, я пришел и вместо устриц и лобстеров заказал себе бургер! Я, честно говоря, думал, что официант покрутит у виска, а в лучшем случае скажет, что бургеров нет. Но мне принесли бургер, и он был просто шикарный – самый лучший из тех, какие я только ел! Во-первых, он был большой. Во-вторых, там была тоненькая и нежная булочка с большим куском хорошо прожаренного мяса. А в-третьих, подавался бургер с какими-то невероятными ягодами, похожими то ли на клюкву, то ли на бруснику... Это было очень вкусно!

– В основном это то, что не требует жарки во фритюре. Это могут быть и пельмени, но все же свое предпочтение я скорее отдаю замороженным овощам.

– Многие мужчины на овощи смотрят несколько свысока...

– Я с самого детства привык есть овощи, причем не жареные, а в идеале – свежие. Нет ничего лучше свежих овощей и хорошо приготовленного мяса!

О завтраке и долгих углеводах

– Перейдем от высокой кухни к домашней... Что обычно готовите себе на завтрак?

– На завтрак могу позволить себе практически все что угодно! Это может быть любая тяжелая пища, даже мучные изделия. Но, сказать по правде, я не любитель есть с утра – хотя и говорят, что завтрак должен быть основным приемом пищи. Это точно

не про меня. С утра я люблю выпить кофе с какой-нибудь выпечкой и маслом – и на этом все. А вот если впереди меня ждет долгий рабочий день – организм включается в рабочий режим, и я ем как не в себя. В ход тогда идут долгие углеводы – например, каши, – чтобы чувство насыщения не покидало меня как можно дольше...

– Разбираетесь в долгих углеводах, значит?

– Сейчас такая жизнь, что волей-неволей начинаешь разбираться. От жены часто слышу, а еще я хожу в зал, и там от спортсменов очень часто слышу такие «ругательства», как «быстрые углеводы», «долгие углеводы»... А вечером все же стараюсь не есть – хотя очень хочется, и часто срываюсь... Но, по крайней мере, такое правило у меня есть! (Смеется.)

Конвертики с сыром

– Евгений, а в принципе вы любите готовить?

– Я люблю готовить в выходные дни, когда не нужно спешить на работу.

– Поделитесь, пожалуйста, каким-нибудь вашим фирменным блюдом!

– Одно из моих любимых блюд – конвертики с сыром. Оно простое и незамысловатое, но очень вкусное и подойдет даже тем, кто не ест мяса. Нужно взять тонкий лаваш и нарезать его на небольшие квадратики. Отдельно делаем начинку: сметана, тертый сыр, много зелени – укроп, петрушка, кинза. Обязательно добавляем репчатый лук, желативно красный, или, как его еще называют, крымский. Лук дает блюду потрясающий вкус и сочность. В качестве приправы я добавляю сухую аджику, которую привез из Грузии. Далее помещаем начинку в конвертики и отправляем ненадолго в духовку. Как только конвертики с сыром немного зарумянятся – сразу же подаем к столу! Приятного аппетита!

Елена СОКОЛОВА

БЕСПЛАТНАЯ
социально-правовая поддержка
граждан по г. Москве

- Содействие в возврате вкладов, долгов, денег
- Помощь в выписке/выселении из квартиры, без согласия
- Решение всех вопросов с недвижимостью
- Эффективное решение споров между соседями
- Пресечение нарушений Ваших прав
- Бесплатный прием/выезд и консультация дежурного юриста по всем вопросам

8 (495) 128-77-56

КОМПАНИЯ **МИР СЛУХА**
www.mirsluha.ru

ПРЕДЛАГАЕТ **СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ**

для разборчивости речи по ТЕЛЕВИЗОРУ!

***Акция до 31 января**
При покупке любого аппарата – **Годовой запас батареек В ПОДАРОК***

8 (495) 411-90-16

• Бесплатная консультация • Выезд специалиста на дом по Москве и МО

«Курская», ул. Казакова, д. 6, стр. 1 «Сухаревская», ул. Сретенка, д. 27, стр. 1
«Третьяковская», ул. Пятницкая, д. 28 «Белорусская», ул. 1-я Брестская, д. 62

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

* С подробностями акции можно ознакомиться по телефону или на сайте.

РЕКЛАМА

Все круизы на WWW.FLOTURISCH.RU
г. Москва, м. «Китай-город», ул. Маросейка, 9/2, стр. 1.
Тел.: 8 (495) 241-23-64, 8 (800) 100-81-75

ТЕПЛОХОДЫ «РОДНАЯ РУСЬ» И «РУСЬ ВЕЛИКАЯ»

17.05.2021 – 22.05.2021 «ПЬЕТА МУЗЫКА, МУЗЫКА, МУЗЫКА»	от 13 800 р
Москва – Калезин – Углич – Ярославль – Плес – Кострома – Москва	
22.05.2021 – 05.06.2021 «БЕЛАЯ РЕКА – ПЛАНЕТА АРКАИИ»	от 54 000 р
Москва – Ярославль – Городец – Н. Новгород – Свияжск – Казань – р. Белая, Ахидель (тур: Уфа – Магнитогорск – Аркаим) – Бирск – Чебоксары – Чкаловск – Кострома – Москва	
28.05.2021 – 09.06.2021 «ТРУБИТ АРХАНГЕЛЬСКИЙ РАССВЕТ»	от 73 000 р
Санкт-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога – Кизи – Соловки (2 дня) – Архангельск (2 дня) – Беломорск – Сосновец – Повенец – Москва	
06.06.2021 – 20.06.2021 «ИМПЕРИЯ СТРОГАНОВЫХ»	от 46 500 р
Москва – Н. Новгород – Чебоксары – Елабуга – Чайковский – Пермь – Березники – Казань – Козьмодемьянск – Макарьев – Ярославль – Москва	
16.06.2021 – 25.06.2021 «АРХАНГЕЛЬСКИЙ ЭКСПРЕСС»	от 62 700 р
Санкт-Петербург – кр. Орешек – Лодейное Поле – Свирьстрой – Кизи – Сосновец – Беломорск – Соловки – Архангельск – Повенец (Медвежьегорск) – Мандроги – Санкт-Петербург	
25.06.2021 – 07.07.2021 «СЕВЕРНЫЕ ПИЛИГРИМЫ»	от 85 800 р
Санкт-Петербург – Ст. Ладога – Кизи – Соловки (2 дня) – Архангельск (2 дня) – Беломорск (г. Воттоваара) – Сосновец – Повенец (Медвежьегорск) – Свирьстрой – о. Валаам – о. Коневец – Санкт-Петербург	
18.07.2021 – 30.07.2021 «АРХАНГЕЛЬСКИЙ КРАЙ»	от 85 800 р
Санкт-Петербург – Лодейное Поле – Свирьстрой – Кизи – Соловецкий арх. (2 дня: о. Анзер, о. Кузова, В. Заяцкий) – Архангельск (2 дня) – Беломорск – Сосновец – Повенец – о. Валаам – о. Коневец – Санкт-Петербург	
19.07.2021 – 28.07.2021 «АЙ, ДА! КАЗАНОЧКА»	от 31 000 р
Москва – Калезин – Углич – Мышкин – Кострома – Плес – Городец – Н. Новгород – Казань – Чебоксары – Ярославль – Москва	
20.09.2021 – 04.10.2021 «И СНОВА НА БЕЛУЮ!»	от 59 000 р
Москва – Мышкин – Кострома – Городец – Н. Новгород – Казань – Агидель (3 дня а/тур: Уфа – Абзаково – заповедник Шулган-Таш) – Чебоксары – Чкаловск – Калезин – Москва	

СКИДКА НА 2021 ГОД 15%, ТЕЛ.: 8 (495) 241-23-64, 8 (800) 100-81-75 (действительно при наличии мест) Реклама

СЕКРЕТ УСПЕХА

Спорт против выгорания

Профилактика эмоционального выгорания – лучший способ сохранить результативность и мотивацию на долгие годы. Один из самых эффективных способов профилактики выгорания – возможность переключаться на деятельность, никак не связанную с профессией. Например, на спорт.



Капоэйра – бразильское боевое искусство, сочетающее в себе танец и аэробику. Под веселые латиноамериканские мотивы вы снимете рабочее напряжение, а физическая нагрузка поможет повысить выносливость.

Аэройога, или «антигравити», – идеальная тренировка после напряженного интеллектуального труда, так как позволяет растянуть позвоночник и укрепить мышцы корпуса. Йога в подвесных гамаках дарит ощущение полета и релакса.

Скалолазание. Чтобы подняться на вершину скалодрома, нужны не только тренированные мышцы, но и голова, свободная от посторонних мыслей. Переключаясь на поиск маршрута, вы забываете о рабочих проблемах и очищаете сознание от «мусора».

Сквош – похож на теннис, только нет сетки, а соперник располагается рядом с вами. Вы по очереди бьете по мячу, отскакивающему от стены. Занятие поглощает полностью, благодаря чему снимается рабочее напряжение и «перезагружается» мозг.

Прыжки на батуте – это весело и динамично. Прыжки снимают стресс и дарят эмоциональную разрядку.

Анекдот

Две подружки.
– Надо бросать эти занятия подводным плаванием!
– Да, подруга, общаться сложно!

Вы стараетесь для близких: готовите вкусности, намываете дом, жертвуете своими интересами, чтобы сделать им приятное.

А в ответ – лишь дежурное «спасибо» или даже придирки и претензии. В глубине души зреет обида: «Меня совсем не ценят!» Что делать, если чувство собственной «недооцененности» отравляет жизнь?

Вас не ценят? Надо что-то делать!

Каждой женщине нужен мужчина, который испортил бы её помаду, а не тушь.



«Не ценит» или «Кажется, что не ценит»?

Выходя замуж, девушки ждут от мужчин определенного поведения, продиктованного их завышенными ожиданиями. Они ждут, что муж будет проводить с ними все свободное время, носить на руках, приносить завтрак в постель, говорить комплименты и т.п. Когда же эти нереалистичные ожидания не оправдываются, женщина чувствует себя обманутой, ей кажется, что ее не ценят (хотя

Истинные источники неуважения

Психологи перечисляют следующие проявления, которые достоверно свидетельствуют о том, что партнер не ценит свою половину:

- Авторитарное поведение.
- Постоянный контроль.
- Нежелание признавать ваши потребности

и желания, идти им навстречу.

- Постоянная критика.
- Отсутствие интереса к вашей жизни в целом.
- Отсутствие помощи.
- Отрицание вашего права на отдых и свободное времяпрепровождение.
- Отказ или ограничение в обеспечении материальными и финансовыми ресурсами.
- Оскорбления, грубость.

• Психологическое, физическое или сексуальное насилие.

• Предательство (измена).

Если поведение партнера пестрит проявлениями из этого списка, видимо, лучшим решением будет расставание.

Если подобные проявления возникают ситуативно, то надежда, что отношение можно изменить, еще есть!

Начните менять себя

Обесценивание (если оно не «унаследовано» из семьи родителей и не является проявлением патологии) «лечится» только изменением вашего отношения к себе, коррекцией собственного поведения, следствием которого станет и изменение поведения партнера.

• Не боритесь с мужем за лидерство в семье, проявите женскую хитрость, помните: «Мужчина – голова, а женщина – шея».

• Убедите себя, что вы достойны уважения и признания, и это не зависит от мнения окружающих.

• Перестаньте себя критиковать и не заикливайтесь на ошибках.

• Осуществляйте свои желания.

• Перестаньте всегда жертвовать своими интересами ради других.

• Учитесь стоять за себя, не стремитесь сразу же простить того, кто проявил неуважение, чтобы дать обидчику возможность осознать ошибку.



5 причин, почему вас не ценят

НА ЗАМЕТКУ

1 Вы готовы на все ради отношений, даже поступиться чувством собственного достоинства. Вы боитесь одиночества, партнеры это чувствуют и пользуются этим.

2 Вы не чувствуете, когда партнер первый раз «переходит границу». Первый сигнал неуважения, грубого или оскорбительного поведения не получил отпора, поэтому подобные проявления быстро становятся нормой.

3 Вы не умеете устанавливать границы. Границы должны быть установлены не только для посторонних людей, но и для тех, кто вам дорог и кого вы любите. Поэтому что даже близкие люди способны «сеть на шею».

4 Вы патологически боитесь кого-то обидеть, даже если обижают вас. Вы скрываете обиду и делаете вид, что все хорошо.

5 Вы излишне эмпатичный человек: 100% эмпатии по отношению к другим и 0% – для себя. Вы всегда встаете на позицию другого человека, даже если он – ваш обидчик. Такое самоотречение оборачивается пренебрежением к вам и вашим интересам.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

Ёлочка-ёлка, любимый лесной аромат...

Ёлка – одно из самых распространённых хвойных деревьев. И оно всем нам очень хорошо известно с самого детства. Но несмотря на такое давнее знакомство, всё ли мы знаем о ёлочке?

1. Сегодня существует более десятка разновидностей хвойных деревьев. Все они имеют древнее происхождение. А когда родилась ёлочка по своему биологическому паспорту? В какую эпоху появилась она на земле?
 - а) В эру палеозоя.
 - б) В эру мезозоя.
 - в) В эру кайнозоя.
2. 15 лет упорной селекции помогли Ивану Порфирьевичу Ковтуненко

- вырастить в нашей стране первые сеянцы именно этого удивительно красивого и достаточно редкого хвойного деревца. Как называется это хвойное растение?
- а) Ель голубая.
 - б) Кедр ливанский.
 - в) Пихта альпийская.
3. Жизнь этой ёлочки в своей легендарной сказке описал известный русский писатель. Примерное содержание

сказки таково. Сорока пообещала выросшей красавице-ёлке, что её срубят на Новый год. Прожив от лета до 31 декабря в страхе, колючее деревце упало в обморок, когда увидело приближающегося мужчину. А когда очнулось – оказалось наряженной и... живой. Ещё много лет наряжали это живое деревце на поляне к новогодним праздникам лесничий, потом его выросшие дети, потом новый лесничий... Кто был автором этой истории про ёлочку?

- а) Владимир Иванович Даль.
- б) Владимир Фёдорович Одоевский.
- в) Гавриил Романович Державин.

4. А в этом мультфильме «Как же в Новый год да без ёлочка!» ёлку выбирал мужичок, которого отправила в лес жена. Только ему всё казалось,

что «маловат размерчик будет». Вспомните, как он назывался?

- а) «Пластилиновая ворона».
- б) «Тимошкина елка».
- в) «Падал прошлогодний снег».

5. Помните детскую песенку про ёлочку, которая каждой иголкой радуется взгляд? А теперь вспомните, каких иголок не бывает на ёлке?
 - а) Плоских.
 - б) Треугольных.
 - в) Ромбовидных.



ОТВЕТЫ

1. а) В эру палеозоя.
2. б) Кедр ливанский.
3. в) Пихта альпийская.
4. в) Гавриил Романович Державин.
5. в) Ромбовидных.

Давно прошли времена, когда колготки были в дефиците, их приходилось доставать всеми правдами и неправдами и беречь как зеницу ока. Тут уж не до моды – какие достались, те и носили.

Сейчас проблемы ровно противоположные: как выбрать из огромного разнообразия моделей те, что лучше всего подчеркнут ваш образ? Попробуем разобраться.

Из истории вопроса

Чулкам пришлось посторониться

Первые колготки появились в продаже 4 сентября 1959 года. До этого момента дамы носили чулки и ничуть от этого не страдали. Но в моду стремительно ворвались юбки и платья мини, и чулки, которые носили на длинных подвязках, стали настоящей проблемой. При малейшем движении, легком наклоне обнажалась часть ноги и предательские подвязки – это было и некрасиво, и неприлично. А уж присесть в модном мини было и вовсе практически невозможно. Колготки спасли положение и мгновенно обрели бешеную популярность.



5 правил «КОЛГОТОЧНОГО ЭТИКЕТА»

– Дорогой, я купила тебе на день рождения пять пар ажурных колготок.
– Мне?!
– Ну, если тебе не нужно, я сама буду их носить.



В зависимости от плотности одежды

1 Чем плотнее ткань одежды, тем плотнее выбираем колготки. Мы давно привыкли, что плотность колготок обозначается в DEN и что чем выше число, тем плотнее изделие. Кстати, денье – это вес в граммах нити длиной в 9 км.

Нюд или не нюд? Вот в чём вопрос

4 Колготки телесного цвета (нюд) то выходят из моды, то вновь в нее возвращаются, и уследить за этим процессом достаточно сложно. При этом колготки телесного цвета кажутся отличным вариантом едва ли не на все случаи жизни, но это не совсем так. Действительно, тонкие колготки, цвет которых практически не отличается от натурального цвета кожи, – прекрасный выбор для офиса со строгим дресс-кодом. Хорошо подойдет такой оттенок также для теплого времени года. В остальных случаях могут быть варианты и поудачнее.

Блестеть запрещается

2 Дизайнеры считают, что в предстоящем сезоне блестящие колготки не будут актуальны. Вряд ли вы увидите такие колготки на модных подиумах – дизайнеры убирают их даже из фантазийных коллекций. Если вы следите за тенденциями, это повод задуматься перед покупкой таких колготок.

Колготки любят каблук

3 Не рекомендуется носить колготки с легкой обувью без каблука. Однако для кроссовок и кедр сделано исключение.

Кстати

Раньше считалось, что открытая обувь не предполагает колготок. Сегодня от этого правила отступили, но есть ряд ограничений: не стоит выбирать модели с уплотнением шва на носке и плотностью более 15-20 DEN.

Разный цвет с одеждой

5 Под верхнюю одежду лучше всего выбирать колготки в тон обуви – это зрительно удлиняет ноги, что всегда хорошо. Для корпулентных особ идеальный вариант – платье (или юбка), обувь и колготки одного тона; в этом случае зрительно вытягивается вся фигура. А вот стройняшки с длинными ногами могут позволить себе экспериментировать с цветом и даже рисунком на колготках. Синие, красные, зеленые, в горошек или клетку теплые колготки под тот же пуховик – это молодо, свежо и очень весело.

Светлана ИВАНОВА

ИНВЕСТИЦИОННЫЙ КАПИТАЛ потребительский кооператив

«Ул. 1905 года», 7 мин. пешком, г. Москва, Студенческий пер., д. 3

8 (495) 297-02-42
www.invkap.ru

С Новым годом и Рождеством Христовым!

ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ С НАМИ МОЖНО ЖИТЬ НА ПРОЦЕНТЫ

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

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

ВЫПЛАТЫ ЕЖЕМЕСЯЧНО.
ФИНАНСОВЫЕ РИСКИ
ДО 5 МЛН. РУБЛЕЙ ЗАСТРАХОВАНЫ

для ПЕНСИОНЕРОВ БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД НАШЕГО КОНСУЛЬТАНТА НА ДОМ С СОБЛЮЖДЕНИЕМ ВСЕХ МЕР БЕЗОПАСНОСТИ COVID-19 ИЛИ БЕСПЛАТНО ВЫЗОВОМ БЕЗОПАСНОЕ ТАКСИ ЗА НАШ СЧЕТ ДО ОФИСА И ОБРАТНО ДО ДОМА.

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

СТОМАТОЛОГИЯ «ЭТА-СТОМ»

Олимпийский проспект, д. 22

Мы открылись!

В честь открытия новой клиники весь январь действуют скидки:

40% на лечение!
15% на протезирование!
50% на профессиональную гигиену зубов (Air Flow + ультразвуковая чистка + полировка эмали)!

- ☑ Консультация, диагностика, составление комплексного плана лечения — **БЕСПЛАТНО**
- ☑ Компьютерная томография зубов 3D, панорамный и прицельный снимки зубов — **БЕСПЛАТНО** (при условии прохождения лечения и протезирования в нашей клинике)

Телефон:
8 (495) 181-01-01
Работаем без выходных!

ООО «ЭТА», Лиц. № ЛО 77-01-020888 15 декабря 2020 года
* Акция до 31.01.2021 г. Скидки действуют при оплате наличными. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефону у администраторов клиник.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

ПАНСИОНАТЫ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

Подарите Уход и Заботу Вашим родным!

МЫ ЗАБОТИМСЯ:

- ♥ О ПОЖИЛЫХ НА ВРЕМЯ ОТДЫХА ♥ МАЛОМОБИЛЬНЫХ
- ♥ О ПОЖИЛЫХ С ДЕМЕНЦИЕЙ ♥ БОЛЕЗНЬЮ АЛЬЦГЕЙМЕРА
- ♥ БОЛЕЗНЬЮ ПАРКИНСОНА ♥ О ЛЕЖАЧИХ БОЛЬНЫХ

забота +7 (495) 401-78-20

www.pansion-zabota.ru

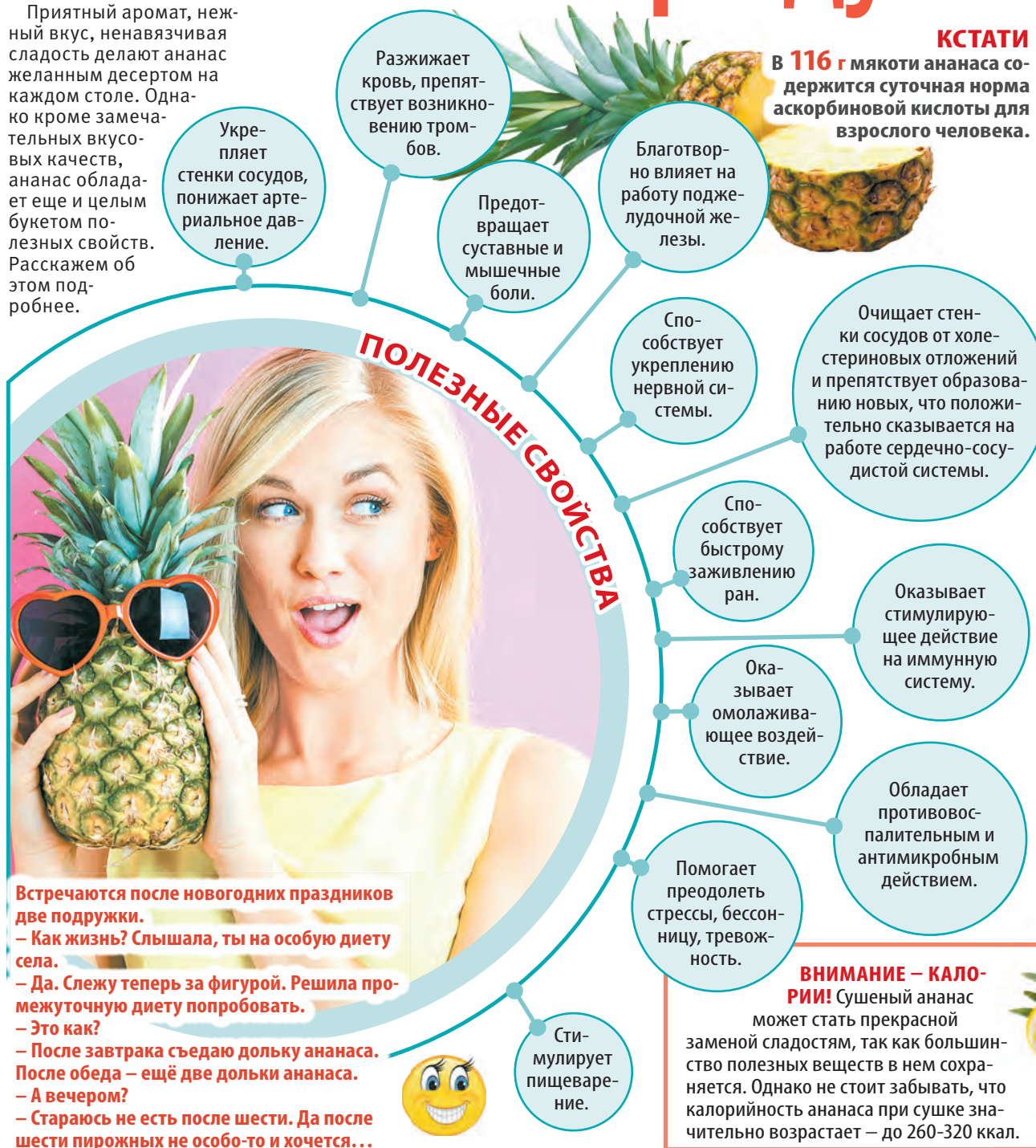
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Ананас – один из немногих экзотических фруктов, который очень популярен.

Родина ананаса – Южная Америка, но сегодня его выращивают практически во всех странах тропического пояса.

Приятный аромат, нежный вкус, ненавязчивая сладость делают ананас желанным десертом на каждом столе. Однако кроме замечательных вкусовых качеств, ананас обладает еще и целым букетом полезных свойств. Расскажем об этом подробнее.

Ананас, ананас, чем порадуешь ты нас?



КСТАТИ
В 116 г мякоти ананаса содержится суточная норма аскорбиновой кислоты для взрослого человека.

Химический состав ананаса

ДЕТАЛИ

Содержание на 100 г: 10,6 г углеводов, ничтожно малое количество жиров и белков, энергетическая ценность – 49 ккал.

Витамины: С, В1, В2, В12, Е, РР, провитамин А.

Микроэлементы: калий, кальций, железо, медь, цинк, магний, марганец, йод, фосфор.

Содержит много (12-15 мг) простых сахаров, клетчатку, золу, ферменты и органические кислоты, среди которых лимонная и аскорбиновая.

Содержит аминокислоты, в том числе редкие и очень полезные: бромелин и триптофан. Под воздействием триптофана в нервных клетках образуется серотонин – гормон радости. Недостаток серотонина приводит к мигреням, тревожности, депрессивным состояниям.

Осторожно, ананас!

Кислоты, которые содержит ананас, могут вызвать раздражение пищеварительной системы, поэтому людям с гастритами, язвами, повышенной кислотностью этот фрукт не рекомендуется. Те же кислоты достаточно агрессивно воздействуют на зубную эмаль, поэтому после употребления ананаса необходимо тщательно полоскать рот. Для детей до 6 лет ананасный сок рекомендуется разбавлять водой.

ФАКТ. До полного созревания ананаса проходит почти три года.

ВЫБОР – ДЕЛО НЕЛЁГКОЕ. Если надо выбрать фрукт послаще, стоит обратить внимание на листья. Те плоды, у которых на листьях колючки, слаще гладколистных.

ВНИМАНИЕ – КАЛОРИИ! Сушеный ананас может стать прекрасной заменой сладостям, так как большинство полезных веществ в нем сохраняется. Однако не стоит забывать, что калорийность ананаса при сушке значительно возрастает – до 260-320 ккал.

Встречаются после новогодних праздников две подружки.

– Как жизнь? Слышала, ты на особую диету села.

– Да. Слежу теперь за фигурой. Решила промежуточную диету попробовать.

– Это как?

– После завтрака съедаю дольку ананаса. После обеда – ещё две дольки ананаса.

– А вечером?

– Стараюсь не есть после шести. Да после шести пирожных не особо-то и хочется...

Светлана ИВАНОВА

НА ДОСУГЕ



Найди 10 отличий

Выбор всегда нелёгко!

Как же трудно порой выбрать между одеждой, что нравится, и той же, что нравится не меньше!

Ответы. Снежника на обложке слева, отворот рукава у коты с юбкой, горнолыжная куртка, кот на коврике, цвет винил в обоях, 'лон эинажолоп 'ичнипнаж ижко, 'он же, цветок слева вверху, отлетела в центре, для него костюма, длинная юбка и т.д.

Что может быть лучше для зимнего обеда или ужина, чем ароматное мясное рагу? Как восхитительно прекрасны эти кусочки мяса в густом соусе с овощами или без, с гарниром или просто с куском хлеба, чтобы ни капли соуса не осталось на тарелке!

В каждой кухне мира есть такое блюдо. Названия у них разные, но суть одна. Поговорим же сегодня об одном из лучших изобретений мировой кулинарии – о мясном рагу.

МЯСНОЕ РАГУ СОГРЕЕТ В МОРОЗ И В ПУРГУ

Чахохбили

Грузинская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: тушка курицы, 4 луковицы, 4 помидоров, 4 зубчика чеснока, 1 перчик чили, пучок петрушки, пучок кинзы, растительное масло, 1 ст. л. хмели-сунели, молотый черный перец, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 106 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Курицу нарезать порционно, лук – перьями, чеснок – мелкими кубиками, перчик чили – тонкой соломкой, зелень не крупно порубить.
- 2 Помидоры надсечь, опустить на 1-2 минуты в кипяток, обдать ледяной водой, снять шкурку, мякоть нарезать кубиками.
- 3 В глубоком сотейнике обжарить курицу до золотистой корочки, добавить лук, жарить до золотистого цвета.
- 4 Добавить перец и помидоры, перемешать, тушить под крышкой 35-40 минут.
- 5 Добавить всю зелень, чеснок, хмели-сунели, посолить, поперчить, перемешать, тушить еще 7-10 минут.



Кассуле с уткой

Французская кухня. На 10 персон

ИНГРЕДИЕНТЫ: тушка утки, 250 г подкопченной грудинки, 500 г белой фасоли, 1 луковица, 1 морковь, 2-3 черешка сельдерея, 1 л куриного бульона (или воды), 1 банка (400 мл) помидоров в с/с, 2 ст. л. молотой паприки, 4 веточки свежего тимьяна (или 1 ч. л. сушеного), молотый черный перец, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 246 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Утку разрезать на порционные кусочки, натереть смесью соли, перца и паприки, убрать в холодильник на ночь. Фасоль замочить на ночь в холодной воде. Фасоль промыть, залить чистой водой, варить 40 минут, откинуть на дуршлаг, переложить в утятницу.
- 2 Овощи нарезать мелкими кубиками, грудинку – кубиками чуть покрупнее.
- 3 На сухой сковороде вытопить жир из грудинки, добавить утку, обжарить до румяной корочки, выложить в утятницу поверх фасоли. На той же сковороде обжарить овощи в течение 5-7 минут, добавить помидоры (вместе с соком), посолить, поперчить, довести до кипения, переложить в утятницу, все перемешать. Влить в утятницу горячий бульон (или воду), добавить тимьян, накрыть крышкой.
- 4 Запекать в разогретой до 180 градусов духовке 15-20 минут.



Чили кон карне

Мексиканская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 800 г говядины, 2 луковицы, 3 зубчика чеснока, 2 перчика чили, 2 банки консервированной красной фасоли, 1 банка (800 мл – 1 л) помидоров в с/с, 2 ст. л. коричневого сахара, 1 ч. л. орегано, 2 ст. л. растительного масла, 1 лавровый лист, 1 ст. л. бальзамического уксуса, 6-8 горошин душистого перца, черный перец, соль.

Калорийность (на 100 г): 101 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Мясо нарезать, лук, чеснок и чили нарубить. В кастрюле с толстым дном на масле обжарить куски мяса до корочки; вынуть мясо, отложить.
- 2 Положить в кастрюлю все ингредиенты (кроме фасоли), довести до кипения, влить 2 стакана горячей воды, вернуть в кастрюлю мясо, запечатать ее фольгой, в которой прорезать дырочки. Поставить в разогретую до 180 градусов духовку на 2 часа. Добавить в кастрюлю фасоль, перемешать, готовить еще 30-40 минут.



Из истории вопроса

Многоликое рагу

Слово «рагу» (ragout), разумеется, французское, и происходит оно от слова ragouter, которое в буквальном переводе означает «возбуждать аппетит». Аромат у мясного рагу и вправду такой, что ноги сами понесут вас к обеденному столу. Однако каждая национальная кухня обзавелась собственным названием этого блюда, а часто даже и не одним: в Великобритании это стью, в Испании – фабада, в Греции – спецофай и кокинисто, в Грузии – чахохбили, в Болгарии – паприкаш, в Венгрии – гуляш и перкельт, в Португалии – молья де карне, в Мексике – чили кон карне и т.д.

Секреты мясного рагу

Для рагу подходит любое мясо, но лучше, если кусок будет содержать прослойки жира и соединительных тканей. Правила приготовления мясного рагу предельно просты: куски мяса быстро обжаривают и затем долго тушат. В качестве жидкости для тушения используется вода, бульон, пиво, томатный сок и т.д. Мясо может быть заранее замаринованным. В рагу обязательно добавляют различные овощи, специи, пряности, травы и корни – именно этим одно рагу отличается от другого.

Светлана ИВАНОВА

НЕ ЖДИТЕ ОЧЕРЕДИ НА ОПЕРАЦИЮ, ИЗБАВЛЯЙТЕСЬ ОТ КАТАРАКТЫ УЖЕ СЕГОДНЯ

Возрастная катаракта вносит свои коррективы в жизнь каждого пожилого человека. Она начинает свое развитие с помутнения изображения, снижения яркости и четкости предметов, постепенно ухудшая зрение вплоть до слепоты. При этом привычный образ жизни людей обрастает рядом ограничений, которые не позволяют с былой легкостью выполнять даже повседневные дела, например, смотреть телевизор, водить автомобиль или четко видеть лица родных. В то же время приходится забыть не только о простых потребностях, но и о любимых занятиях. Так, рыбаки больше не могут закрепить на крючке наживку, рукодельницы – связать свитер или вышить картину, а путешественники – рассмотреть маршрут на карте.

Возрастная катаракта появляется из-за естественных процессов старения организма, при которых в глазу мутнеет и уплотняется хрусталик. Данное заболевание настигает практически каждого человека на планете, но бояться этого не стоит. Современная офтальмология давно нашла эффективный способ устранения катаракты – замену помутневшего хрусталика на искусственную линзу. А оборудование и профессионализм офтальмохирургов позволяют проводить эту процедуру максимально быстро, качественно и комфортно.

В сети офтальмологических клиник 3Z ваш путь к хорошему зрению займет всего 1 день*. За это время вы проходите диагностику зрения, подбираете искусственный хрусталик, проводите предоперационную подготовку и саму хирургическую процедуру. При этом всего через пару часов после операции вы возвращаетесь домой, а хорошее зрение восстанавливается в большинстве случаев уже на следующий день. Отметим, что утром вам необходимо приехать в клинику для осмотра. Как видите, процесс хирургического лечения катаракты в 3Z

простой и понятный, а главное, удобный. Ведь мы постарались оградить вас от всех лишних забот и волнений. Для этого каждому пациенту при хирургическом лечении катаракты предоставляем¹:

- персонального менеджера, который консультирует и сопровождает на всех этапах лечения;
- круглосуточное онлайн-общение по всем вопросам хирургии катаракты;
- пакет бесплатных предоперационных анализов и обследований;
- бесплатное такси в клинику на операции и до дома после операции;

• бесплатное ежегодное диагностическое обследование в течение 3-х лет после хирургического лечения.
Также в условиях сложившейся эпидемиологической ситуации мы тщательно продумали и организовали максимально безопасное для вашего здоровья взаимодействие с клиникой. Так, в офтальмологических центрах 3Z действуют следующие

меры профилактики Covid-19: при входе в клинику просим надевать защитную маску, измеряем температуру тела и проводим обработку рук дезинфицирующими средствами; перед приемом заполняем вместе с пациентом эпиданкету о его самочувствии в последние 14 дней; просим предоставлять справку об отсутствии коронавируса перед операцией; проводим дезинфекцию (в том числе обеззараживание воздуха и кварцевание) всех кабинетов и коридоров специальными растворами и т.п.

Не ждите, сделайте первый шаг к хорошему зрению уже сегодня, а мы вам в этом поможем – дарим скидку 10% на диагностику зрения для пенсионеров. Записаться на прием можно по телефону 8 800 222 31 83.

Трансфер на диагностику

- консультация 24/7
- персональный менеджер
- полное предоперационное обследование

3Z Прогрессивная офтальмология м.ВДНХ, ул. Бориса Галушкина, 3
8 800 222 31 83

Предложение по трансферу на диагностику зрения действует с 30.11.2020 г. по 31.01.2021 г.

РЕКЛАМА

*При проведении хирургического лечения катаракты на одном глазу. **Консультация хирурга проводится в свободное от приема пациентов время в рамках законодательства РФ. Трансферы осуществляет ООО «Яндекс.Такси» в пределах лимита стоимости 1 500 рублей (750 рублей на одну поездку), предоставляется пациенту на операцию и обратно. Бесплатная диагностика предоставляется 1 раз в год в течение 3-х лет. Предложение действует при проведении хирургического лечения катаракты в клинике 3Z по адресу: г. Москва, м. ВДНХ, ул. Бориса Галушкина, д. 3. 000 «Три-З», лицензия № ЛО-77-01-020715 от 12.11.2020 г. РЕКЛАМА

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Выпавшее снежное «одеяло» помогает защитить корни растений от промерзания, а с приходом весны, под влиянием солнечных лучей, этот снег также принесёт немало пользы вашему будущему урожаю.

Талая вода насыщает влагой почву, тем самым помогая идти в рост посевному материалу.

Что же такое снегозадержание?

К сожалению, все чаще и чаще случается так, что снег зимой выпадает не в том объеме, в каком бы нам и растениям хотелось. Его не хватает для того, чтобы в нужном количестве напитать почву влагой, увлажнить более глубокие слои почвы. Кроме того, то небольшое количество снега, которое выпало на территорию вашего участка, может просто сдуть порывами ветра. Именно для того, чтобы сохранить необходимую растениям влагу, садоводы используют в своих дачных владениях приемы снегозадержания.

Снегозадержание – комплекс мероприятий, направленных на то, чтобы удерживать и накапливать снег на земельных участках. Они помогают уберечь растения от вымерзания, а также увеличивают запасы почвенной влаги. Когда почва укрыта снегом, она не подвержена воздействию зимних ветров, а при обильном увлажнении легче справляется с весенними капризами погоды.

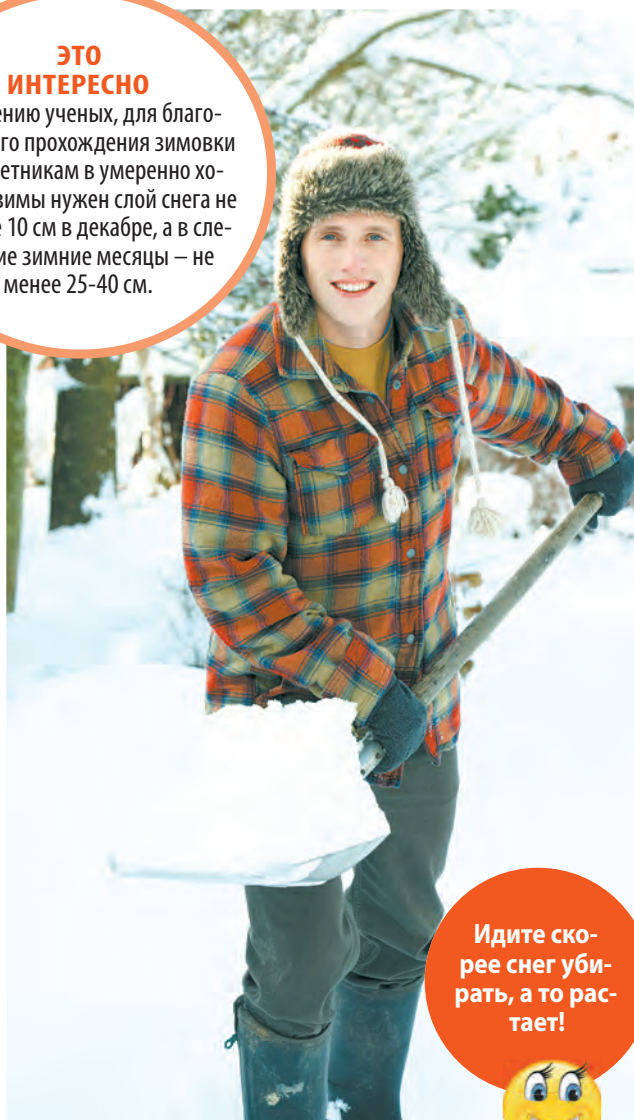
Ну, снег, держись!

СОВЕТ

Чтобы процесс снеготаяния был более продолжительным, снег надо как следует утрамбовать (уплотнить). Для лучшего результата его можно посыпать еще и соломой или опилками, если таковые имеются в свободном доступе.

ЭТО ИНТЕРЕСНО

По мнению ученых, для благополучного прохождения зимовки многолетникам в умеренно холодные зимы нужен слой снега не меньше 10 см в декабре, а в следующие зимние месяцы – не менее 25-40 см.



Идите скорее снег убирать, а то растает!



Защитим грядки

Наверняка вы обращали внимание на то, что в городе снег исчезает гораздо быстрее, чем в лесу. Это связано не с разницей температур и не с работой коммунальщиков, а

с тем, что в лесу гораздо больше естественных препятствий для «смывания» снега.

Этими препятствиями являются кусты, деревья, мох, ветки и др. Наша задача на приусадебном

участке – симитировать эти естественные препятствия.

Щиты и заслоны

Самый простой способ задержать снег – установить ветрозащитные заслоны (щиты). Этот способ также будет эффективным, если сильные порывы ветра являются частыми гостями на вашем дачном участке. Щиты чаще ставят по периметру или же направляют движения ветров. В качестве подручных материалов для сооружения щитов можно использовать листы фанеры, шифер, доски, даже картон! В высоту щиты могут достигать 1 метра, а в длину – 2 метров. Установить их можно как в ряд, так и в хаотичном порядке. Оптимальное расстояние между ними будет от 5 до 10 метров. После накопления снежных насыпей щиты переставляют в другие места.

Полимерная сетка

Еще одним вариантом сооружения может стать полимерная сетка. Для ее крепления, в основном, используют деревянные столбики. При смене направления ветра сетку также можно переставить, развернуть. Весной ее достаточно быстро можно скрутить в рулон и убрать до следующей осени.

Валежник

Тоже является сооружением для снегозадержания. Обрезанные ветки кустарников, деревьев складывают рядами или кучками на территории участка. При этом, снег не будет выдуваться ветром, а таять будет медленнее. Но стоит обратить внимание, что данный способ применим только в том случае, если ветки растения не были заражены грибковыми болезнями и попорчены насекомыми-паразитами. Вместо ветвей можно воспользоваться стеблями кукурузы или лапником (еловым или сосновым). Весной валежник убирают.

Снежная насыпь

Используется в том случае, если зимой неожиданно наступит оттепель. Снег сгребают и сваливают в кучи. Подтаявшие и заледеневшие горы тоже станут снегозадерживающим сооружением.

Кто любит похолоднее

У каждого правила есть исключения. Есть растения, которым не показан очень толстый слой снега (более 1 метра). Например, садовая земляника может начать выпревать, а то и совсем погибнуть при большом количестве влаги в почве. Поэтому снег с земляничной грядки лучше перебросить на кусты крыжовника или смородины, которым снежная шапка будет очень кстати, т.к. их плодовые почки не слишком устойчивы к морозам.

Обилие снега не показано вишне, сливе и черноплодной рябине. С них излишки снега также лучше убрать.

Мы рассмотрели основные приемы задержания снега на участке до начала весны.

Обращайте внимание на такого рода садовые хитрости и в награду получите богатый урожай летом!

Валерия ПАШЕЧКИНА



ПОДРОБНОСТИ

Устроим птичью пирушку в дачной кормушке

С приходом зимы пернатым становится гораздо сложнее найти для себя пищу, которая нужна им для поддержания температуры тела (а она у птичек составляет около 40 градусов). Поэтому очень важно помочь им пережить долгую зиму, периодически их подкармливая. И тут главное – не навредить пернатым друзьям, накормив их чем попало.

1 Птиц нужно не кормить, а подкармливать. В этих понятиях есть большая разница.

Кормежка подразумевает восполнение всего дневного рациона, а подкармливание – частичное утоление голода. При наличии полноценного рациона в кормушке птички могут облениться и перестать добывать пищу собственными силами. Кроме того, однообразная еда и избыточное количество жирной пищи могут не самым лучшим образом сказаться на их здоровье, а так-



же ослабить иммунитет. Наполнять кормушку следует не более двух раз в сутки.

2 Подкармливать птиц можно далеко не всеми продуктами.

Птичкам полезны:

- Семена тыквы или подсолнуха (не жареные и не соленые).
- Овсянка, просо.
- Шишки, желуди, орехи.
- Мясо и сало (также не соленые). Мясо должно быть нежирным. Вешать его лучше повыше, чтобы оно не досталось собакам или котам.

- Сушеные рябина и боярышник.
 - Кусочек сливочного масла (будет особенно кстати в морозы).
 - Нежирный творог, смешанный с панировочными сухарями.
 - Мелко нарезанное свежее яблоко.
- Такое угощение противопоказано:**

- Соленая и жирная пища.
 - Белый и ржаной хлеб, особенно свежий.
 - Пшено.
 - Испорченные, заплесневевшие продукты.
- Давайте поможем птичкам зимой, а весной они помогут нам одолеть гусениц!

19 января православные христиане отмечают двенадцатый праздник – Крещение, или Богоявление Господне.

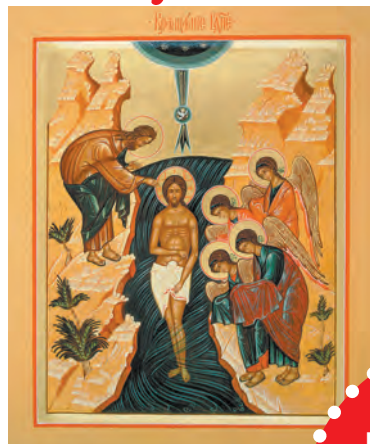
В этот день мы вспоминаем о событии, когда около двух тысячелетий назад Иисус Христос был крещен пророком Иоанном (Иоанном Крестителем или Предтечей) на реке Иордан. Во время Крещения Иисуса Христа люди впервые увидели явление Святой Троицы, когда Бог Отец гласом назвал Христа избранным Сыном, а Дух Святой сошел телесным образом в виде голубя. Святые Светы – так называли Крещение в древние времена.

Исполнение правды

Как пишут евангелисты, крестился Иисус Христос в тридцатилетнем возрасте. В тот день на реке Иордан недалеко от Вифании Его прихода ждал пророк Иоанн Предтеча (Креститель), который готовил народ покаянием встретить явление Христа. Евангелист Лука пишет, что не сам по себе сын Захарии начал крещение, ему было повеление Божие, да и сам пророк напишет: «Пославший меня крестить в воде сказал мне: на Кого увидишь Духа сходящего (как голубя) и пребывающего на Нем, Тот есть крестящий Духом Святым».

Конечно, Спаситель, безгрешный по Своей природе, не имел надобности в духовном очищении, но все-таки Иисус Христос настоял провести и над ним обряд крещения: «ибо так надлежит нам исполнить всякую правду». Богословы считают, что смысл этих слов таков: мы все предписанное законом исполнили, не преступили ни одной заповеди; и так как остается только одно крещение, то и это нам долж-

СВЯТЫЕ СВЕТЫ – КРЕЩЕНИЕ ГОСПОДНЕ



Во время праздника Крещения (Богоявления) облачение священников белого цвета – так подчеркивается чистота и непорочность Спасителя.

Традиционно таинство крещения понимается под словами Иисуса Христа: «кто не родится от воды и Духа, не может войти в Царствие Божие».

но присвокупить, и таким образом исполним всякую правду. Смысл крещения Христа в том, что безгрешный Господь берет на себя грехи мира. Поэтому Ему и было необходимо крещение как покаяние. Не лично Ему, а для того, чтобы исполнить «правду», т.е. даровать нам средство очищения.

Так Иисус Христос исполняет пророчество о Предтече и не нарушает Закона Божия, еще раз показывая, как важно соблюдать данные Божии установления.

Явление Святой Троицы

Когда Иисус Христос погрузился в воды реки Иордан, Иоанн Креститель и множество людей, которые были там, увидели, как отверзлись небеса. Оттуда спустился Святой Дух в облике голубя и раздался глас Бога Отца, указавший, что перед ними буду-



щий Спаситель для всего человечества – Христос. Так миру явилась Святая Троица в виде голоса Отца, Святого Духа в виде голубя и Сына Божия – Иисуса Христа. Поэтому праздник Крещения еще называют праздником Богоявления.

Таинство крещения было установлено апостолами по повелению Спасителя: «идите научите все народы, крестяще их во имя Отца, и Сына, и Святого Духа... поэтому сказано в Символе:

исповедую едино крещение во оставление грехов».

Почему крестят водой

В «Учении двенадцати апостолов» в I – начале II века описано свершение таинства крещения: «Крестите в живой (то есть проточной) воде во имя Отца и Сына и Святого Духа. Если же нет живой воды, крестите в другой воде; если не мо-

Наш словарь

Крещение – в переводе с греческого «погружение в воду».

Агиасма – в переводе с греческого это слово обозначает «святыня», в православии так называют воду, освященную по определенному обряду.

Иордань – народное название купальни на льду водоема, иногда вырезанной в форме креста, которая освящается и к которой совершается крестный ход с последующим окунанием в воду.

ДЕТАЛИ

Как провести праздник

Известно, что крещенские воды зарождают в каждом из нас новую духовную жизнь. Поэтому и в сочельник, 18 января, необходим строгий однодневный пост. Если есть возможность, обязательно надо сходить на утреннюю молитву и на вечернюю литургию. Во время службы наверняка вы почувствуете особую

сходящую на вас благодать. Праздничные блюда допускаются 18 января постные, а с 19 января уже и скоромные (мясные, молочные). Традиционным блюдом является и кутья (сочиво) из отварных зерен пшеницы с медом, грецкими орехами, изюмом. Вся семья традиционно собирается за столом и после

Подробности

Водоосвящение

Первое водоосвящение проводится в храме 18 января, а 19-го – под открытым небом. Освященная в эти дни вода носит название великой агиасмы, т.е. воды, освященной по чину великого освящения в честь праздника Богоявления. Кстати, есть еще малое освящение воды, которое проводится в обычные дни. Погружение в иордань благословляется с 20.00 18 января до 8.00 20 января.

прочтения молитвы приступает к трапезе. После совершения в храмах чина освящения воды можно начинать и праздничные омовения. В том числе купание в открытой воде, в иордани. Кстати, на Руси издревле говорили: где вода в крещенскую ночь, там и Иордан.

Подготовила
Светлана ИВАНОВА

Редакция благодарит о. Дионисия Киндюхина за помощь в подготовке материала и поздравляет всех читателей с грядущим праздником Крещения Господня!

ДАЧНЫЙ СПЕЦ
№ 3 (Сочельник) 2021
Семена и рассада
в поиске «УХОД» ЗАЩИТА

50 СОВЕТОВ О РАССАДЕ
СВЕРХРАННИЙ УРОЖАЙ
ПИКИРОВАТЬ ИЛИ НЕТ?
ВЫБОР СОРТОВ ЧТО САЖАТЬ БУДЕМ!
КАКИЕ ТАБЛЕТКИ ЛЮБИТ РАССАДА

Читайте в свежем номере «ДАЧНОГО СПЕЦА»
В ПРОДАЖЕ С 15 ЯНВАРЯ!

Журнал «ДАЧНЫЙ СПЕЦ». Выходит 1 раз в месяц.
Подписной индекс в каталоге «Почта России» П2960



ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ ПОСЕВОВ И ПОСАДОК НА 2021 ГОД

По просьбам наших читателей публикуем календарь наиболее благоприятных дней для посева и посадки. Он составлен на весь сезон и для самых распространенных овощных культур

КАКИЕ ТАБЛЕТКИ ЛЮБИТ РАССАДА

Многим дачникам полюбили торфяные таблетки для выращивания рассады цветов и овощей. Содержимое таблеток – утрамбованная в цилиндрическую форму торфяная смесь мелкой фракции. Их несложно сделать самим, а главное – они обойдутся на много дешевле!



ВЫБОР СОРТОВ. ЧТО САЖАТЬ БУДЕМ?

Вопрос этот сейчас так и встает в воздухе. Хотя дачники уже запаслись и своими семенами, и накупили новых, но предпосевной азарт никуда не денешь: а вдруг у кого-то есть нечто, чего у меня нет... Поэтому заглянем к опытным дачникам, у которых всегда есть что-то интересное

РЕН	ТНТ	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
20.00 «КОЛОМБИАНА». (16+)	21.00 «ГУСАР». (16+)	23.00 «БЛОНДИНКА В ЭФИРЕ». (16+)	14.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)	19.15 «НЕСЛОМЛЕННЫЙ». (16+)	06.30 «6 кадров». (16+)	06.30 «6 кадров». (16+)
05.00 «Территория заблуждений». (16+)	07.00 «ТНТ. Gold». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.00 Улётное видео. (16+)	06.00 Профилактика на канале с 06.00 до 10.00	06.30 «6 кадров». (16+)	06.30 «6 кадров». (16+)
06.00 «Документальный проект». (16+)	08.00 «САШАТАНЯ». (16+)	09.30 «Слепая». (16+)	06.10 «БРАТАНЫ». (16+)	10.00, 12.00, 13.45, 15.25, 16.50, 19.10, 22.05 Новости	06.40 По делам несовершеннолетних. (16+)	06.40 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.00 «С бодрым утром!»	10.00 «Бородина против Бузовой». (16+)	11.50 Гадалка. (16+)	08.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)	10.10 «Дакар-2021. Итоги». (0+)	08.15 Давай разведёмся! (16+)	08.15 Давай разведёмся! (16+)
08.30 «Новости». (16+)	11.00 «ОЛЬГА». (16+)	14.40 Мистические истории. (16+)	09.30 Дорожные войны 2.0. (16+)	10.40, 16.30 Специальный репортаж. (12+)	09.25 Тест на отцовство. (16+)	09.25 Тест на отцовство. (16+)
09.00 Засекреченные списки. (16+)	13.00 «САШАТАНЯ». (16+)	15.45 Гадалка. (16+)	11.00 Улётное видео. (16+)	11.00 Зимние виды спорта. Обзор. (0+)	11.35 «Реальная мистика». (16+)	11.35 «Реальная мистика». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)	16.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)	17.25 «Слепая». (16+)	12.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)	12.05, 14.45, 16.55, 00.45 Все на Матч!	12.35 «Понять. Простить». (16+)	12.35 «Понять. Простить». (16+)
12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)	20.00 «САШАТАНЯ». (16+)	18.30 «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ». (16+)	13.00 Улётное видео. (16+)	12.45 Смешанные единоборства. (16+)	13.40 «Порча». (16+)	13.40 «Порча». (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)	21.00 «ГУСАР». (16+)	20.30 «МЕНТАЛИСТ». (12+)	14.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)	13.50, 05.05 «Тайны боевых искусств». (16+)	14.10 «Знахарка». (16+)	14.10 «Знахарка». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	22.00 «Где логика?» (16+)	Команда КБР расследует убийство выдающегося математика, работавшего над устройством по взлому секретных кодов. Главным подозреваемым оказывается клоун...	Россия, 2009 г. Комедийный сериал. В ролях: Георгий Дронов, Екатерина Волкова, Станислав Дужников. Молодая семья спортивного журналиста Константина Воронина живёт на одной лестничной площадке с родителями, которые, конечно же, знают, как жить правильно...	15.30 Еврофутбол. Обзор. (0+)	14.45 «КЛЮЧ К ЕГО СЕРДЦУ». (16+)	14.45 «КЛЮЧ К ЕГО СЕРДЦУ». (16+)
15.00 Документальный спецпроект. (16+)	23.00 «Stand up». (16+)	23.00 «БЛОНДИНКА В ЭФИРЕ». (16+)	16.30 КВН Best. (16+)	17.25 Гандбол. Россия - Корея. Пр.тр.	19.00 «ЦЫГАНКА». (16+)	19.00 «ЦЫГАНКА». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)	00.00 «ХБ». (16+)	01.00 «Знахарки». (16+)	18.30 Улётное видео. (16+)	19.15 «НЕСЛОМЛЕННЫЙ». (16+)	23.30 «ПОДКИДЫШИ». (16+)	23.30 «ПОДКИДЫШИ». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	01.00 «Такое кино!» (16+)	01.45 Сверхъестественный отбор. (16+)	20.30 +100500. (16+)	22.10 Тотальный футбол	01.35 «Знахарка». (16+)	01.35 «Знахарка». (16+)
20.00 «КОЛОМБИАНА». (16+)	01.30 «Импровизация». (16+)	02.30 Исповедь экстрасенса. (16+)	23.00 Опасные связи. (18+)	22.40 Футбол. «Кальери» - «Милан». Пр.тр.	02.05 «Понять. Простить». (16+)	02.05 «Понять. Простить». (16+)
22.05 «Водить по-русски»	03.25 «Comedy Баттл». (16+)	03.15 «Городские легенды». (16+)	01.00 «БРАТАНЫ». (16+)	01.35 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)	02.55 «Реальная мистика». (16+)	02.55 «Реальная мистика». (16+)
23.30 «Неизвестная история»	04.20 «Открытый микрофон». (16+)	05.30 Охотники за привидениями. Битва за Москву. (16+)	02.50 КВН Best. (16+)	03.35 Гандбол. (0+)	03.40 Тест на отцовство. (16+)	03.40 Тест на отцовство. (16+)
00.30 «ОДНАЖДЫ В МЕКСИКЕ: ДЕСПЕРАДО-2». (16+)	06.05 «ТНТ. Best». (16+)		03.15 Улётное видео. (16+)		05.20 По делам несовершеннолетних. (16+)	05.20 По делам несовершеннолетних. (16+)

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

8 (495) 975-97-61
ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС

Реклама

Долго думали, чего котёнку не хватает, если он грызёт полиэтилен. Решили, что... мозгов.

На собеседовании в отделе кадров.
– Ваше хобби?
– Пить чай.
– Особые способности?
– Делать чай.
– Ваш лучший друг?
– Чай.

На птичьем рынке:
– Покупайте попугая! Уникальная птица! Говорит на пяти иностранных языках!!!
– А это рядом с ним кто? Его подружка?
– Нет, переводчик.

ПЕНСИОНЕРАМ! 28 января

ВСЕ О ДОГОВОРЕ РЕНТЫ на Дне открытых дверей в "Жилсоцгарантии"

- Лекция о договоре ренты
- Встреча с руководством и пенсионерами, которые уже заключили договор
- Доклад о деятельности "Жилсоцгарантии" за 26 лет

26 лет стабильной работы!

ЖИЛСОЦГАРАНТИЯ
Наш сайт: zsg.ru/renta
«Жилсоцгарантия» является непосредственным плательщиком ренты
Записывайтесь заранее!

8 (495) 626 45 55

Реклама

СУПЕРЗАЩИТА МОЗГА И СОСУДОВ

УДИВИТЕЛЬНАЯ ФОРМУЛА ГЕМОТЕНОЛ С ДВОЙНЫМ ЭФФЕКТОМ!

Тема здоровья – сейчас главная тема для всего населения земли. Малоподвижный образ жизни, неправильное питание и постоянный стресс многократно повышают риск развития различных проблем с сосудами головного мозга.

Что делать в этой ситуации? Есть прекрасный комплекс **GEMOTENOL***

*Гемотенол оказывает благотворное воздействие на сосуды головного мозга, сердечно-сосудистую систему, желудочно-кишечный тракт, сосуды глазного дна, когнитивные функции, сон и память, приводит в порядок обмен веществ. Главный секрет его в том, что он помогает организму правильно регулировать тонус артерий, защищает сосуды и разгружает сердечную мышцу.

То, что это средство особое – не пустые слова. Это не таблетка, не микстура, а специально разработанный комплекс.

По сути, он состоит из двух элементов – растительная капсула с действующими веществами и особая бустерная среда, в которой эта капсула хранится.

Бустерная среда является активатором, то есть механизмом, который запускает действие главных элементов капсулы.

После приема под воздействием соков поджелудочной железы в двенадцатиперстной кишке стенки капсулы растворяются, и её содержимое, смешиваясь с масляной средой, оказывает максимально возможное положительное влияние на организм.

Применять комплекс следует в течение двух месяцев. Благотворный эффект вы сможете ощутить уже через несколько дней, а через два месяца вы сами поразитесь, насколько изменилось ваше физическое состояние.

ТОЛЬКО ДО 31 ЯНВАРЯ -30%

РЕКЛАМА

ОБРАТИТЬСЯ ЗА КОНСУЛЬТАЦИЕЙ можно по телефонам:

8 (800) 600-57-56; 8 (495) 136-59-66

ЗВОНКИ ПО РОССИИ БЕСПЛАТНО

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000, РУССКОЕ КИНО, ДОМ КИНО, SONY CHANNEL. 05.00 «ВАН ХЕЛЬСИНГ». (16+) 07.30 «СЕДЬМОЙ СЫН». (16+) 09.35 «МОСТ В ТЕРАБИТИЮ». (6+)

ИЛЛЮЗИОН+, РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН, КИНОКОМЕДИЯ, РОДНОЕ КИНО. 00.55 «ЗАЛОЖНИК». (16+) 02.40 «ВЛАСТЬ УБИЙЦ». (16+) 04.25 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (16+)

СУПЕР, СУПЕР, ФЕНИКС+КИНО, CTC LOVE, TV 21 ВЕК. 05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+) 11.00, 11.50, 12.45, 13.35, 14.30, 15.25, 16.15, 17.00 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА, ОХОТА И РЫБАЛКА, ЖИВИ!, ANIMAL PLANET, Discovery, DISCOVERY CHANNEL, TLC. 09.25 Новые Робинзоны. (12+) 09.55 Урожай на столе. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР, ПЯТНИЦА, Ю, ПЕБОДА. 05.00 Мультфильмы. (0+) 05.20 «ИЗБРАННИЦА». (16+) 08.50 «ПРИЗРАК В КРИВОМ ЗЕРКАЛЕ». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ, VIASAT HISTORY, NATIONAL GEOGRAPHIC. 00.00 Час истины. (12+) 01.15 Дневники Вернадского. (12+) 01.45 Обыкновенная История. (6+)

ANIMAL PLANET, Discovery, DISCOVERY CHANNEL, TLC. 06.00 Адская кошка. (12+) 06.45 На дне бездны. (12+) 07.15 Дикая река Африки. (12+)

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

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА** | **EUROSPORT 1**
- 10.00, 12.15, 13.55, 15.55** Новости
- 10.05** Большой вода. (12+)
- 10.20** Волейбол. Чемпионат России «Суперлига Париматч». Мужчины. (0+)
- 12.20** Страна спортивная. Русская игра с мячом. (12+)
- 12.40, 02.40** Тот самый бой. Денис Лебедев. (12+)
- 13.05** Александра Трусова. В четыре оборота! (12+)
- 13.35, 23.20** Золото партия. (12+)
- 14.00, 23.40** Лыжный спорт. Фристайл. Кубок мира. (0+)
- 15.35** Лица страны. (12+)
- 16.00, 01.15** Неделя в КХЛ. (12+)
- 16.55** Ярушин Хоккей Шоу. (12+)
- 17.25** Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 17.55** Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Автодор» (Саратов) - ЦСКА. Прямая трансляция
- 20.00, 04.30** Гандбол. Чемпионат мира. Мужчины. (0+)
- 21.30** Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)
- 02.10** Дзюдо. (0+)
- 03.05** Гандбол. (0+)
- 01.35, 10.30** Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Закопане. (12+)
- 02.30, 09.30** Горные лыжи. Кубок мира. Венген. Мужчины. (12+)
- 03.30, 04.15, 07.00, 07.30, 08.15, 08.45, 20.35, 21.20, 21.50** Горные лыжи. Кубок мира. Марибор. Женщины. Слалом-гигант. (12+)
- 05.00** Велоспорт. «Милан - Сан-Ремо». (12+)
- 11.30, 18.00, 22.40** Снукер. «Мастерс». Финал. (6+)
- 12.30** Теннис. АТР. «Мастерс-2019». Шанхай. Финал. Медведев - Зверев. (6+)
- 13.00, 13.30, 14.00** Олимпийские игры. Тележурнал (субтитры). (6+)
- 15.00, 15.30** Олимпийские игры. «Вопреки всему» (субтитры). (6+)
- 16.00** Олимпийские игры. «Бег в КНДР» (субтитры). (6+)
- 17.00, 17.30** Олимпийские игры. «Олимпийский момент» (субтитры). (6+)
- 20.05** Дзюдо. «Мастерс». Доха. (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00** Профилактика на канале с 05.00 до 10.00
- 10.00** МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 11.00** Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
- 12.00** PRO-обзор. (16+)
- 12.45** Золотая лихорадка. (16+)
- 13.55, 17.30, 01.15** PRO-клип. (16+)
- 14.00** Русский чарт. (16+)
- 15.00** DFM - Dance chart. (16+)
- 16.00** Вера Брежнева. Любовь спасет мир. (16+)
- 16.40** 10 самых горячих клипов дня. (16+)
- 17.35** Русские хиты - чемпионы понедельника. (16+)
- 18.35** PRO-новости. (16+)
- 19.00** Золотая дюжина. (16+)
- 20.00** «Жара» в Баку. Хиты 00-х. (16+)
- 23.00** TOP 30 - Крутяк недели. (16+)
- 01.20** Неспиннер. (16+)
- 03.20** Караокинг. (16+)
- 04.00** Наше. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ** | **КАНАЛ DISNEY** | **КАРУСЕЛЬ**
- 08.00** «Робокор Поли. Музей песен». (0+)
- 08.15, 13.00, 21.00** «Барбоскины». (0+)
- 08.35, 13.30, 20.20** «Маша и Медведь», «Машины песенки». (0+)
- 09.00** «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
- 09.25** Друзья на все времена. (0+)
- 09.50** «Клео и Кукин». (0+)
- 10.00, 14.00, 17.25, 22.00** «Фиксики». (0+)
- 10.30, 20.00** «Лунтик и его друзья». (0+)
- 11.00** «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 11.35, 19.25** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 12.00, 16.00** «Время малышей». (0+)
- 14.30** «Смешарики». (0+)
- 15.00** «Джинглики». (0+)
- 15.15** «Тобот Атлон». (0+)
- 15.25** «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
- 17.00** «Простоквашино». (0+)
- 18.00** «Лео и Тиг». (0+)
- 18.35** «Малышарики». (0+)
- 19.00** «Сказочный патруль». (0+)
- 20.55** «Машины сказки». (0+)
- 21.30** «Фееринки». (0+)
- 05.00** Профилактика на канале с 05.00 до 10.00
- 10.00** Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00** «Пёс Пэт». (6+)
- 11.20, 15.30** «Кунг-фу Панда: Лапки судьбы». (6+)
- 12.00** «Зак Шторм - Суперпират». (6+)
- 13.00** «Финес и Ферб». (6+)
- 14.00** «С приветом по планетам». (12+)
- 14.30** «Гравити Фолз». (12+)
- 16.00** «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
- 17.05** «Приключения Кота в сапогах». (6+)
- 17.35** «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 19.30** «Птичий дозор». (6+)
- 21.25** «Отель Трансильвания». (12+)
- 22.10** «ВОЛШЕБНИКИ ИЗ ВЭЙВЕРЛИ ПЛЭЙС». (6+)
- 23.35** «ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ!» (6+)
- 01.00** «СОБАКА ТОЧКА КОМ». (6+)
- 02.05** «Стражи Галактики». (12+)
- 03.40** «Амфибия». (12+)
- 04.25** Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.00** «Пингвинёнок Пороро». (0+)
- 07.00** «Пластинки». (0+)
- 07.05** «Тима и Тома». (0+)
- 08.30** О! Музыка! (0+)
- 09.00** «Катури». (0+)
- 09.55** «Студия Каляки-Малыки». (0+)
- 10.00** «Зебра в клеточку». (0+)
- 10.40** «Спроси у ТриО!» (0+)
- 10.45** «Три кота». (0+)
- 12.30** «Доктор Малышкина». (0+)
- 12.35** «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
- 14.45** «Чик-зарядка». (0+)
- 14.50** «Смешарики». (0+)
- 16.55** «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+)
- 17.00** «Фиксики». (0+)
- 18.45** «Если бы я был...» (0+)
- 19.00** «ТриО!» (0+)
- 19.20** «Поезд динозавров». (0+)
- 20.15** «Турбозавры». (0+)
- 22.15** «Как устроен город». (0+)
- 22.20** «Катури». (0+)
- 23.20** «Три кота». (0+)
- 08.59, 14.39, 17.11, 22.40** Мультфильмы. (0+)
- 09.35, 13.58, 15.20, 17.37, 23.20** Мультфильмы. (6+)
- 10.00, 11.10, 19.03** «ХОЛОДНОЕ СЕРДЦЕ». (12+)
- 10.27, 11.37, 19.30** «ДЕРЕВО ИСТОРИЙ». (6+)
- 10.47, 11.56, 19.50** «Домики». (0+)
- 12.15, 13.34, 15.40** «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)
- 12.30, 16.07, 18.00, 21.32** Советы Сладкоежкиной. (6+)
- 12.44, 16.22, 18.14, 21.47** Крибли Батл. (6+)
- 13.00, 16.38, 18.31, 22.03** Проще простого! (6+)
- 13.16, 16.54, 18.46, 22.19** Мастерская «Умелые ручки». (6+)
- 14.13, 21.00** «Смешарики». (0+)
- 17.51** Вредные советы от полезных детей. (6+)
- 20.15** «Тайна Сухаревой башни». (6+)
- 20.43** «Капитан Кракен и его команда». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00, 00.20** День Патриарха. (0+)
- 05.10** Простые чудеса. (12+)
- 06.00, 06.30, 14.00, 14.30** Монастырская кухня. (0+)
- 07.00, 09.00** Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00** В поисках Бога. (12+)
- 11.30, 20.20** Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
- 12.30** «Главное» с Анной Шаfran. Новости на СПАСЕ. (0+)
- 15.00, 01.40** Реакция. (12+)
- 15.50** Вечные Тайны. (12+)
- 16.50, 00.35** Святитель Феофан Затворник. Цикл: День Ангела. (0+)
- 17.20, 23.50, 03.50** Крещение Господне. Цикл: Праздники. (12+)
- 17.55** «ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ». (6+)
- 19.30, 02.20** «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
- 21.20** «ОЛЬГА СЕРГЕЕВНА». 5 серия. (12+)
- 22.55** Прямая линия жизни. (0+)
- 01.05** Белые ночи на СПАСЕ. (12+)
- 03.05** «Парсуна» с Владимиром Легойдой. (12+)
- 04.15** Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 04.45** Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

18 января
Седмица 33-я по Пятидесятнице. Глас 7. Навечерие Богоявления (Крещенский сочельник). Сщмч. Феопемпта, еп. Никомидийского, и мч. Феоны волхва.

Прп. Синклитики Александрийской. Прп. Симона Псково-Печерского. Прп. Михея. Прп. Аполлинария. Прп. Фотирия. Прп. Мины. Прп. Григория Акритского. Сщмч. Андрея пресвитера. Мч. Иосифа и с ним 37 мучеников. Мч. Евгения. Сщмч. Сергия пресвитера. Мч. Матфея.

Строгий пост.

«Старайся сколько можешь любить всякого человека. Если же сего еще не можешь, то по крайней мере не ненавидь никого. Но и этого не в состоянии будешь сделать, если не презришь всего земного».

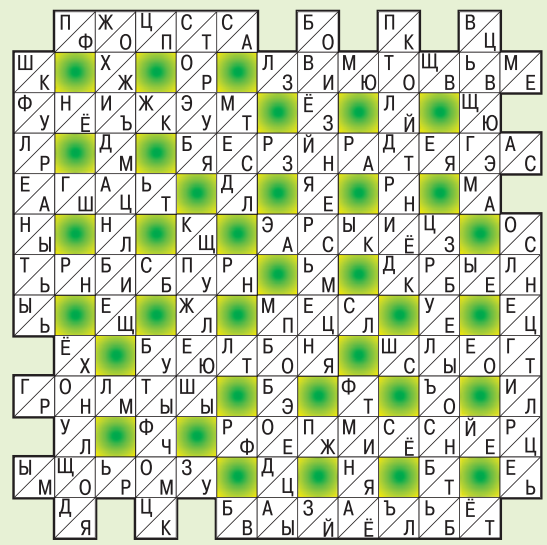
Св. Максим Исповедник

ДУАЛЬ

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

По горизонтали: Попса. Зимовье. Уникум. Безнадега. Агат. Эскиз. Трибун. Крен. Пес. Бетон. Слог. Голыш. Режиссер. Мороз. Базальт.

По вертикали: Ожидание. Сруб. Бизнесмен. Полдник. Вьюга. Куранты. Мед. Кулеш. Зрелость. Снегирь. Победа. Холод. Бычок. Тина.



– Подруга, не могу придумать, что подарить своему парню! Подскажи, что вообще им нравится, например, твоему парню?

– Мою парню, я стала замечать, больше нравятся другие девушки.

– За мной начал ухаживать один мужчина. Уже три свидания было. Пора с его родителями знакомиться, а я боюсь. Посоветуй, что делать?

– Знаю я твоего мужчину. С родителями его познакомиться для тебя будет не страшно. Вот если бы ты решила познакомиться с его женой...

ПОЖИЗНЕННАЯ

РЕНТА

- В НАДЕЖНОЙ КОМПАНИИ**
- ★ Вы получаете до 5 млн. рублей
 - ★ Платим каждый месяц от 20 тыс. рублей
 - ★ Оплачиваем все услуги ЖКХ
 - ★ Если нужно делаем Вам ремонт
 - ★ Ставим Вам современную технику
 - ★ При желании предоставим сиделку
- 8 495 208 0500 8 977 357 8447**
- ООО «ЭКСПЕРТ», ОГРН 5167746429153
www.rentaKV.ru

Домашний повар^{СВ} ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

ПИРОГИ ПИРОЖКИ • ВАТРУШКИ

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ВНИМАНИЕ! Приобрести ранее вышедшие номера* Спецвыпуска «ДОМАШНИЙ ПОВАР» можно также на сайте WWW.AVANTA.RU в разделе «Серии издательства «Кардос»» или по телефону **8-800-100-67-14** (будние дни с 9.00 до 18.00, звонок по России бесплатный). Доставка по всей России.

ООО «АВИКС» (Юр. адрес: 105005, г. Москва, ул. Бауманская, д. 7, стр. 1, Э Антресоль 2, пом. 1, к 17, оф. Д1П, ОГРН 1177746345622) * при их наличии на складе

РЕН	ТНТ	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 20.00 «Я - ЧЕТВЕРТЫЙ». (12+)	 11.00 «ОЛЬГА». (16+)	 23.00 «ПРОСТАЯ ПРОСЬБА». (16+)	 06.10 «БРАТАНЫ». (16+)	 06.05 Все на Матч!	 14.00 «Знахарка». (16+)	
05.00 «Территория заблуждений». (16+) 06.00 «Документальный проект». (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 15.00 Засекреченные списки. (16+) 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+) 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 17.00 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «Я - ЧЕТВЕРТЫЙ». (12+) 22.05 «Водить по-русски». (16+) 23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+) 00.30 «КОЛОНИЯ». (16+)	07.00 «ТНТ. Gold». (16+) 08.00 «Битва дизайнеров». (16+) 08.30 «САШАТАНЯ». (16+) 10.00 «Бородина против Бузовой». (16+) 11.00 «ОЛЬГА». (16+) 13.00 «САШАТАНЯ». (16+) 16.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 20.00 «САШАТАНЯ». (16+) 21.00 «ГУСАР». (16+) 22.00 «Импровизация. Дайджесты-2021». (16+) Здесь бьют током за неправильно названную букву, заставляют отгадывать нереальные профессии, рассказывать истории рэпом 23.00 «Женский стендап». (16+) 00.00 «ХБ». (16+) 01.00 «Импровизация». (16+) 03.00 «Comedy Баттл». (16+) 03.55 «Открытый микрофон». (16+) 05.35 «ТНТ. Best». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+) 09.30 «Слепая». (16+) 11.50 Гадалка. (16+) 14.40 Мистические истории. (16+) 15.45 Гадалка. (16+) 17.25 «Слепая». (16+) 18.30 «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ». (16+) В очередной жертве Меган узнаёт свою бывшую пациентку и теперь считает себя обязанной помочь в раскрытии дела об её убийстве... 20.30 «МЕНТАЛИСТ». (12+) 23.00 «ПРОСТАЯ ПРОСЬБА». (16+) 01.30 «Знахарки». (16+) 02.15 «Сверхъестественный отбор». (16+) 03.00 Исповедь экстрасенса. (16+) 03.45 «Городские легенды». (16+) 05.15 Охотники за привидениями. Битва за Москву. (16+) 05.45 «Мультфильмы». (0+)	06.00 Улётное видео. (16+) 06.10 «БРАТАНЫ». (16+) Россия, 2009 г. Криминальный боевик. В ролях: Алексей Кравченко, Сергей Селин, Дмитрий Дьяконов. История четырех друзей-десантников, которые по воле случая оказываются втянутыми в борьбу против преступной группировки, торгующей людьми. 08.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 09.30 Дорожные войны 2.0. (16+) 11.00 Улётное видео. (16+) 12.00 Улётное видео. Лучшее. (16+) 13.00 Улётное видео. (16+) 14.30 «ВОРОНИНЫ». (16+) 16.30 КВН Best. (16+) 18.30 Улётное видео. (16+) 20.30 +100500. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 01.00 «БРАТАНЫ». (16+) 02.50 КВН Best. (16+) 03.15 Улётное видео. (16+)	06.00, 08.55, 12.00, 13.45, 15.25, 19.20, 21.50 Новости 06.05, 12.05, 14.45, 22.00, 00.30 Все на Матч! 09.00 Профессиональный бокс. (16+) 10.00 «В центре событий». (12+) 11.00 Еврофутбол. Обзор. (0+) 12.45 Смешанные единоборства. (16+) 13.50, 05.05 «Тайны боевых искусств». (16+) 15.30, 03.35 Зимние виды спорта. Обзор. (0+) 16.30 Все на хоккей! 16.55, 19.25 Хоккей. КХЛ. Пр.тр. 22.25 Футбол. «Байер» - «Боруссия» (Дортмунд). Пр.тр. 01.35 Волейбол. Открытый чемпионат России «Суперлига Париматч». Женщины. (0+) 04.35 «Моя история». (12+)	06.30 По делам несовершеннолетних. (16+) 08.00 Давай разведёмся! (16+) 09.10 Тест на отцовство. (16+) 11.20 «Реальная мистика». (16+) 12.25 «Понять. Простить». (16+) 13.30 «Порча». (16+) 14.00 «Знахарка». (16+) 14.30 «ЦЫГАНКА». (16+) 23.30 «ПОДКИДЫШИ». (16+) Аня и Виктор - воздушные гимнасты. Аня беременна. Она узнаёт, что Виктор ей изменяет. Аня рождает дочку и уходит от него. 01.35 «Знахарка». (16+) 02.05 «Понять. Простить». (16+) 02.55 «Реальная мистика». (16+) 03.45 Тест на отцовство. (16+) 05.25 По делам несовершеннолетних. (16+) 06.15 «6 кадров». (16+)	



ГОРОДСКАЯ
СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ
СЛУЖБА

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ УМЕР БЛИЗКИЙ ЧЕЛОВЕК

Каждый, кто хоть однажды пережил смерть близкого человека, знает, как тяжелы первые часы после того, как случилось горе. Городская специализированная служба «Ритуал-Сервис» (сайт в интернете Ritual.RU), информирует об участившихся случаях мошенничества и значительного завышения цен на оказание ритуальных услуг.

Рекомендованный порядок действий

Если горе случилось дома:

1. Вызовите по круглосуточному номеру **8 (495) 300-3-300** сотрудника городской ритуальной службы, запишите его Ф.И.О. и табельный номер.
2. Обязательно проверьте **паспортные данные** и **номер служебного удостоверения** приехавшего сотрудника, чтобы убедиться, что он не «черный агент», получивший данные о вашем горе от неизвестных информаторов.
3. Вместе с сотрудником вызовите скорую помощь (тел. 103) и полицию (тел. 102).
4. Приготовьте **паспорт и мед. полис покойного**, а также **удостоверения личности** всех, кто находится рядом.

Если горе случилось в больнице:

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

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

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000 РУССКОЕ КИНО
05.00 «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА». (12+)
07.15 «ЕЩЕ ОДНА ИЗ РОДА БОЛЕЙН». (16+)
09.20 «БЫТЬ АСТРИД ЛИНД-ГРЕН». (16+)
11.35 «ГОСПОЖА БОВАРИ». (16+)
13.40 «ТАКСИ-3». (16+)
15.10 «ТАКСИ-4». (12+)
16.50 «ЕЩЕ ОДНА ИЗ РОДА БОЛЕЙН». (16+)
19.00 «БЕЛОСНЕЖКА И ОХОТНИК». (16+)
21.10 «БРАТЯ ГРИММ». (12+)
США, Чехия, Великобритания, 2005 г. В ролях: Мэтт Дэймон, Хит Леджер
23.25 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)
01.30 «ТАКСИ-3». (16+)
03.15 «ТАКСИ-4». (12+)

ИЛЛЮЗИОН+
01.15 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (16+)
02.50, 23.45 «ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЬ». (16+)
04.15 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (16+)
05.50 «ОДИНОКИЙ МУЖЧИНА». (16+)
07.25 «ШАЛЬНАЯ КАРТА». (16+)
08.55 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (16+)
11.05 «ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ». (16+)
12.40 «В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (16+)
14.10 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (16+)
16.05 «КЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (16+)
17.25 «ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ». (16+)
19.05 «КРОЛИЧЬЯ НОРА». (16+)
20.30 «ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ». (12+)
22.25 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)

СУПЕР СУПЕР
05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
11.00, 11.50, 12.45, 13.35, 14.30, 15.25, 16.15, 17.05 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
18.00, 18.50, 19.40, 20.35, 21.25, 22.15 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
23.00 «БАРХАТНЫЕ РУЧКИ». (16+)
Комедийная мелодрама, Италия, 1979 г.
01.10 «БЕЗУМНО ВЛЮБЛЕННЫЙ». (16+)
Комедийная мелодрама, Италия, 1981 г.
03.00, 03.40, 04.05, 04.30 «ОСТРОВ» (субтитры). (16+)

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА
10.10 Календарь дачника. (12+)
10.25 Сад в радость. (12+)
10.55 Обнови свой сад. (12+)
11.30 Дачная энциклопедия. (12+)
12.00 Кашеварим. (12+)
12.15 Деревянная Россия. (12+)
12.45 Керамика. (12+)
13.05 Дачные радости. (12+)
13.35 Безопасность. (12+)
14.05, 19.35, 19.50 Огород круглый год. (12+)
14.35 ЗаСаДа. (12+)
15.10 Жизнь в деревне. (12+)
15.40 Домашняя экспертиза. (12+)
16.10 Стройплощадка. (12+)
16.40 Детская мастерская. (12+)
16.55 Милости просим. (12+)
17.25 Дачные хитрости. (12+)
17.45 Не просто суп! (12+)
18.00 Профторбор. (12+)
18.30 Вокруг сыра. (12+)
18.50 Сам себе дизайнер. (12+)
19.05 История усадеб. (12+)
20.10 Дачных дел мастер. (12+)
20.40 Самогон. (16+)
20.55 Закуски. (12+)
21.10 Топ-10. (12+)
21.45 Крымские дачи. (12+)
22.15 Да здравствует мыло душистое! (12+)
22.30 Домоводство. (12+)
22.45 Лучки&Пучки. (12+)
23.05 Баня - женского рода. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00 «БЕЛЫЙ КЛЫК». (0+)
05.45 «НЕПОБЕДИМЫЙ». (16+)
09.50 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
10.00 Новости
10.10 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
13.00 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05, 03.45 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.15 Мировое соглашение. (16+)
17.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
18.15 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
19.00 Новости
19.20 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
21.40 Телеигра «Игра в кино». (12+)
22.25 Шоу «Назад в будущее». (12+)
23.20 Всемирные игры разума. (12+)
00.00 Новости
00.15 «САДОВОЕ КОЛЬЦО». (12+)
03.00 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
04.30 «ПЕРВАЯ ПЕРЧАТКА». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
00.00 Час истины. (12+)
01.15 Дневники Вернадского. (12+)
01.45 Обыкновенная История. (6+)
02.00 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
02.55 Семь дней истории. (12+)
03.05 Сражения с Наполеоном. (12+)
03.40 Тайное становится явным. (12+)
04.00 Историада. (12+)
05.05 Историограф. (12+)
06.00 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
06.55 Семь дней истории. (12+)
07.05 Серые кардиналы России. (12+)
07.35 История одной фотографии. (6+)
08.00 Ограбление века. Пропавшие сокровища Кремля. (12+)
09.00 История Отечества в портретах. (12+)
09.20 Роковое письмо. (12+)
10.10 «ПИРОГОВ». (12+)
12.00 «ДНЕПРОВСКИЙ РУБЕЖ». (16+)
14.30, 15.00 Дневники Вернадского. (12+)
15.35 История одной фотографии. (6+)
16.00 События в истории. (12+)
16.30 Тайны соборов. (12+)
18.30 «ИСАЕВ». (16+)
19.20 Личность в истории. (12+)
20.00, 20.30 Великие изобретатели. (12+)
21.10, 22.05 Расшифрованные сокровища. (12+)
23.00 Наследие цивилизаций. Древняя Азия. (12+)

ANIMAL PLANET

06.00 Адская кошка. (12+)
06.45 На дне бездны. (12+)
07.10 Глазами акулы. (16+)
08.02 Кошка против собаки. (12+)
08.54 Доктор Ди: ветеринар Аляски. (16+)
09.46 Невиданные Гавайи. (12+)
10.38 Меконг: душа реки. (12+)
11.30, 12.22 Незвезданный Индокитай. (12+)
13.14 В поисках йети. (12+)
14.06 Доктор Ди: ветеринар Аляски. (16+)
14.58 Кошка против собаки. (12+)
15.50 В дикие края с Эваном. (16+)
16.42, 17.34 Живой или вымерший. (12+)
18.26 Живой или вымерший. (16+)
19.18 Незвезданная Мексика. (12+)
20.10 Будни ветеринара: за кадром. (16+)
21.03 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)
21.56 В поисках йети. (12+)
22.49 Бристольский залив. (16+)
23.42 Монстры внутри меня. (16+)
00.35 Доктор Джефф: ветеринар Роки-Маунтин. (16+)
01.28 Незвезданная Мексика. (12+)
02.15 В поисках йети. (12+)
03.00 Суровая справедливость. (16+)
03.45 На свободу с питбулем. (16+)
04.30 Монстры внутри меня. (16+)
05.15 Бристольский залив. (16+)

1 ПЕРВЫЙ

РОССИЯ 1 РОССИЯ

ТВУ ТВЦ

НТВ НТВ

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура

СТС СТС



18.40 На самом деле. (16+)



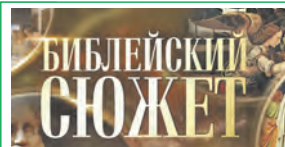
21.20 «СКЛИФОВСКИЙ». (12+)



08.40 «СУМКА ИНКАССАТОРА». (12+)



21.20 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)



15.20 «Библейский сюжет»



10.00 Уральские пельмени. (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.25 Телеканал «Доброе утро»
- 09.50 Жить здорово! (16+)
- 10.55 Модный приговор. (6+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Время покажет. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Давай поженимся! (16+)
- 16.00 Мужское / Женское. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.40 На самом деле. (16+)
- 19.45 Пусть говорят. (16+)
- 21.00 Время
- 21.30 «ИЩЕЙКА». НОВЫЙ СЕЗОН».** (12+)

Семья Фирсовых уезжает на несколько дней из страны, оставив дом под присмотром знакомой маникюрши. Вернувшись, они обнаруживают девушку мертвой.
- 22.30 Премьера сезона. «Док-ток». (16+)
- 23.30 Премьера. «Япония. Обратная сторона кимоно». (18+)
- 00.30 «Воины бездорожья». (12+)
- 01.25 Время покажет. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Время покажет. (16+)
- 03.50 Мужское / Женское. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия»
- 05.30 «ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ».** (16+)
- 09.00 «Известия»
- 09.25 «ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ».** (16+)
- 13.00 «Известия»
- 13.25 «ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ».** (16+)
- 13.40 «ЛЕГАВЫЙ-2».** (16+)
- 17.30 «Известия»
- 17.45 «ТАКАЯ РАБОТА».** (16+)
- 19.25 «СЛЕД».** (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3».** (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
- 00.30 «СЛЕД».** (16+)
- 01.15 «ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)
- 03.25 «Известия»
- 03.35 «ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 06.00 «Сегодня утром». (12+)
- 08.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня
- 08.15 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
- 08.35 «Легенды госбезопасности». (16+)
- 09.25 10.05 13.15 13.50 14.05 «СОБР».** (16+)
- 10.00 14.00 Военные новости
- 18.50 «История и вооружение инженерных войск». (12+)
- 19.40 «Последний день». (12+)
- 20.25 «Секретные материалы». (12+)
- 21.25 «Открытый эфир». (12+)
- 23.05 «Между тем». (12+)
- 23.40 «ИНСПЕКТОР ГАИ».** (12+)
- 01.10 «НЕЗНАКОМЫЙ НАСЛЕДНИК».** (0+)

ОТР ОТР

- 06.00 00.30 «Вспомнить всё». (12+)
- 06.25 17.05 02.45 «Пять причин поехать в...» (12+)
- 06.35 17.20 18.05 «ОСТРОВ НЕУЖНЫХ ЛЮДЕЙ».** (16+)
- 08.05 «Гора самоцветов». (0+)
- 08.20 15.15 «Календарь». (12+)
- 09.10 16.05 «Врачи». (12+)
- 09.35 16.35 «Среда обитания». (12+)
- 10.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 19.00 20.00 22.00 Новости
- 10.10 22.05 «ДЕТИ АРБАТА».** (12+)
- 12.10 13.20 20.05 01.00 «ОТражение»
- 19.20 23.45 «ПравДа?» (12+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание»
- 11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
- 11.50 13.50 15.50 17.40 «Доктор 24». (12+)
- 12.50 14.45 17.45 «Историс». (12+)
- 14.50 17.30 «The City». (12+)
- 14.55 18.55 20.55 22.55 «Что пишут москвичи?» (12+)
- 16.35 01.30 «ГОСТ». (12+)
- 18.15 «Интервью». (12+)
- 18.30 «Жизнь в большом городе». (12+)
- 19.02 «Москва сегодня». (16+)
- 19.30 22.25 03.35 «Спорная территория». (12+)
- 20.30 00.30 «Рейд». (16+)
- 21.15 23.45 02.45 «Московский патруль». (16+)
- 21.30 23.15 «Специальный репортаж». (12+)

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «Самое яркое». (16+)
- 06.30 «Мультфильмы». (6+)
- 07.30 «ГАЛИНА».** (16+)
- 09.30 «Вкусно 360». (12+)
- 11.30 «Самое вкусное». (12+)
- 12.00 «Новости 360»
- 12.30 «ВЫЗОВ».** (16+)

Россия, 2006 г. Криминал. В ролях: Дмитрий Назаров, Алексей Шутлов, Сергей Дорогов, Кирилл Жандаров, Борис Тенин, Настя Задорожная.
- 15.10 «Чудо-Люда». (12+)
- 15.40 «Всё просто!» (12+)
- 16.30 «Самое яркое». (16+)
- 18.05 «ГАЛИНА».** (16+)
- 20.00 «Новости 360»
- 20.30 «Самое яркое». (16+)
- 22.00 «Взрослые люди». (16+)
- 22.30 «ГАЛИНА».** (16+)
- 00.10 «Самое яркое». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.55 10.20 23.05 02.05 03.40 «Тайны кино». (12+)
- 07.45 02.55 04.25 «Раскрываем тайны звёзд». (12+)
- 08.30 16.00 «ВЕЧНЫЙ ЗОВ».** (12+)
- 09.50 Это было смешно
- 11.05 20.00 «БУДНИ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА».** (12+)
- 12.45 «НИКТО НЕ ЗАМЕНИТ ТЕБЯ».** (16+)
- 14.05 «ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ТЁТЯ!».** (12+)
- 17.20 Звёзды советского экрана
- 17.55 00.20 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА».** (12+)
- 21.35 «ЕСТЬ ТАКОЯ ПАРЕНЬ».** (12+)
- 23.55 «Безымянные дома». (12+)

● 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

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

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>20.00 «БАГРОВАЯ МЯТА». (16+)</p> <p>05.00 «Территория заблуждений». (16+)</p> <p>06.00 10.00 «Документальный проект». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрым утром!»</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Знаете ли вы, что?»</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)</p> <p>13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Неизвестная история». (16+)</p> <p>17.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>20.00 «БАГРОВАЯ МЯТА». (16+)</p> <p>21.55 «Смотреть всем!» (16+)</p> <p>00.30 «НЕВЕРОЯТНАЯ ЖИЗНЬ УОЛТЕРА МИТТИ». (12+)</p>	<p>13.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>07.00 «TNT. Gold». (16+)</p> <p>08.00 «Новое утро». (16+)</p> <p>08.30 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>10.00 «Бородина против Бузовой». (16+)</p> <p>11.00 «ОЛЬГА». (16+)</p> <p>13.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>21.00 «ГУСАР». (16+)</p> <p>22.00 «Двое на миллион». (16+)</p> <p>23.00 «Stand up». (16+)</p> <p>00.00 «ХБ». (16+)</p> <p>01.00 «Импровизация». (16+)</p> <p>03.00 «Comedy Баттл». (16+)</p> <p>03.55 «Открытый микрофон». (16+)</p> <p>05.35 «TNT. Best». (16+)</p>	<p>20.30 «МЕНТАЛИСТ». (12+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>11.50 Гадалка. (16+)</p> <p>14.40 Мистические истории. (16+)</p> <p>15.45 Гадалка. (16+)</p> <p>17.25 «Слепая». (16+)</p> <p>18.30 «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ». (16+)</p> <p>Тело найденного ограбленного мужчины расскажет Меган Хант, что его убил вовсе не грабитель, а его хирург!</p> <p>20.30 «МЕНТАЛИСТ». (12+)</p> <p>Группа КБР расследует убийство заключенного, отсидевшего 9 лет за изнасилование и освобожденного на основании новых улик.</p> <p>23.00 «САБОТАЖ». (18+)</p> <p>01.15 «Знахарки». (16+)</p> <p>02.15 Сверхъестественный отбор. (16+)</p> <p>03.00 Исповедь экстрасенса. (16+)</p> <p>03.45 «Городские легенды». (16+)</p>	<p>УЛЕТНОЕ ВИДЕО</p> <p>13.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>06.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>06.10 «БРАТАНЫ». (16+)</p> <p>08.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)</p> <p>09.30 Дорожные войны 2.0. (16+)</p> <p>11.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>12.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)</p> <p>13.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>14.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)</p> <p>16.30 КВН Best. (16+)</p> <p>Лучшие выступления самых популярных команд Клуба Веселых и Находчивых XXI века. Отличная возможность вернуться к началу творческого пути нынешних звезд экрана.</p> <p>18.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>Сборник самых смешных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя.</p> <p>+100500. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>01.00 «БРАТАНЫ». (16+)</p> <p>02.50 Улётное видео. (16+)</p>	<p>03.30 «Игорь Численко. Удар форварда». (12+)</p> <p>06.00, 08.55, 12.00, 13.45, 15.25, 16.50, 19.00, 21.40 Новости</p> <p>06.05, 12.05, 14.45, 19.05, 21.50, 00.30 Все на Матч!</p> <p>09.00 Профессиональный бокс. (16+)</p> <p>10.00 «В центре событий». (12+)</p> <p>11.00, 15.30 Еврофутбол. Обзор. (0+)</p> <p>12.45 Смешанные единоборства. (16+)</p> <p>13.50, 05.05 «Тайны боевых искусств». (16+)</p> <p>16.30 Спецрепортаж. (12+)</p> <p>16.55 Футбол. «Удинезе» - «Аталанта». Пр.тр.</p> <p>19.40 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В ДЖУНГЛИ». (12+)</p> <p>22.25 Футбол. «Аугсбург» - «Бавария». Пр.тр.</p> <p>01.30 Баскетбол. УНИКС (Россия) - «Гран Канария» (Испания). (0+)</p> <p>03.30 «Игорь Численко. Удар форварда». (12+)</p>	<p>13.30 «Порча». (16+)</p> <p>06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>08.00 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>09.05 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>11.15 «Реальная мистика». (16+)</p> <p>12.25 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>13.30 «Порча». (16+)</p> <p>14.00 «Знахарка». (16+)</p> <p>14.30 «ЦЫГАНКА». (16+)</p> <p>23.35 «ПОДКИДЫШИ». (16+)</p> <p>Кирилл и Валерий Шестаковы - братья-близнецы, но по характеру абсолютные антагонисты. Кирилл - ловелас и неудачливый игрок.</p> <p>01.40 «Знахарка». (16+)</p> <p>02.10 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>03.00 «Реальная мистика». (16+)</p> <p>03.55 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>06.25 «6 кадров». (16+)</p>	

ПЕНСИОНЕРАМ!

НАДЕЖНОСТЬ И СТАБИЛЬНОСТЬ

Задумайтесь о завтрашнем дне, заключите договор РЕНТЫ сегодня!

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

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

ООО «МГР» ОГРН 1167746806732 Реклама

Пессимист:
– Жизнь летит так быстро. Вот и долгожданный Новый год прошёл. Ещё немного, и месяц закончится...

Оптимист:
– Отлично! И снова будет зарплата.

Два приятеля:
– Что в твоей жизни вызывает дискомфорт?
– Я терпеть не могу красивых женщин.
– Почему?
– Они не дают мне спокойно наслаждаться тихим семейным счастьем.

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

8 (495) 142-51-94

Реклама

НАЙДЕНА «ФОРМУЛА ЗДОРОВЬЯ» СУСТАВОВ

ТОЛЬКО до 31 ЯНВАРЯ -30%

БИАРТЕКС (BIARTEX)

Проблемы с опорно-двигательным аппаратом являются настоящим бичом людей среднего и старшего возраста. С возрастом нам все труднее двигаться, труднее бороться с дискомфортом в суставах, труднее мириться с дилеммой: количество перепробованных средств растет, а результат не радует. Почему?

Ткани суставов очень плотные! Это хрящи, фиброзные связки, костные эпифизы. Полезные компоненты проникают сюда с трудом!

ЗДОРОВЫЕ ПОДВИЖНЫЕ СУСТАВЫ С ЗАПАСОМ ПРОЧНОСТИ!

БИАРТЕКС (BIARTEX) СПОСОБСТВУЕТ:

- увеличению вязкости синовиальной жидкости
- поддержанию суставов на клеточном уровне
- облегчению дискомфортных ощущений
- чистке, омоложению и питанию суставных тканей
- предотвращению возрастных изменений

В состав комплекса не входят синтетические компоненты неорганического происхождения. Способ применения: по рекомендации специалиста, возможны противопоказания. Перед применением ознакомьтесь с инструкцией. РЕКЛАМА

Наука находится в постоянном поиске формул с высокой биодоступностью именно для суставов. И вот, достигнут беспрецедентный результат! Создан современный комплекс **БИАРТЕКС (BIARTEX)** для поддержания опорно-двигательного аппарата. Его инновационная формула способна прицельно достигать суставных тканей.

БИАРТЕКС (BIARTEX) – полиактивный комплекс, состоящий из 2 частей: плотной капсулы и жидкого активатора. Попадая в тонкий кишечник, активатор и капсула вступают в реакцию, образуя непревзойденный по своей пробивной мощи раствор. Ему требуется лишь 20 минут, чтобы попасть в суставные клетки и запустить пролонгированную программу помощи!

8 (800) 600-57-56 • 8 (495) 136-59-66
Звонок по России бесплатный г. Москва

ПЕРВЫЙ



22.30 Большая игра. (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор. (6+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Время покажет. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.00 Мужское / Женское. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 На самом деле. (16+)
19.45 Пусть говорят. (16+)
21.00 Время «ИЩЕЙКА». НОВЫЙ СЕЗОН». (12+)
21.30 «ИЩЕЙКА». НОВЫЙ СЕЗОН». (12+)
22.30 Большая игра. (16+)
23.30 Премьера. «Япония. Обратная сторона кимоно». (18+)
00.30 Премьера. «Неизвестная Антарктида. Миллион лет назад». (12+)
01.30 Время покажет. (16+)
03.00 Новости
03.05 Время покажет. (16+)
03.50 Мужское / Женское. (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 «Известия»
05.25 «ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ». (16+)
08.35 День ангела. (0+)
09.00 «Известия»
09.25 «ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ». (16+)
13.00 «Известия»
13.25 «ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ». (16+)
13.40 «ЛЕГАВЫЙ-2». (16+)
17.30 «Известия»
17.45 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+)
19.25 «СЛЕД». (16+)
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
00.30 «СЛЕД». (16+)
01.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
03.25 «Известия»
03.40 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

РОССИЯ 1



17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
12.40 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «МОРОЗОВА». (12+)
15.15 В авиакатастрофе чудом удаётся выжить лишь одному человеку - Виктору. Он никак не может оправиться от душевной травмы и потери матери, которая летела вместе с ним.
17.00 Вести
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.40 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время «СКЛИФОВСКИЙ». (12+)
21.20 Через несколько месяцев после рождения дочери Марина мечтает выспаться и вернуться на работу. Брагин мечтает наладить, наконец, отношения с Тamarой, а она - чтобы всё стало, как раньше. О чём мечтает Катенька - непонятно.
23.35 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)
02.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
04.05 «РАЯ ЗНАЕТ». (12+)

ЗВЕЗДА

- 06.00 «Сегодня утром». (12+)
08.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня
08.15 «Сделано в СССР». (6+)
08.30 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
08.50 10.05 13.15 14.05 «БЕЛАЯ СТРЕЛА. ВОЗМЕДИЕ». (16+)
10.00 14.00 Военные новости
18.50 «История и вооружение инженерных войск». (12+)
19.40 «Легенды телевидения». (12+)
20.25 «Код доступа». (12+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.40 «ЧУЖИЕ ЗДЕСЬ НЕ ХОДЯТ». (6+)
01.05 «ЖАЖДА». (6+)
02.25 «ДВА ГОДА НАД ПРОПАСТЬЮ». (6+)

ТВУ



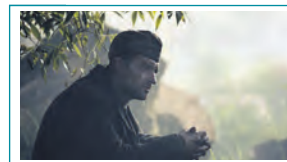
08.40 «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (12+)
10.30 «Клара Лучко и Сергей Лукьянов. Украденное счастье». (12+)
11.30 События
11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
15.15 Неожиданно в жизни Екатерины возникает бывший муж и отец её сына - Родион. Сначала Екатерина не верит, что Родиону угрожает опасность.
16.55 «90-е. Безработные звёзды». (16+)
17.50 События
18.15 «СПЕЦЫ». (16+)
22.00 События
22.35 «10 самых...» (16+)
23.05 «Актёрские драмы. Предательское лицо». (12+)
00.00 События. 25-й час Петровка, 38. (16+)
00.35 «Дикие деньги». (16+)
01.35 «Приговор. Шахро Молодой». (16+)
02.20 «Третий рейх: последние дни». (12+)
03.00 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». (12+)
04.35 «Клара Лучко и Сергей Лукьянов. Украденное счастье». (12+)
05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР

- 06.00 «Активная среда». (12+)
06.25 17.05 02.45 «Пять причин поехать в...» (12+)
06.35 17.20 18.05 «ОСТРОВ НЕУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
08.05 «Гора самоцветов». (0+)
08.20 15.15 «Календарь». (12+)
09.10 16.05 «Врачи». (12+)
09.35 16.35 «Среда обитания». (12+)
10.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 19.00 20.00 22.00 Новости
10.10 22.05 «ДЕТИ АРБАТА». (12+)
11.00 «Вспомнить всё». (12+)
11.10 22.55 «ПРАЗДНИК НЕПТУНА». (12+)
12.10 13.20 20.05 01.00 «ОТражение»
19.20 23.45 «Прав!Да?» (12+)

НТВ



23.45 «СОБИБОР». (12+)

- 04.35 «ПАСЕЧНИК». (16+)
08.00 Сегодня
08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
10.00 Сегодня
10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
13.00 Сегодня
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.00 Сегодня
16.25 ДНК. (16+)
18.30 «БАЛАБОЛ». (16+)
19.00 Сегодня
19.40 «БАЛАБОЛ». (16+)
21.20 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)
23.30 Сегодня
23.45 «СОБИБОР». (12+)
02.00 Место встречи. (16+)
03.45 «СЕМИН. ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)

МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание»
11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
11.50 13.50 15.50 17.40 «Доктор 24». (12+)
12.50 14.45 17.45 «Историс». (12+)
14.50 17.30 «The City». (12+)
14.55 18.55 20.55 22.55 «Что пишут москвичи?» (12+)
16.35 01.30 «ГОСТ». (12+)
18.15 «Интервью». (12+)
18.30 «Жизнь в большом городе». (12+)
19.02 «Москва сегодня». (16+)
19.30 22.25 03.35 «Спорная территория». (12+)
20.30 00.30 «Рейд». (16+)
21.15 23.45 02.45 «Московский патруль». (16+)
21.30 23.15 «Специальный репортаж». (12+)

РОССИЯ К



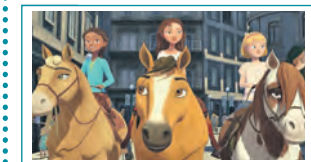
15.45 «2 Верник 2»

- 06.30 07.00 07.30 10.00 15.00 19.30 23.40 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 20.05 «Правила жизни»
07.35 18.40 00.00 «Настоящая война престолов»
08.30 Легенды мирового кино
08.55 16.35 «Юркины РАССВЕТЫ»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 00.50 XX век
12.25 22.15 «ИДИОТ»
13.20 Абсолютный слух
14.05 Линия жизни
15.05 Новости. Подробно
15.20 Моя любовь - Россия! «2 Верник 2»
15.45 Актриса МХТ им. А.П. Чехова Александра Ребенко прежде всего ассоциируется с постановками Константина Богомолова. Именно в его спектаклях она сыграла свои лучшие роли. «Карамазовы», «Мушкетеры. Saga. Часть первая», «Мужья и жены», «Сентрал-парк Вест, New York, 10025»...
17.40 02.00 Зальцбургский фестиваль
19.45 Главная роль
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.50 «Лютики-цветочки «Женитьбы Бальзаминова»
21.35 «Энигма»
23.10 «Проявления Павла Каплевича»
03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «Самое яркое». (16+)
06.30 «Мультфильмы». (6+)
07.30 «ГАЛИНА». (16+)
10.10 10.10 23.10 02.10 03.45 «Тайны кино». (12+)
07.45 02.55 04.30 «Раскрываем тайны звёзд». (12+)
08.30 16.05 «ВЕЧНЫЙ ЗОВ». (12+)
09.40 Это было смешно
11.00 20.00 «ИГРА ВСЕРЬЁЗ». (16+)
13.05 «ЕСТЬ ТАКОЙ ПАРЕНЬ». (12+)
14.50 «МЕЛОДИЯ НА ДВА ГОЛОСА». (12+)
17.20 Звёзды советского экрана
17.55 00.25 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
22.00 «НИКТО НЕ ЗАМЕНИТ ТЕБЯ». (16+)
00.00 «Безымянные дома. Москва Серебряного века». (12+)

СТС



06.15 «Спирит. Дух свободы». (6+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.15 «Спирит. Дух свободы». (6+)
07.00 «Том и Джерри». (0+)
07.35 «Босс-молокосос. Снова в деле». (6+)
08.00 «МИША ПОРТИТ ВСЁ». (16+)
09.00 «ПСИХОЛОГИНИ». (16+)
10.00 Уральские пельмени. (16+)
10.20 «ТРИ ИКС». (16+)
12.40 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
16.55 «РОДКОМ». (16+)
19.00 «МИША ПОРТИТ ВСЁ». (16+)
20.00 «ДИВЕРГЕНТ. ЗА СТЕНОЙ». (12+)
22.20 «ТРИ ИКСА. МИРОВОЕ ГОСПОДСТВО». (16+)
00.20 Русские не смеются. (16+)
01.20 ПРЕМЬЕРА! «ДЕВЯТАЯ ЖИЗНЬ ЛУИ ДРАКСА». (18+)
03.10 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
05.10 «6 кадров». (16+)
05.40 «Лев и заяц». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.55 10.10 23.10 02.10 03.45 «Тайны кино». (12+)
07.45 02.55 04.30 «Раскрываем тайны звёзд». (12+)
08.30 16.05 «ВЕЧНЫЙ ЗОВ». (12+)
09.40 Это было смешно
11.00 20.00 «ИГРА ВСЕРЬЁЗ». (16+)
13.05 «ЕСТЬ ТАКОЙ ПАРЕНЬ». (12+)
14.50 «МЕЛОДИЯ НА ДВА ГОЛОСА». (12+)
17.20 Звёзды советского экрана
17.55 00.25 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
22.00 «НИКТО НЕ ЗАМЕНИТ ТЕБЯ». (16+)
00.00 «Безымянные дома. Москва Серебряного века». (12+)

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 ЗАО «СЕРВИС-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>20.00 «КОМАНДА «А». (16+)</p> <p>05.00 «Документальный проект». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 Засекреченные списки. (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)</p> <p>13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Знаете ли вы, что?» (16+)</p> <p>17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>20.00 «КОМАНДА «А». (16+)</p> <p>22.15 «Смотреть всем!» (16+)</p> <p>00.30 «ИДЕНТИЧНОСТЬ». (16+)</p> <p>04.35 «Военная тайна». (16+)</p>	<p>01.00 «Импровизация». (16+)</p> <p>07.00 «TNT. Gold». (16+)</p> <p>08.00 «Перезагрузка». (16+)</p> <p>08.30 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>10.00 «Бородина против Бузовой». (16+)</p> <p>11.00 «ОЛЬГА». (16+)</p> <p>13.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>21.00 «ГУСАР». (16+)</p> <p>22.00 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>Только здесь звезды шоубиза соревнуются в своей музыкальности, чтобы сделать тебе очень смешно!</p> <p>23.00 «Пятилетие «Stand up». (16+)</p> <p>00.00 «ХБ». (16+)</p> <p>01.00 «Импровизация». (16+)</p> <p>03.00 «TNT-Club». (16+)</p> <p>03.05 «Comedy Баттл». (16+)</p> <p>03.55 «Открытый микрофон». (16+)</p> <p>06.05 «TNT. Best». (16+)</p>	<p>23.00 «ВИКИНГИ». (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>11.15 Вернувшиеся. (16+)</p> <p>12.25 Гадалка. (16+)</p> <p>14.40 Мистические истории. (16+)</p> <p>15.45 Гадалка. (16+)</p> <p>17.25 «Слепая». (16+)</p> <p>18.30 «СЛЕДСТВИЕ ПО Телу». (16+)</p> <p>Отец подростка и малытки-дочки убит в собственном доме. Примерный семьянин, добрый человек... Сперва даже Меган оказывается в тупике. Впрочем, ненадолго...</p> <p>20.30 «МЕНТАЛИСТ». (12+)</p> <p>Калифорнийскому бизнесмену поступают анонимные звонки с угрозами об убийстве. К делу привлекают Джейна и Лисбон...</p> <p>23.00 «ВИКИНГИ». (16+)</p> <p>02.30 «Властиители». (16+)</p> <p>05.30 Охотники за приключениями. Битва за Москву. (16+)</p>	<p>08.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)</p> <p>06.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>06.10 «БРАТАНЫ». (16+)</p> <p>08.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)</p> <p>Подборка топовых видеороликов - самое невероятное, что могло произойти на дороге с водителем или пешеходом.</p> <p>09.30 Дорожные войны 2.0. (16+)</p> <p>Своеобразный хит-парад приключений на дороге, которые, увы, не всегда бывают приятными. Смотрите «Дорожные войны»! Делайте выводы! Лучше быть зрителем, чем участником!</p> <p>11.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>12.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)</p> <p>13.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>14.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)</p> <p>16.30 KVN Best. (16+)</p> <p>18.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>20.30 +100500. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>01.00 «БРАТАНЫ». (16+)</p> <p>02.50 Улётное видео. (16+)</p>	<p>13.50 «Тайны боевых искусств». (16+)</p> <p>06.00, 08.55, 12.00, 13.45, 15.25, 18.15, 21.25 Новости</p> <p>06.05, 12.05, 14.45, 18.20, 21.35, 00.00 Все на Матч!</p> <p>09.00 Профессиональный бокс. (16+)</p> <p>10.00 «В центре событий». (12+)</p> <p>11.00 Еврофутбол. Обзор. (0+)</p> <p>12.45 Смешанные единоборства. (16+)</p> <p>13.50, 05.05 «Тайны боевых искусств». (16+)</p> <p>15.30 «Большой хоккей». (12+)</p> <p>16.00 Биатлон. Кубок мира. Пр.тр.</p> <p>18.55 Хоккей. «Ак Барс» - «Локомотив». КХЛ. Прямая трансляция</p> <p>21.55 Баскетбол. Евролига. Пр.тр.</p> <p>01.05 Биатлон. Кубок мира. (0+)</p> <p>03.05 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (12+)</p>	<p>12.20 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>06.30 «6 кадров». (16+)</p> <p>06.50 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>07.55 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>09.00 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>11.10 «Реальная мистика». (16+)</p> <p>12.20 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>13.25 «Порча». (16+)</p> <p>13.55 «Знахарка». (16+)</p> <p>14.25 «ЦЫГАНКА». (16+)</p> <p>23.30 «ПОДКИДЫШИ». (16+)</p> <p>У Серафимы и Егора Грановских недавно родился сын. У Егора есть дети от первого брака - сын Валерий и дочь Тереза.</p> <p>01.35 «Знахарка». (16+)</p> <p>02.05 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>02.55 «Реальная мистика». (16+)</p> <p>03.50 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>05.30 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>06.20 «6 кадров». (16+)</p>	

КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

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

- Его поставят в паспорт, если будете прописываться или расписываться.
- Граффити по всю стену здания.
- Хранилище, где должен порваться секретарь, прежде чем выдать копию утерянного диплома.
- Последняя среди равных в старой русской азбуке.
- ...занятости населения - государственное учреждение, выполняющее функции по предоставлению государственных услуг в сфере содействия занятости населения.
- Ненасытное «чрево», которым паровоз поглощает уголь.
- Ее можно брать в салон самолета, только если она ручная.
- И «заскок» по ипподрому, и принципиальный футбольный матч между командами одного города или городов-соседей.
- Их недобрал абитуриент-неудачник при поступлении.
- И знаменитый лесковский герой, и Пол Маккартни, и Джими Хендрикс.

Ответы на кроссворд: 1. Штамп. 2. Мура. 3. Архив. 4. Ижика. 5. Центр. 6. Топ-ка. 7. Клад. 8. Дерби. 9. Баллы. 10. Левша.

БЕСПЛАТНЫЙ ВОПРОС ЮРИСТУ

8 (499) 322-05-19

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

ОТВЕТИМ НА ВСЕ ВАШИ ВОПРОСЫ

НОВЫЕ ЗУБЫ ЗА 10 ДНЕЙ

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



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

— А как можно помочь этим пациентам?

— Наша клиника предлагает разнообразие услуги. Во-первых, пародонтальные карманы, которые мучают наших пациентов попаданием пищи и неприятным запахом, лечим итальянским лазером без боли в одно посещение. Также проводим инновационную процедуру ПЛАЗМОЛИФТИНГА для укрепления кости и десны. Сейчас на эти процедуры идет АКЦИЯ — СКИДКА 50%*. Во-вторых, подвижные зубы шинируем стекловолоконными нитями, что позволяет продлить жизнь даже безнадежным зубам. В-третьих, делаем виниры, не требующие обточки, которые закрывают все дефекты, в том числе

и оголенные шейки, и устраняют чувствительность зубов. В-четвертых, для пациентов, у которых уже есть отсутствующие зубы, проводим установку имплантатов абсолютно безболезненно за 1 час. Причем парадонтит — не противопоказание, ведь наши пациенты проходят специальный курс лечения у врача пародонтолога на швейцарских аппаратах. А для самых требовательных пациентов мы предлагаем щадящее исправление прикуса элайнерами, лечение под микроскопом, а также пломбы будущего из сверх прочной керамики! Кроме этого, в клинике «Верастом» проводится ранняя диагностика рака полости рта на специальном аппарате. Приглашаем всех пройти бесплатную консультацию с дентальной камерой!

УСИЛЕННЫЕ МЕРЫ САНИТАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ! АНТИСЕПТИКИ И МАСКИ В ПОДАРОК!



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

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

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000
05.00 «ПОВЕЛИТЕЛЬ СТИХИЙ». (6+)
07.10 «КАПИТАН КРЮК». (12+)

TV 1000 РУССКОЕ КИНО
05.30 «СПАРТА». (16+)
06.55 «МАТИЛЬДА». (16+)

ДОМ КИНО
05.45 Золотая коллекция киностудии Горького. «И СНОВА АНИСКИН». (12+)

SONY CHANNEL
06.00, 10.10, 16.40 Правила моей пекарни. (16+)

ИЛЛЮЗИОН+
01.20 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
02.30 «ФАРТ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ
00.55 «СКАМЕЙКА ЗАПАСНЫХ». (16+)

РОДНОЕ КИНО
00.35 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». (12+)

СУПЕР
05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС+КИНО
08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ».

СТС LOVE
06.00 Ералаш. (0+) Детский юмористический киножурнал.

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

УСАДЬБА
10.25 Вокруг сыра. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА
08.05, 20.05 Охота в Новом Свете. (16+)

ЖИВИ!
00.00, 13.30 POPSUGAR. Классная тренировка. (6+)

ANIMAL PLANET
06.00 Адская кошка. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00 «СВИНАРКА И ПАСТУХ». (6+)

ПЯТНИЦА
05.00 Орел и решка. Перезагрузка. (16+)

Ю
05.35 Папа попал. (12+)

ПОБЕДА
05.30 «Путь к Победе». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
00.00 Час истины. (12+)

VIASAT HISTORY
06.15, 07.05 Расшифрованные сокровища. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC
06.00, 06.35 Инстинкт выживания. (16+)

Discovery
06.00 Спасатели-тяжеловесы. (12+)

Discovery CHANNEL
06.00 Оденся к свадьбе. (12+)

TLC
06.00 Оденся к свадьбе. (12+)

TLC
06.00 Оденся к свадьбе. (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000
05.00 «СЕДЬМОЙ СЫН». (16+)
07.10 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (16+)

ДОМ КИНО
05.45 Золотая коллекция киностудии Горького. «И СНОВА АНИСКИН». (12+)

SONY CHANNEL
06.00, 10.05, 16.50 Правила моей пекарни. (16+)

МИР
05.00 «СЕМЕРО СМЕЛЫХ». (12+)
05.50 «ПРИЗРАК В КРИВОМ ЗЕРКАЛЕ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+
01.30 «КЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ
01.00 «АС». (16+)
02.50 «ЧЕРНЫЙ РЫЦАРЬ». (12+)

РОДНОЕ КИНО
00.25 «КОГДА Я СТАНУ ВЕЛИКАНОМ». (6+)

ПЯТНИЦА
05.00 Орел и решка. Перезагрузка. (16+)

СУПЕР
05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

СТС LOVE
06.00 Ералаш. (0+)

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

Ю
05.40 Папа попал. (12+)

УСАДЬБА
10.10 Да здравствует мыло душистое! (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА
08.45 Энциклопедия рыбалки. (12+)

ЖИВИ!
00.00, 13.30 POPSUGAR. Классная тренировка. (6+)

ANIMAL PLANET
06.00 Адская кошка. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА
05.00 Орел и решка. Перезагрузка. (16+)

ПОБЕДА
05.30 «Путь к Победе». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
00.00 Час истины. (12+)

VIASAT HISTORY
06.20, 07.10 Расшифрованные сокровища. (12+)

DISCOVERY CHANNEL
06.00 Спасатели-тяжеловесы. (12+)

TLC
06.00 Оденся к свадьбе. (12+)

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

REN	TNT	ТВ-3	че!	МТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>19.25 «ДЭДПУЛ-2». (16+)</p> <p>05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>06.35 «КАРАТЭ-ПАЦАН». (12+)</p> <p>09.05 «Минтранс». (16+)</p> <p>10.10 «Самая полезная программа». (16+)</p> <p>11.15 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</p> <p>13.15 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>14.15 Документальный спецпроект. (16+)</p> <p>15.20 Засекреченные списки. (16+)</p> <p>17.20 «ГЕОШТОРМ». (16+)</p> <p>19.25 «ДЭДПУЛ-2». (16+)</p> <p>США, 2018 г. Фантастический боевик. В ролях: Райан Рейнольдс, Джош Бролин, Морена Баккарин, Джулиан Деннисон. Остроумный болтун, кровожадный наемник Дэдпул возвращается!</p> <p>21.45 «НА КРЮЧКЕ». (16+)</p> <p>00.05 «ВАВИЛОН НАШЕЙ ЭРЫ». (16+)</p> <p>01.55 «ПАРНИ СО СТВОЛАМИ». (16+)</p> <p>03.40 «Тайны Чапман». (16+)</p>	<p>00.00 «ВЗРЫВНАЯ БЛОНДИНКА». (18+)</p> <p>07.00 «TNT Music». (16+)</p> <p>07.30 «TNT. Gold». (16+)</p> <p>08.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>09.30 «Битва дизайнеров». (16+)</p> <p>11.30 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>12.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>22.00 «Секрет». (16+)</p> <p>Зачем жить годами, ничего не зная друг о друге, когда можно сразу раскрыть самые сокровенные тайны и спокойно строить отношения? В романтическом шоу «Секрет» отношения начинаются с самой жесткой правды!</p> <p>23.00 «Женский стендап». (16+)</p> <p>00.00 «ВЗРЫВНАЯ БЛОНДИНКА». (18+)</p> <p>02.20 «TNT Music». (16+)</p> <p>02.45 «Импровизация». (16+)</p> <p>04.20 «Comedy Баттл». (16+)</p> <p>05.10 «Открытый микрофон». (16+)</p> <p>06.00 «TNT. Best». (16+)</p>	<p>03.15 «Городские легенды». (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.00 Рисуем сказки. (0+)</p> <p>09.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>10.30 «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ». (16+)</p> <p>12.30 «БАГРОВЫЕ РЕКИ». (16+)</p> <p>14.45 «СРЕДЬ БЕЛА ДНЯ». (16+)</p> <p>16.45 «ПАССАЖИР». (16+)</p> <p>19.00 «Я, АЛЕКС КРОСС». (16+)</p> <p>США, Франция, 2012 г. Боевик. В ролях: Тайлер Перри, Мэттью Фокс, Эдвард Бёрнс. До смерти замучена женщина по имени Фань Яо - одна из руководства межконтинентальной корпорации «Мерсье корпорайшен».</p> <p>21.00 «СМЕРТЕЛЬНАЯ ГОНКА». (16+)</p> <p>23.00 «ИМПЕРИЯ ВОЛКОВ». (16+)</p> <p>01.30 «САБОТАЖ». (18+)</p> <p>03.15 «Городские легенды». (16+)</p> <p>04.45 «Тайные знаки». (16+)</p>	<p>06.00 Каламбур. (16+)</p> <p>06.50 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)</p> <p>Россия, 2011-2016 гг. Лирическая комедия. В ролях: Александр Якин, Наталья Земцова, Александр Половцев. Эта история началась ещё в 1986 году. Уже шла перестройка, но Советский Союз ещё не распался. Это было время, когда не было интернета, гипермаркетов и даже мобильных телефонов, но зато воду пили из-под крана, в Москве не было пробок...</p> <p>12.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)</p> <p>12.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>13.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)</p> <p>14.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)</p> <p>16.30 КВН Best. (16+)</p> <p>18.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>20.30 +100500. (16+)</p> <p>00.00 «КЛОНДАЙК». (16+)</p> <p>02.45 Каламбур. (16+)</p> <p>03.00 Улётное видео. (16+)</p>	<p>14.50 Биатлон. Кубок мира</p> <p>06.00 Профессиональный бокс. (16+)</p> <p>07.00, 08.55, 11.30, 14.15, 16.20, 18.55, 22.00 Новости</p> <p>07.05, 11.35, 14.20, 16.25, 19.00, 22.10, 01.00 Все на Матч!</p> <p>09.00 «В гостях у лета». (0+)</p> <p>09.20 «Первый автограф». (0+)</p> <p>09.30 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В ДЖУНГЛИ». (12+)</p> <p>12.20 Лыжный спорт. Кубок мира. Пр.тр.</p> <p>13.20 Лыжные гонки. (0+)</p> <p>14.50, 16.45 Биатлон. Кубок мира. Пр.тр.</p> <p>19.55 Футбол. «Милан» - «Аталанта». Пр.тр.</p> <p>22.55 Футбол. «Монако» - «Марсель». Чемпионат Франции. Пр.тр.</p> <p>02.00 Шорт-трек. (0+)</p> <p>03.00 Конькобежный спорт. Кубок мира. (0+)</p> <p>04.00 Бобслей и скелетон. Кубок мира. (0+)</p>	<p>05.20 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)</p> <p>06.30 «6 кадров». (16+)</p> <p>06.35 «Порча». (16+)</p> <p>08.35 «ЖЕНСКАЯ ИНТУИЦИЯ». (16+)</p> <p>11.05 «ТРИ СЕСТРЫ». (16+)</p> <p>Украина, 2020 г. Мелодрама. В ролях: Екатерина Астахова, Натали Старынкевич, Ирина Новак, Игорь Рубашкин. Праздник в семейном особняке Кравченко оборачивается страшной трагедией - вспыхивает пожар, в котором погибает ребенок. Официальное следствие придерживается версии несчастного случая. Этот вывод устраивает всех...</p> <p>19.00 «ЛЮБОВЬ ПРОТИВ СУДЬБЫ». (16+)</p> <p>21.55 «НУЛЕВОЙ ЦИКЛ». (16+)</p> <p>23.55 «ТРИ СЕСТРЫ». (16+)</p> <p>03.25 «ЖЕНСКАЯ ИНТУИЦИЯ». (16+)</p> <p>05.20 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)</p> <p>06.10 «6 кадров». (16+)</p>

ТРИ ДОРОГИ

Все слова в этом кроссворде длиной не меньше трёх букв.

По горизонтали:
1. Происки с целью подложить свинью.
20. «Белый брат» бурого мишки.
21. Процесс привлечения «солдат удачи».
24. «Побритый налысо» американский гриф.

Слева-вниз-направо:
2. На такой площадке дерутся спортсмены в перчатках.
3. Былинный Муромец.
4. Главарь тандема Лелик-Козодоев из фильма «Бриллиантовая рука».
6. Бывает и, трёхзвёздочный, и пятизвёздочный.
8. Форма, вид, разновидность - например, продукции.
10. Одна из самых распространённых кличек кошек.
13. Сплав для починки кастрюль.
14. «Гарри Поттер и ... Огня» - история о том, как юный волшебник принял участие в турнире чемпионов: сразился с драконом, провел час под водой и прошел лабиринт.
16. «Черный ход» для лисы в курятнике.
18. Орудие для обмолота.
23. «Петля» Батя на шее Руси.

Справа-вниз-налево:
1. Его дикий предок жил в Африке, а азиатского сородича - кулана - так и не удалось одомашнить.
2. У кошки четыре ноги, позади у нее длинный хвост, но трогать ее моги за ее малый ...» (песенка из фильма «Республика ШКИД»).
5. «Звездные дневники Ийона Тихого» (автор).
7. Сухофрукт, называемый «хлебом пустыни».
9. «Нарастающий ... голосов».
11. Крупа из нераздробленных зерен гречихи.
12. «Рать» под командованием юного Гайдара.
15. Стихотворная стопа.
17. У Бунина они окаянные, у Булгакова - Турбиных, а Керенский издавал газету с таким названием.
19. От него немало прока - измеряет силу тока.
22. Доктор из «Остина Пауэрса».

Ответы по горизонтали:
 1. Интриги. 2. Фантом. 3. Звезда. 4. Тандем. 5. Дневник. 6. Звезда. 7. Хлеб. 8. Форма. 9. Голос. 10. Кошка. 11. Крупа. 12. Рать. 13. Сплав. 14. Гарри Поттер и ... Огня. 15. Турбина. 16. Черный ход. 17. Стихотворная стопа. 18. Молот. 19. Керенский. 20. Белый брат. 21. Привлечение. 22. Доктор. 23. Петля. 24. Гриф.

СТОМАТОЛОГИЯ «ДЕНТО-ЛЮКС»

www.dento-lux.ru

ВЕСЬ СПЕКТР УСЛУГ

Нам 15 лет

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

ЦЕНЫ ДЛЯ ПРЕДЪЯВИТЕЛЯ КУПОНА:

- Консультация, диагностика, составление комплексного плана лечения**бесплатно**
- Пломба (светотверждаемая, пр-ва США) от 500 р.
- Металлокерамическая коронка (ед.) 3500 **2 900 р.**
- Съемный протез (отеч.) 8-500 **7 500 р.**
- Безметалловая коронка, **ВИНИР** 16-000 **7 900 р.**
- Установка импланта 24-000 **18 000 р.**
- Панорамный рентген 470 **400 р.**
- Компьютерная томография зубов 3D 2500 **1500 р.**
- Отбеливание Zoom 4 (ZOOM - White Speed) 21-000 **17 850 р.**

*Акция действительна до 31.01.21. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефону у администраторов клиник.

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ!
 Скидки действуют при оплате наличными!

м. «Медведково», ул. Тихомирова, д. 1, (495) 656-956-1, 656-96-85
 м. «Медведково», Студёный пр., 14, (495) 656-94-42, 656-94-27
 м. «ВДНХ», Ярославское ш., д. 6, корп. 1, (495) 656-13-13, (499) 183-19-19

ООО «Денто-Люкс» Лиц. № ЛО-77-01-017255; № ЛО-77-01-005014. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

СПОРТ

Матчи Страна, Eurosport II, Eurosport 1. 06.00, 19.40 Волейбол. Чемпионат России «Суперлига Париматч». (0+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

MULTI, МУЛЬТ, Disney, КАНАЛ DISNEY, карусель, КАРУСЕЛЬ. 06.00, 14.00 «Смешарики». (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ, МУЗ. 05.00 Золотая лихорадка. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС. 05.00, 23.55 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

24 января Неделя 33-я по Пятидесятнице, по Богоявлению. Глас 8. Прп. Феодосия Великого, общих житий начальника.

ВЕРА СВЕТЛОЕ РАДИО. Анапа 105,9 FM, Высший Водочек 104,5 FM

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...покайтесь, ибо приблизилось Царство Небесное»

Услышав же Иисус, что Иоанн отдан под стражу, удалился в Галилею и, оставив Назарет, пришел и поселился в Капернауме приморском...



Этот отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах 24 января, в воскресенье.



Комментирует протоиерей Павел Великанов

Евангелист Матфей рассказывает нам об одном интересном эпизоде из жизни Христа Спасителя. Закончено сорокадневное искушение в пустыне...

ДОРОГА К ХРАМУ

Вопросы о Крещении

«Кто не родится от воды и Духа, не может войти в Царствие Божие». Под этими словами Священного Писания традиционно понимается таинство крещения...

ЗАЧЕМ КРЕСТИЛСЯ БЕЗГРЕШНЫЙ СПАСИТЕЛЬ?

Зачем крестился Спаситель, ведь даже Иоанн Креститель сказал, что ему надо от Христа креститься? Света Петрова

по повелению Спасителя: «идите научите все народы, крестяще их во имя Отца, и Сына, и Святого Духа...». Поэтому сказано в молитве «Символ веры»:

Иисус Христос в Своем крещении берет на себя грехи всего человечества...

СИЛЬНЕЕ ЛИ СВЯТАЯ ВОДА ОТ СЕМИ ЦЕРКВЕЙ?

Слышала такое, что святая вода будет самой сильной, если набрать её от семи церквей в Крещение. Важно ли набрать её в первой половине дня, или можно за день? Ирина Александрова

Иисус Христос в Своем крещении берет на себя грехи всего человечества. Он, безгрешный, уравнивает Себя с последними грешниками, принимает на Себя все наши слабости и грехи, смиряется как никто другой...

Это суеверие. Благотворная сила крещенской воды, которая освящается в праздник Богоявления во всех православных храмах, одинакова. От соединения воды от семи храмов ничего не прибавляется.

Фото предоставлено радио «Вера»

