



Большая и удобная ТВ-программа для Санкт-Петербурга и Ленинградской области

№16
(264)

ТВ-программа с 24 по 30 апреля 2023 года

ТЕЛЕЛЕК

35
КАНАЛОВ
ТВ

**ПЕЧЁМ ПИРОГИ
ПО СТАРИННЫМ
РЕЦЕПТАМ**

стр. 10

**НАРАЩИВАНИЕ
НОГТЕЙ:
ГЕЛЬ ИЛИ АКРИЛ?**

стр. 9

**ЕЛЕНА
ВАЛЮШКИНА**
**Я НАХОЖУСЬ В ГАРМОНИИ
С ТЕМ, ЧТО ИГРАЮ**

стр. 6

**КАКИЕ
ВЫБРАТЬ
КОЛГОТКИ**

стр. 30

**БЕГОМ
ОТ ЛИШНЕГО ВЕСА**

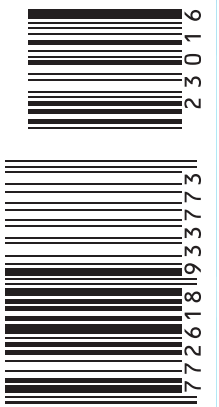
стр. 7

**КОГО ЖДЁТ
СЧАСТЬЕ
В НОВОМ БРАКЕ?**

стр. 4

Фото из личного архива Елены Валюшкиной

ISSN 2618-933X



9 1772618 1933773 23016

12+

LEOMAX

Оформи заказ по телефону:
8 (800) 500-18-45 и получи ПОДАРОК*!

Скидки на ТВ-ХИТЫ до -60%


Икона-медальон «Матрона Московская»
лот 68901-04 ~~999~~ **699.-**

Икона-медальон украшена 36 кристаллами. Размер иконы-медальона: 2,4×2,8 см. Длина цепи: 50 см + 5 см (доп. звенья).
Материал: сплав драгоценных металлов, гальваническое покрытие розовым золотом. Магнитный фиксатор. Упаковка: бархатный мешочек.



Складные очки «Фокус Плюс»
лот 43063 ~~1499~~ **599.-**

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



Подарочный набор «Для самой красивой», 7 пр.
лот 402519-01 ~~3499~~ **2299.-** 7 пр.

- Отличный подарок в красивой упаковке:
- Гель для душа «Лаванда Крыма», 300 мл;**
- Лосьон для тела «Роза Крыма», 300 мл;**
- Талассо-скраб для тела с грецким орехом, 200 мл;**
- Шампунь для всех типов волос «Лаванда Крыма», 300 мл;**
- Бальзам для всех типов волос «Лаванда Крыма», 300 мл;**
- Шампунь для всех типов волос «Роза Крыма», 50 мл;**
- Бальзам для всех типов волос «Роза Крыма», 50 мл.**



Велотренажер «Кардио»
лот 401808 ~~3999~~ **1999.-**

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

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



Комплект тройка «Очаровательный вечер»
лот 309188 ~~3299~~ **1999.-**

Комплект-тройка для дома, отдыха и сна. Материал: 100% хлопок. В комплекте: кардиган с поясом + топ + брюки.

до 68-го размера Пудровый



Куртка стеганая с планкой
лот 303846 ~~8999~~ **2999.-** до 62-го размера Бежевый

- Застегивается на молнию и на кнопки.
- Непропускаемая ткань.
- Функциональные карманы.

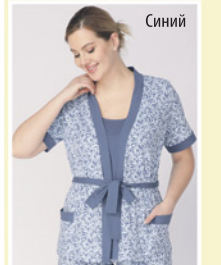
Материал: 50% вискоза, 50% ПЭ. Размер: 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62. Длина по спинке для 50-го размера: 71 см. Цвет: бежевый, темно-синий.



Топ
Размер: 50-52, 54-56, 58-60, 62-64, 66-68. Цвет: синий, пудровый.



Синий



Косынка шерстяная «Дакота»
лот 308398 ~~1999~~ **999.-**

- Шерстяная косынка треугольной формы с этническим узором защитит от холода и ветра.
- Материал: 75% шерсть, 25% вискоза.
- Размер: 118×175 см (диагональ).

Бежевый



Палантин шерстяной «Мягкая роскошь»
лот 309054 ~~2499~~ **1299.-**

- Мягкий, теплый и уютный.
- Натуральная шерсть в составе.
- Практичный размер.

Состав: 70% шерсть, 20% хлопок, 10% ПЭ. Размер: 180×71 см.

Темно-серый Кремовый



Шиньон «Интрига» лот 69545 ~~999~~ **599.-**

- Изготовлен из искусственных волос с эффектом легкого мелирования.
- Можно мыть шампунем и сушить феном.

Материал: канекалон. Объем пучка: 6 см.

До После

Блонд Шатен Темный каштан Темно-коричневый



«Браслет здоровья»
лот 44663 ~~2999~~ **1999.-**

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



Корректор осанки «Здоровая спина» Встроенные магниты
лот 400573 ~~1999~~ **999.-**

- Эффективный способ сформировать правильную осанку.
- 10 магнитов вдоль позвоночника улучшают кровообращение и питание тканей.

Размеры по обхвату талии, см: 60-90 (1), 80-110 (2), 100-130 (3). Материал: неопрен. Цвет: черный, бежевый.

Черный



Махровое полотенце «Полет бабочек»
от ~~999~~ **499.-**

лот 102363 Голубой (45×90 см, 70×130 см), фиолетовый (70×130 см), ванильный (70×130 см), какао (70×130 см).

лот 102571 Ванильный (30×60 см), какао (30×60 см, 45×90 см). Материал: 100% хлопок. В комплекте: 1 шт. Размер и цвет укажите при заказе.

Декор «Бабочки»



Костюм «Ирина» Бордовый
лот 35807 ~~3999~~ **2999.-** до 60-го размера

Материал: бархат (60% вискоза, 30% ПЭ, 10% эластан). Размер: 50, 52, 54, 56, 58, 60. Длина куртки по спинке для 50 р: 64 см. Длина брюк по внутреннему шву для 50 р: 78 см, глубина посадки: 30 см. Цвет: черный, синий, «Морская волна», бордовый.



Духи «Быть может... Париж»
лот 400248-03 ~~999~~ **499.-**

- Первый и самый популярный аромат в коллекции – «Быть может... Париж».
- Роскошный и соблазнительный, идеально подходит для торжественных выходов.
- Верхние ноты: сандал, ладан.
- Базовые ноты: гардения, жасмин, роза.
- Ноты шлейфа: древесный мох.
- Объем: 10 мл.



Чудо-мазь «Маули», 2 шт.
лот 402634-01 СОГРЕВАЮЩАЯ лот 402633-01 ОХЛАЖДАЮЩАЯ ~~1799~~ **1199.-** ×2

- Уникальный состав из 20 трав.
- Мазь с охлаждающим эффектом может помочь облегчить симптомы при отечности и болях в ногах.
- Мазь с согревающим эффектом может помочь облегчить симптомы при болях в области спины, поясницы, суставов.
- В комплекте: 2 одинаковые банки по 500 мл.



Комплект подушек «Пышные формы», 2 шт.
лот 103258 ~~2499~~ **999.-** 2 шт.

Бирюзовый Серый Бежевый

Материал: 100% ПЭ. Размер: 50×70 см. В комплекте: 2 шт.



Наколенник «Двигайся легко»
лот 45295 ~~1999~~ **999.-** ×2

- Уменьшает нагрузку на сустав.
- Не нарушает кровоток.
- Фиксирует сустав при сгибании и разгибании ноги.
- Незаметен под одеждой.

Материал: 68% нейлон, 32% спандекс. Высота: 28 см. Размер универсальный. Максимальный обхват ноги до 50 см.



Фиксатор голеностопа «Легкий шаг», 2-й в ПОДАРОК!
лот 46869 ~~1999~~ **999.-** ×2

- Фиксирует и снижает нагрузку.
- Компрессионный эффект.
- Материал: нейлон, спандекс, латекс.
- Размер: универсальный. Высота: 22,5 см. Обхват: 24 см (в нерастянутом виде).



Вальгусный корректор «Вальгус Стоп»
лот 91966 ~~999~~ **799.-** 2 шт.

- Внутри – алюминиевая пластина, плотно прилегает к стопе и фиксирует большой палец в правильном положении.
- Угол наклона сустава можно регулировать застежками «велкро».
- Материал: 100% ПЭ, алюминий.
- Размер: 24,5×13,5 см.
- В комплекте: 2 корректора (левый, правый).



Усилитель звука «Чуткий слух»
лот 402930 ~~1499~~ **999.-**

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



Специальные носки без резинки «Комфорт», 2 пары + 2 пары в ПОДАРОК!
лот 45988 ~~999~~ **699.-**

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

Синий + Черный Светло-серый + Черный



Простыня на резинке
лот 27839 от ~~1899~~ **1299.-**

Белый, оливковый, персиковый

лот 16558 Мятный, розовый, желтый, кофейный, синий

Материал: 100% хлопок. Размер: 90×200 см, 140×200 см, 160×200 см, 180×200 см, 200×200 см.

Надежная фиксация

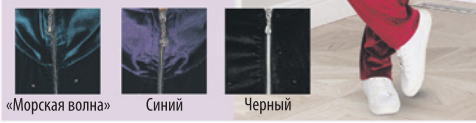


Брюки на резинке «Стрелочка»
лот 305634 ~~2699~~ **1499.-** до 60-го размера

Материал: 90% ПЭ, 10% спандекс. Размер: 50, 52, 54, 56, 58, 60. Длина по внутреннему шву для 50-го размера: 74 см. Глубина посадки: 30 см. Цвет: изумрудный, темно-синий, черный, фиолетовый, бордовый.

«Морская волна» Синий Черный

Пояс на резинке



Наматрасник непромокаемый
лот 103314 от ~~1599~~ **999.-**

- Защищает от влаги и грязи.
- Дышащий верхний слой, непромокаемый нижний.
- Для матрасов высотой до 30 см.
- Материал: махра, полиуретановая мембрана (80% хлопок, 20% ПЭ).
- Размер: 90×200 см, 120×200 см, 140×200 см, 160×200 см, 180×200 см.
- В комплекте: 1 шт.

Резинка по периметру



Кроссовки «Бриз» лот 47344 ~~1999~~ **1490.-** до 44-го размера

Материал: 100% ПЭ (верх), полиуретан (подшва). Полнота: 8. Размер: 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44. Маломерят на размер.

Бордо Индиго Серый Черный Белый



Чудо-трость
лот 40814 ~~2999~~ **1999.-**

- Устойчивое основание.
- Удобный фонарик на ручке.
- Трость складывается.
- Высота регулируется.

Встроенный фонарик работает от 4 батареек типа LR44. Материал: металл, пластик, резина. Высота: от 88 до 98 см.

Фонарик Компактно складывается Устойчивое основание



***ВАШ ПОДАРОК: *при заказе от 1000 р. на выбор: *при заказе от 3999 р.**

1. Мужской одеколон, 85 мл

2. Щипцы маникюрные

Сумка кросс-боди «Харизма», натуральная кожа



ОРИГИНАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО. ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК! ДОСТАВКА ПО ВСЕЙ ТЕРРИТОРИИ РОССИИ!
* При одновременном заказе на сумму от 1000 рублей без почтового сбора. Все цены указаны в рублях. Бесплатная доставка при оплате картой. Информацию об организаторе, правилах, сроках проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора по тел.: 8 (800) 500-18-45. Предложение действительно до 31.07.2023. Продавец: ООО «ЕВРОШОП». ОГРН 1097746479270, 115088, г. Москва, ул. Шарикоподшипниковская, д. 13, стр. 62. Сайт: leomax.ru. E-mail: catalog@leomax.ru. Получить наш бесплатный каталог вы можете, позвонив по номеру телефона (круглосуточно, звонки бесплатные по всей территории РФ):

8 (800) 500-18-45

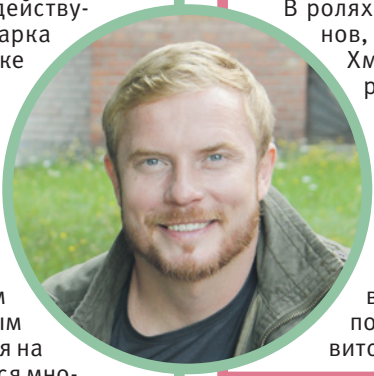
Антон Пампушный подружился с Рэмбо

23 апреля телеканал РЕН ТВ покажет первые восемь серий уникального 16-серийного проекта «Рэмбо». Сериал произведен «Студией 2В». В центре сюжета – работа экспериментального кинологического отряда СОБРА, главным действующим лицом которого является овчарка Рэм (которую «играет» пес по кличке Барт).

По сюжету в специализированный кинологический отряд СОБР приходит новый сотрудник Стас Дёмин – майор спецназа ГРУ с богатым опытом боевых действий в горячих точках. Там он встречает своего боевого товарища Макса Купцова, который знакомит его с напарником – самым главным сотрудником отряда – боевым псом по кличке Рэмбо (Рэм). Несмотря на отличную подготовку, Стасу приходится многому научиться на новом месте службы и вместе с четвероногим другом Рэмом пройти через самые опасные испытания.

– То, что делает на площадке Барт, – это космос, магия! – поделился впечатлениями исполнитель главной роли Антон Пампушный. – Это самый уникальный партнер, который у меня был. У него в глазах столько интеллекта! Стараюсь ему соответствовать. Хочется наладить с ним более близкий контакт – мы же в сериале лучшие друзья!

Фото предоставлено телеканалом РЕН ТВ



«Дорога к счастью» расскажет историю о любви и покаянии

На телеканале «Россия» 19 апреля состоится премьера многосерийной драмы «Дорога к счастью».

В ролях: Анна Мельникова, Илья Шакунов, Валентина Панина, Алёна Хмельницкая, Сергей Горобченко, Евгений Сидихин и другие.

Аня Калинина (Анна Мельникова) с детства мечтает стать врачом. А пока готовится к по-

ступлению в институт, подрабатывает на почте и... впервые влюбляется по-настоящему. Но череда трагических событий нарушает ее планы.

– Мне очень понравилась эта история – в ней нет фальши, – рассказала режиссер сериала Елена Цыплакова. – Да, это мелодрама, трогательная, но очень непростая, местами даже жесткая. Но самое главное – это нравственная история. Даже самые отрицательные персонажи приходят к покаянию, к осознанию своих поступков и ошибок.

Работа над многосерийным фильмом растянулась на два года, чтобы показать все четыре времена года: весну с цветущей сиренью, лето с трепещущим от зноя воздухом, пестрые краски золотой осени и искрящуюся снежную зиму.

Фото телеканала «Россия»



«ДНК» отмечает юбилей

Социальное ток-шоу «ДНК» отмечает небольшой юбилей: вот уже пять лет программа выходит в эфир телеканала НТВ. За это время передача провела больше 1,5 тыс. генетических экспертиз, сотни людей смогли установить своих биологических родителей и соединиться с родными людьми. Обрести друг друга участникам помогают ведущая Анна Казючиц и эксперт – специалист судебной медицины Юлия Сиверцова.

– Я посчитала, что за эти годы более 700 раз сказала фразу: «Я вскрываю конверт!», – рассказывает Юлия. – И я бесконечно благодарна тем, кто поверил в меня и дал возможность заниматься своим делом с большой пользой для людей!

Евгений Миронов представил «Жанну»

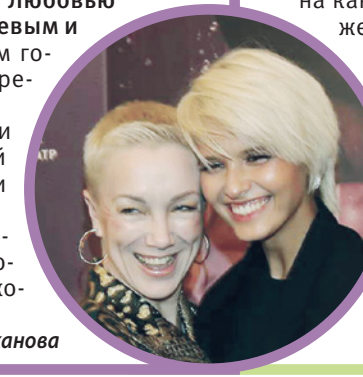
На Первом канале – премьера фильма «Жанна». Главная героиня – богатая женщина, которая прошла через нищету, а теперь у нее есть своя сеть магазинов, большой дом и молодой возлюбленный Андрей. Все складывается идеально – ровно до того момента, пока Андрей не объявляет Жанне, что уходит к другой девушке, которая ждет от него ребенка.

Роли в фильме играют Ксения Раппопорт, Александр Новин, Евгений Миронов, Таисия Вилкова и другие. В основу сценария легла пьеса Ярославы Пулинович, которая с большим успехом шла в Театре Наций.

Одну из ролей в фильме сыграл Евгений Миронов, который также является и продюсером этого проекта.

– «Жанна» совершенно не похожа ни на какие другие сюжеты об успешных женщинах, – рассказывает Евгений Миронов. – С одной стороны, это социальная драма, с другой – это уже какой-то эпический жанр. В конце зритель видит образ женщины, находящейся в состоянии постоянной борьбы: в молодости – за существование, в 90-х – за свой бизнес, а потом, уже в финале, уже в наше время – за свое личное счастье.

Фото Вадима Тарканова



Дима Масленников снова составит «Чёрный список»

На телеканале «Пятница!» стартует новый сезон одной из самых рейтинговых передач – «Чёрный список». Ее ведущим остался Дима Масленников. Он снова будет рассказывать, как не попасться на уловки мошенников и как разные представители сферы услуг могут обманывать своих клиентов.

В новых выпусках Дима проверит монтажников кондиционеров, службы дезинфекции, специалистов по ремонту автомобилей. И особое внимание будет уделено нетрадиционной медицине.

– Наша задача – приучить людей быть внимательными, – делится идеей проекта Масленников. – Порой мы пользуемся какими-то услугами – и совершенно не контролируем их исполнение, потому что уверены, что оплата деньгами, особенно большими, – гарант качественного выполнения. К сожалению, это не всегда так. Искренне верю, что «Черный список» влияет на уменьшение числа непрофессионалов на рынке.

Фото пресс-службы телеканала «Пятница!»



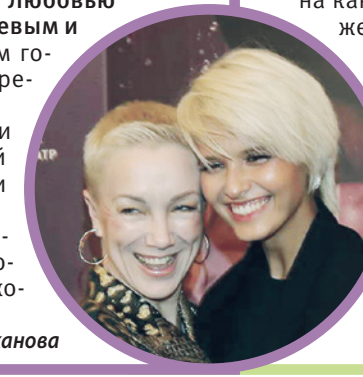
Любовь Аксёнова изменила имидж

В Москве в кинотеатре «Художественный» прошла презентация сериала «Жить жизнь» с Любовью Аксёновой, Дарьей Мороз, Романом Васильевым и Юрием Чурсиным в главных ролях. Первым гостям фильм представляли актеры вместе с режиссером Артёмом Аксененко.

В основу сериала лег бестселлер писателя и бизнес-аналитика Анны Богинской, который исследует тему манипуляций и зависимости от них.

На презентации невозможно было не заметить, как изменила стиль Любовь Аксёнова. Молодая актриса перекрасилась в блондинку и коротко подстригла волосы.

Фото Вадима Тарканова



СЕКРЕТ УСПЕХА

Идеальный сотрудник: какой он?

Давайте попытаемся найти основные черты идеального работника, с которыми сможет согласиться каждый (или почти каждый) руководитель.



Делай хорошо или не делай совсем

Каким бы большим ни был опыт сотрудника, сколько бы знаний, умений и навыков он ни демонстрировал, важно, чтобы дело, за которое он брался, было доделано вовремя и выполнено качественно.

Командный игрок

Даже если сотрудник грамотный и перспективный, важно, чтобы он умел работать в команде. Насколько хорошо он умеет это делать, настолько хорошо будет налажена коммуникация между ним и остальными участниками процесса.

Спокойствие в приоритете

Все чаще возникает необходимость сохранять спокойствие и самообладание в стрессовых ситуациях. Обычно это связано со спецификой организации. В одной организации рабочий процесс происходит в условиях многозадачности, в другой – под давлением клиентов или руководителя, в третьей – постоянные дедлайны не дают спокойно дышать... И только тот, кто сохранит хладнокровие и острый ум, продолжит решать рабочие вопросы без нервных срывов и появления заболеваний.

Умение брать на себя ответственность

Далеко не каждый сотрудник готов брать ответственность за свои решения, ведь гораздо проще ее переложить на другого (особенно, если ситуация для этого подходящая). Тот, кто готов ответить за результаты своих действий, будет определенно перспективнее.

Первый семейный опыт не всегда бывает удачным. Но не это самое печальное.

Куда хуже, если расставание с первым мужем становится для женщины настолько болезненным, что она еще несколько лет не может даже думать о других отношениях. Научиться вновь доверять противоположному полу сложно, но со временем раны затягиваются, и опять хочется услышать марш Мендельсона. Чтобы все получилось, нужно распрощаться с вредными стереотипами.

«Я теперь никому не нужна»

1 После развода многие женщины ставят на себе крест, особенно если остались с ребенком на руках. Такое отношение к своей персоне не подарит вам желанного счастья.

Для начала стоит позволить себе пожить немного для себя и ребенка, успокоиться, обрести утраченную гармонию в душе. Главное – оставить в прошлом старые обиды и неудачные отношения. А когда душевное равновесие будет восстановлено, вспомните: по данным социологов, большинство мужчин рассматривают женщин за 35 с детьми положительно. Поэтому – долой самокопание и апатию, у вас все будет хорошо! Как показывает практика, счастье улыбается тем, кто настроен оптимистично. Главное – выбрать правильную стратегию поведения...

Уж замуж невтерпёж... Опять?



«Думая о новых отношениях, я предаю ребёнка»

2 Порой женщины сознательно отказываются от поисков личного счастья, полностью посвящая себя ребенку. Им кажется, что так будет лучше и для них, и для малыша. Но на самом деле женская неудовлетворенность непременно даст о себе знать в виде срывов, комплексов и обид. Ребенку тоже будет сложно расти в условиях гиперопеки, а в будущем строить независимую жизнь. Поэтому начинаем действовать с умом!

● Избавляемся от чувства вины («Я бросаю ребенка ради своих удовольствий»). Желание устроить личную жизнь естественное, вы действуете и в своих интересах, и в интересах малыша – ему нужна счастливая мама.

● Преодолеваем сомнения и трусость, перестаем прикрывать бездействие интересами ребенка – все это от неуверенности, развившейся после краха брака.

● Наступив на горло своей гордости, просим близких о помощи: посидеть с малышом, когда необходимо.

● Возвращаем себе женственность: 80 % времени – ребенку, 20 % – себе (прическа, одежда, интересы, встречи). Продумываем новый образ – ничего кричащего и вызывающего. Мужчины обращают внимание на ухоженную, а не расфуфыренную женщину.

«Хоть какой, лишь бы муж»

3 На самом деле цель – не поиски мужа, а поиски родственной души, приятного вам человека. Поэтому не замыкайтесь в четырех стенах: живите, работайте, общайтесь вживую и через интернет.

Обогащайте круг своих интересов, путешествуйте.

Не пытайтесь искать и удерживать мужчину. Женская энергия – стабильность, а мужская – поиск и завоевание. Пусть Он найдет вас, и все сложится само собой.

И не отчаивайтесь, если мужчина «испарился», узнав о ребенке. Скорее всего, он был не готовым к ответственности. Присмотритесь повнимательнее к той категории мужчин, которых наличие ребенка не испугает: папы-одиночки или те, у кого уже есть дети от первого брака.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Всё-таки женщины умнее мужчин. Ещё ни одна женщина не вышла замуж из-за того, что у её избранника красивые ноги.



Совет

Как представить нового папу?

Главный совет, который дают психологи, – не торопиться. Пока вы не уверены в своих чувствах и намерениях избранника, приводить его в свою маленькую семью не стоит. Иначе потом придётся объяснять ребёнку, куда исчез очередной «папа».

- Представьте мужчину как друга. Пусть малыш сам составит мнение о новом знакомом. Так будет меньше конфликтов, капризов и предвзятого отношения.
- Дайте ребенку времени привыкнуть к новому человеку в вашей жизни. Не забывайте постоянно повторять, как любите его (ребенка) и что именно он – самый важный для вас человек.
- Достаточно взрослый ребенок (старше 5-7 лет) может воспринимать нового знакомого как конкурента папы, особенно если общение с родным отцом не прерывается. Поэтому может относиться к новому человеку враждебно. Обязательно спокойно поговорите с ребенком, объясните, что жить вместе с папой вы уже не будете, но вам важно иметь рядом друга и близкого человека.

Монархи-путешественники

К тому, что птицы мигрируют на зимовку в тёплые края, мы давно привыкли. Но в природе существует более невероятное явление – миграция... бабочек. Это ежегодный перелет бабочек вида Данаида монарх из Северной Америки и Канады в Калифорнию и Мексику. За все время бабочки преодолевают около 4000 километров. Правда, в путешествие отправляется одна колония бабочек, а возвращается уже третье или четвертое поколение их потомков.

Зачем на свадьбе вор?

Традиция приглашать друга на роль шафера, дружки или свидетеля на свадьбе имеет древнюю историю. В наши дни задача этого человека – помогать жениху на выкупе, произносить речи, следить за тем, чтобы свадьба шла без сучка и задоринки. Поэтому шафером становится обычно веселый, общительный молодой человек, душа компании. А в старину главное требование к этому персонажу было другое – недюжинная физическая сила. А вдруг невесту придется красть из семьи, уходить от погони и даже отбиваться от ее родственников? Тут чувство юмора не поможет!



Речка постаралась

В американском штате Аризона располагается Гранд-Каньон – излюбленное место режиссёров, трюкачей и экстремалов со всего мира. По последним данным, глубина Гранд-Каньона составляет почти 2 километра, а протяженность – 446 километров. И всю эту красоту создала... река Колорадо миллионы лет назад. В результате того, что сдвинулись тектонические плиты, достаточно скромная речка начала течь под более сильным уклоном, размывая на своем пути горные породы.



Корабль на один рейс

Вплоть до XX века по Волге и Каме ходили корабли, построенные только на один рейс, – беляны. Они получили свое название благодаря тому, что собирались из необработанных смолой светлых бревен. В верховьях рек зимой заготавливались бревна, которые нужно было доставить в Саратов, Астрахань, Царицын. Как? Сделать из них корабли (до 120 м в длину!), загрузить лесом же и отправить вниз по течению. В конце путешествия суда разбирали и отправляли на лесоперерабатывающие заводы.

Светлана СИДОРЧУК

ЕСТЬ ЛИ ЖИЗНЬ БЕЗ ЛЕКАРСТВ?

ТАЙНА РАСКРЫТА. УЧЕНЫЕ НАШЛИ РАЗГАДКУ НАШИХ БОЛЕЗНЕЙ

Вы помните детство? Вы несётесь сломя голову и вдруг падаете... Колени содраны. Вы с ужасом наблюдаете последствие своего «полёта». Кажется, что они больше никогда не станут прежними...

Но, о чудо, на следующий день ранка уже затянута. Клетки кожи «понимают», что есть необходимость действовать и начинают делиться. И как бы «заштопывать» больное место. Организм создаёт защитную плёнку, через которую не проникают бактерии. И Ваше колено постепенно возвращается в первозданный вид.

Уже давно доказано, что не только разбитые колени, но весь наш организм может самовосстанавливаться. Но почему же этого не происходит? Почему до сих пор мы охаем и ахаем? Закатываем глаза от боли и тянемся к аптечке?

Да потому, что с развитием цивилизации (плохая экология, бесконтрольный приём лекарств и т. д.) наш организм стал разбалансированным. И просто «забыл», как помогать себе. Поэтому важно, а главное можно помочь ему вспомнить. Причём в любом возрасте!

Изобретение российских учёных, про которое сегодня пойдёт речь, и есть такой помощник для каждого из нас. Поэтому если Вы хотите жить, а не доживать, обязательно прочтите эту статью до конца!

«СКОРАЯ ПОМОЩЬ» И ПОЛИКЛИНИКА В «ОДНОМ ФЛАКОНЕ»

А началось всё ещё в далеком 1981 году. Когда один молодой врач-невропатолог заинтересовался медицинской электроникой. Очень быстро к нему присоединились другие специалисты, заряженные на создание новой медицинской техники.

С тех пор учёными было проведено множество исследований. А технология совершенствовалась. Так, из опыта, знаний и жажды помощи людям появился шедевр медицинской техники – аппарат «Скэнар». Который уже изменил жизнь тысяч людей!

Компактный, не больше пульта от телевизора. Но сколько же в нём силы! И все, что хоть раз пользовался «Скэнар», быстро понимают, что это не только аппарат. Это Ваш личный ТелоХранитель от огромного числа заболеваний.

Это кажется невероятным, но «Скэнар» способен снять боль абсолютно любого происхождения. Это же просто потрясающе!

Тем более что пользоваться им очень просто (с пультом от телевизора Вы же разобрались?).

Проведение процедур не требует от Вас особых навыков. Вы сами можете оказывать себе помощь, где угодно и когда угодно. Не зря «Скэнар» называют «Скорая помощь». Как же он действует? И почему он один может заменить целую аптечку?

СУПЕРТЕХНОЛОГИИ У ВАС В КАРМАНЕ

«Скэнар» – это медицинский аппарат нового поколения. Одобрённый Министерством здравоохранения России. В нём удивительным образом успешно сочетаются традиционные методики (акупунктура) и современные технические достижения (ЧЭНС-терапия). Аппарат через кожу воздействует на нервные волокна особыми электроимпульсами. Которые близки к Вашим собственным.

Мозг воспринимает эти импульсы как сигнал, поступивший от нервной системы. И «включает» механизм самовосстановления. И Ваш организм сам (Сам! Представляете, без врачей и лекарств!) находит брешь и даёт команду клеткам «латать» пробойну. Как разбитую колёнку. Здорово, правда?

И вот, постепенно Ваша сердечно-сосудистая система приходит в норму. А вместе с ней и давление. Голова лёгкая и ясная. Вы давно себя уже так не чувствовали.

Суставы больше не скрипят как несмазанная телега. Боль ушла. Движения лёгкие и свободные. Будто и не болело ничего никогда. Да и ЖКТ пришёл в норму. Тяжесть после еды, вздутие, запоры – всё это для Вас осталось в прошлом.

Очень скоро Вы и сами поймёте, что со «Скэнар» и не такое возможно! Посмотрите, при каком широком круге заболеваний он может помочь.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ:

- **заболевания опорно-двигательного аппарата (в т.ч. параличи);**
- **неврологические заболевания;**
- **заболевания желудочно-кишечного тракта;**

- **заболевания почек и мочевыводящих путей;**
- **заболевания органов дыхания;**
- **заболевания ЛОР-органов.**

КАК НЕ РАЗОРИТЬСЯ НА ЛЕКАРСТВАХ?

Сами знаете, здоровье стоит дорого. Особенно если оно пошатнулось. Но как сделать так, чтобы неожиданно не оставить все деньги в аптеке? И при этом не нажить себе ещё больших проблем? Здесь просто нужен грамотный подход. И проверенный уже тысячами людей на себе метод. Аппарат «Скэнар» позволяет Вам сэкономить на дорогих лекарствах. Стоимость которых часто завышена. И не соответствует лечебному эффекту.

Болит голова? Выбрали программу и провели процедуру. Замучила боль в суставах? Нажали другую кнопку, и вот уже лечите колено. К тому же пользоваться им можно всей семьёй.

Всего месяц такой терапии, и Вы с удивлением заметите, что в домашней аптечке больше нет необходимости. Вы в неё просто не заглядываете! А сколько денег при этом сэкономите за месяц? А теперь умножьте эту сумму на 12. Впечатляет? Оказывается, и пенсия не такая уж маленькая. Просто Вы много тратили на лекарства.

Но Вы знаете главный секрет. И всё будет иначе.

НОМЕР ОДИН

Так чем же «Скэнар» отличается от других аналогичных аппаратов? И почему своё здоровье нужно доверить именно ему?



Возьмите пальцами кубик льда. Что Вы почувствуете? Холод на кончиках пальцев.

Вы удивитесь, но через какое-то время ощущение холода существенно снизится. Это значит, клетки привыкли к однообразному импульсу. И перестали реагировать. «Скэнар» тоже действует на клетки раздражая Ваши нервные рецепторы.

Вот только импульс аппарата постоянно меняется. И клетки организма не могут к нему привыкнуть. Поэтому эффект от процедур не теряется.

Эта главная особенность позволяет достичь потрясающего результата за короткие сроки. На что у других аналогичных аппаратов уйдёт больше времени или чего не получится достигнуть вообще.

Со «Скэнар» проходит за пару процедур. Так зачем терять время?

МИРОВОЙ СТАНДАРТ КАЧЕСТВА

«Скэнар» – это не просто рядовой аппарат. Это мировой стандарт. Гордость отечественной медицины!

Он применяется не только в России, но и далеко за её пределами.

Аппарат «Скэнар» давно уже вышел на мировой уровень. И занимает достойное место среди европейской медицинской техники. Он даже прошёл добровольную сертификацию в странах Евросоюза. Где вы ещё такое увидите?!

И вот теперь люди в Австралии, США, Южной Корее, Мексике, Канаде (и ещё 30 странах) тоже лечатся аппаратом «Скэнар».

И поверьте, они очень благодарны, что есть такая возможность. Потому что медицина на западе не просто дорогая. А очень дорогая.

И «Скэнар» даёт потрясающую возможность получить доступную медицинскую помощь. Которая по эффективности практически не уступает процедурам на профессиональном оборудовании в лучших клиниках.

Представляете, да ещё и не выходя из дома!

Согласитесь, это же просто фантастика!

Да, панацея от всех болезней пока не найдена. Но изобретатели «Скэнар» вплотную подошли к разгадке человеческих недугов.

Многолетняя практика показала, что «Скэнар» действительно работает. И поэтому мы хотим, чтобы этим аппаратом пользовались все люди.

Наше тело обладает намного большей мудростью, чем Вы думаете. Просто помогите ему найти в себе силы помочь себе! Заставьте клетки снова работать.

Ведь Ваше здоровье – это качество Вашей жизни!

Это возможность крепко спать по ночам, не чувствовать боль во время ходьбы, не страдать от вздутия и запоров и иметь хорошую память. Одним словом, жить, а не доживать!

К сожалению, время работает против Вас. Поэтому не медлите, сделайте заказ прямо сейчас. Позвоните по тел. 8-800-777-36-98. И помните, шанс всё исправить ещё есть!

**ДЕЙСТВУЕТ СКИДКА
ОТ ЗАВОДА-ПРОИЗВОДИТЕЛЯ!
ТОЛЬКО ДО 19 МАЯ!
ПОТОРОПИТЕСЬ!**

**Горячая линия для заказа и
бесплатных консультаций
8-800-777-36-98
Если линия занята,
пожалуйста, перезвоните**

**РЕКОМЕНДУЕМ
ДЛЯ УСИЛЕНИЯ ЭФФЕКТА
ТАРАКСФЛЕКС**

УЗНАЙТЕ У ОПЕРАТОРА, КАК ПОЛУЧИТЬ
СРЕДСТВО ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ СУСТАВОВ
В ПОДАРОК!

БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. 433507, г. Дмитровград, а/я 476. В письме укажите номер телефона. Оплата при получении. Стоимость доставки уточняйте у оператора. ООО "Поток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. АО НПК "КАТРЕН" ОГРН 1025403638875 Юридический адрес: 630559, Новосибирская область, рп. Кольцово, пр-кт Академика Сандахчиева, зд. 11. *Акция действует с 19.04.2023 г. по 19.05.2023 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. РЕКЛАМА.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

На ТНТ стартовал пятый сезон комедии «Ольга» производства компании Good Story Media. И в нём появился новый персонаж – директор детского дома, которую играет замечательная актриса Елена Валюшкина.

Детских домов быть не должно

– Елена, в новом сезоне проекта «Ольга» вы – один из центральных персонажей. Роль вам досталась интересная. Нечасто встречаются в жизни подобные типажки. Почему кинематографисты чаще всего показывают директоров детдомов жёсткими, если не сказать жестокими. Ваша героиня – она какая?

– У меня она добрая, любящая детей, настоящая, каким, собственно, и должен быть директор такого дома. Хотя мнение мое таково, что детских домов быть не должно. Но поскольку детдома есть, их должны возглавлять люди с сердцем.

– Главные герои картины хотят усыновить/удочерить ребёнка. Вы никогда не задумывались над тем, могли бы сами решиться на такой поступок?

– При определенных обстоятельствах могла бы, но пока такой ситуации у меня не было.

– Проект «Ольга» вам сразу лёг на душу?

– Да, он был интересен мне с самого начала. Очень хотелось поработать в этом проекте и с этими людьми. Я благодарна судьбе, что сумела запрыгнуть в последний вагон (улыбается).

От мамы космонавта до мамы оборотня

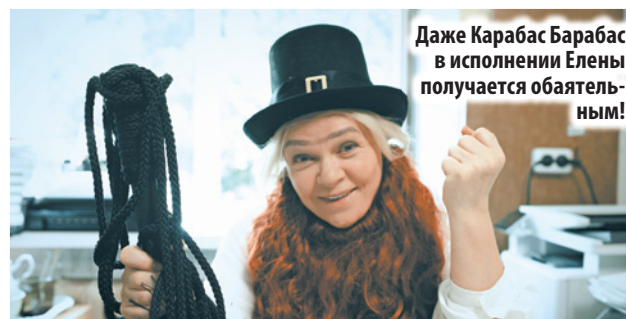
– У вас сейчас в кино – завидный активный период. На ТНТ с вашим участием выходит ещё один

Елена ВАЛЮШКИНА:

Нахожусь в гармонии с тем, что играю

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Не сидите сложа руки на одном месте, не думайте, что кто-то для вас что-то сделает. Выстраивайте жизнь своими силами.



Даже Карабас Барабас в исполнении Елены получается обаятельным!

атрах страны. Не пропустите. Это очень интересная космическая история, где я сыграла маму главной героини в исполнении Юли Пересильд. Затем на одной из платформ выходит сериал «Разрешите обратиться», где опять же играю маму, но уже Оборотня. Так что ждем.

Драматурги любят молодых

– Но вы не сидите в ожидании, уже приступили к новым съёмкам...

– Да, началась работа в новом комедийном сериале «Соседка», где у меня отличные партнеры: Юлия Хлынина, Егор Корешков, Дима Лысенков... Потрясающий сценарий, интересная роль. На сей раз играю не маму, а вредную соседку (улыбается).

– Многие жалуются, что для актрис после 40 лет драматурги пишут мало ролей. Но, судя по вашей занятости в кино и театре, это не так. Вы по-прежнему в обьеме.

– Всегда, во все времена главные роли писались под молодых артистов.

Это нормально. После 40 лет актрисы действительно меньше востребованы, после 50 еще меньше... Но я не ропщу. Мне грех обижаться, работа есть, и вся интересная. Другое дело, что роли по объему становятся меньше.

«Детьми своими горжусь»

– Елена, вы не только прекрасная актриса, вы разносторонне одаренный человек. Ко всем своим талантам ещё рисуете, вяжете. Часто возвращаетесь к этим занятиям?

– К сожалению, нет, не остается на это времени. Но если хочу сделать кому-то подарок своими руками, я это делаю.

– Ваши дети тоже хорошо рисуют. Это наследственное?

– Возможно. Сын окончил архитектурный институт, работает в архитектурном бюро. Дочь учится на дизайнера. Детьми своими горжусь.

– Однажды вы решили нарисовать древо вашего рода, и сделали для себя неожиданное открытие. Какое?

– На самом деле открытий было много. И они оказались не просто неожиданными, а фантастическими. Узнала, что моя бабушка сидела в Усольском исправительно-трудовом лагере (один из лагерей ГУЛАГа), что мама родилась в лагере в Пермском крае, а ее отцом и моим дедом является народный артист СССР Алексей Денисович Дикий...

Наталья АНОХИНА

проект – продолжение сериала «Семья». Как ваша героиня меняется во втором сезоне?

– Повзрослела на год, не более того (смеется). Правда, приобрела кое-какие навыки, какие именно – узнаете, посмотрев

продолжение. Раскрывать все тайны не буду, поскольку должна оставаться интрига.

– У вас ожидается ещё одна громкая премьера...

– Да, картина «Вызов», которую с 20 апреля начнут показывать в киноте-

ским точкам, мне все любо-дорого. Дорога дает энергию, впечатления, эмоции. Еще меня заряжает моя профессия, в которой абсолютно счастлива. Я нахожусь в гармонии с тем, что играю. И радуюсь тому, как меня воспринимает зритель, верю в его неподдельную искренность.



ПОДРОБНОСТИ

Дорога даёт энергию

– Кто много работает, должен хорошо отдыхать. Какой отдых предпочитаете?

– Обожаю путешествовать. Я много езжу. Отец был военным, и у меня это, видно, на генетическом уровне. Мне трудно долго сидеть на одном месте, я не привязана к каким-то отдельным географиче-

Детали

«Люблю все свои роли»

– У вас достаточно богатая фильмография. И начали вы свою киноисторию рано, будучи студенткой второго курса. Снялись в картине «Не хочу быть взрослым» Юрия Чулюкина, которого зритель хорошо знает по фильмам «Девчата» и «Неподдающиеся». Какие фильмы для вас так же дороги, как этот?

– Люблю все свои роли. Просто одна картина становится суперпопулярной, ее постоянно зрители смотрят, о ней говорят, а другие показывают реже, хотя они нисколько не хуже. Могу лишь сказать: горжусь, что в моей творческой биографии есть такие фильмы, как «Формула любви», «Горько», «Корни», «Семья», «Я хую»... Без ложной скромности, у меня много достойных работ, отмеченных премиями и зрительским вниманием.

Кстати

Голоса мультиков

– Вы проявляете себя в профессии очень интересно, демонстрируя разные стороны дарования. Например, озвучиваете мультфильмы, да такие интересные! Почему артисты так любят работать в анимации?

– Во-первых, это совершенно другой актерский класс. Чтобы озвучивать Чебурашку, Крокодила Гену или черепашку Ниндзя, надо иметь определенные данные. Меня в мультипликацию привел замечательный актер Саша Ленюков, с которым мы вместе работали в театре Моссовета. Когда впервые увидела, как артисты на несколько голосов озвучивают мультяшных персонажей, была потрясена. Потом сама втянулась в это дело и стала получать удовольствие. Кстати, мне было приятно узнать, что роль Курицы в мультфильме «Курица» художник создавал под меня, хотел, чтобы курица говорила моим голосом. Помню, как только прошел по ТВ этот мультфильм, прихожу в театр и встречаю актрису Иришу Муравьеву, которая с порога говорит мне: «Лена, я посмотрела «Курицу», это так здорово, так талантливо!» Для актера важно слышать такие признания, тем более от коллег.

Бег – хорошая возможность снизить вес и зарядиться энергией. Для начала не нужно строить наполеоновских планов и относиться к пробежке слишком серьезно.

Воспользуйтесь ею как поводом отдохнуть и подышать свежим воздухом – и бегите в свое удовольствие.

На пробежку становись!



Кстати

Захватим с собой

Во время пробежки вам могут еще пригодиться:

- **Фитнес-браслет** – для контроля пульса.
- **Наушники.** Можно слушать музыку или аудиокниги. Беспроводные или с проводами – какие вам удобнее.
- **Небольшая бутылочка с водой.**
- **Поясная сумка для бега.** В нее должны помещаться ключи от квартиры, телефон и бутылочка для воды.



Татьяна МИХАЛЁВА

Одежда

Одежда должна быть комфортной и не сковывать движения. Как правило, это любая спортивная одежда без слишком широких штанин, которые могли бы путаться при беге. Между синтетикой и хлопком выбирайте специальную синтетику, так как она лучше отводит влагу. Особое внимание уделите обуви. Точно не подойдут кеды или другая спортивная обувь с тонкой подошвой, потому что на стопу будет приходиться большая нагрузка. Здесь лучше не экономить, а подобрать специальные кроссовки для бега.

Утром или вечером?

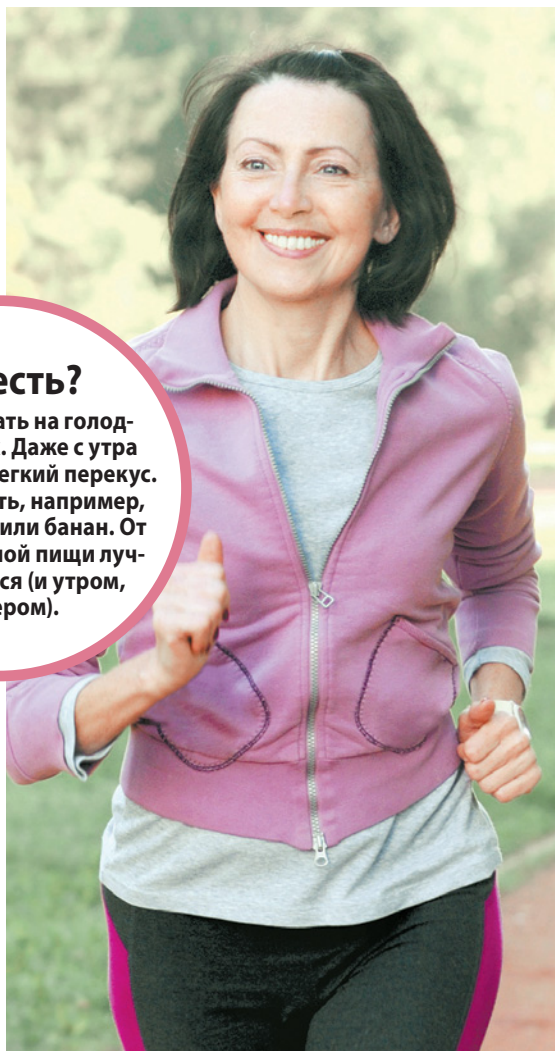
Принципиальных отличий между утренними и вечерними пробежками нет. Поэтому лучше отталкиваться от собственных биоритмов, привычек и расписания дня. Заранее подготовьте одежду для бега, чтобы не тратить дополнительное время по утрам после пробуждения или вечером после работы. Да и настроиться на пробежку будет легче.

Разминка

Одна из частых ошибок у новичков – не размяться перед пробежкой. Особенно это касается бега с утра. Разминка включает в себя простейшие упражнения: вращения головой, круговые движения руками, выпады с чередованием ног, наклоны. Упражнения выполняйте плавно, без резких движений. Причем времени на разминку уйдет всего минут пять, а риск травмы будет значительно снижен и эффективность бега повысится. Также полезно выполнить растяжку после бега.

А поесть?

Не стоит бегать на голодный желудок. Даже с утра должен быть легкий перекус. Это может быть, например, овсяная каша или банан. От тяжелой жирной пищи лучше отказаться (и утром, и вечером).



Решил бегом заняться! Пару километров пробежал. Чтобы добраться обратно до дома, пришлось такси вызывать...



Мнение специалиста Кардио против жира



Рекомендации начинающим бегунам из числа наших читателей даёт тренер Елена Рошупкина.

– Как лучше бегать начинающим – каждый день или через день?

– Новичкам лучше начинать постепенно с небольших дистанций, на 15-30 минут, давая организму (связкам, коленным суставам, сердечной мышце) возможность постепенно адаптироваться к нагрузке. Если мы говорим про жиросжигание, то достаточно 2-3 пробежек в неделю на регулярной основе. В среднем беговая тренировка может длиться час-полтора. И если поначалу бегать непрерывно будет тяжело, то можно переходить с бега на ходьбу и обратно, но не останавливаться. Со временем можно также увеличивать темп бега.

– Какой частоты пульса придерживаться при беге?

– Бег или низкоинтервальное кардио – это такая нагрузка, при которой вы можете разговаривать, но не очень хотите. В пульсовой зоне 60-70% от максимума (220 – возраст = максимальный пульс). Это примерная формула, можете ориентироваться на самочувствие, которое я описала выше.

Именно в таком режиме в качестве источника энергии используются жиры, которые находятся в крови, но не из жировых депо. Достать запасы из депо – это задача дефицита калорий. Чтобы добраться до этих запасов, продолжительность кардио должна быть не менее 40 минут. Но если бег добавит сразу после силовой тренировки, то достаточно всего 15-20 минут.

Фото из личного архива Елены Рошупкиной и www.shutterstock.com

ИЗРАИЛЬСКИЕ УЧЕНЫЕ ПОДТВЕРДИЛИ: проблемы с простатой НЕ ПРИГОВОР!

Простатит – это болезнь, которая не только отравляет здоровье и интимные отношения мужчины, но и укорачивает жизнь. К сожалению, к 60 годам у половины мужского населения возникает аденома простаты со всеми вытекающими последствиями: боли, нарушение мочеиспускания, проблемы в сексе.

Но наука не стоит на месте! И Израиль – признанный мировой лидер в медицине – как всегда оказался впереди. Изучая статистику, ученые из израильской компании Bara Herbs** выяснили, что большинство мужчин не доживают даже до 60 и имеют множество проблем со здоровьем (в том числе с простатой). **А в 5 регионах мира – не знают проблем с простатой и сексуально активны до 90 лет***. А все потому, что с давних времен они используют экстракты удивительных растений!** В Северной Америке – это пальма

сереноа. Ее активные вещества блокируют фермент, из-за которого предстательная железа увеличивается в размерах. В Японии используют реманию, которая помогает подавить воспаление простаты и восстанавливает функцию почек. На Шри-Ланке мужчины предпочитают аспарегус. Он стимулирует работу мочеточников, способствуя нормализации мочеиспускания. В горах Непала собирают корни двудомной крапивы, которая может улучшить отток мочи и снять отек. Ну а в Перу мужской травой называют длинную куркуму за то, что она способна подавить воспаление и снять боль.

Специалисты Bara Herbs собрали и объединили экстракты этих 5 растений в одну формулу и создали мощный продукт для мужчин САЛЮТЕМ ПРО, сертифицированный Минздравом Израиля. Таким об-

разом, израильские ученые доказали, что в любом возрасте можно вернуть себе мужское здоровье и активную интимную жизнь!

- Действие САЛЮТЕМ ПРО направлено на:**
- Избавление от проблем с простатой;
 - Восстановление мочеиспускания;
 - Поддержание стойкой эрекции;
 - Повышение сексуального желания.

ВНИМАНИЕ! Чтобы достать САЛЮТЕМ ПРО, Вам не придется лететь в Израиль и тратить сотни тысяч рублей! САЛЮТЕМ ПРО можно купить в России.

ЗВОНИТЕ ПО БЕСПЛАТНОЙ ЛИНИИ (АНОНИМНО) и узнайте, где купить САЛЮТЕМ ПРО!

8 (800) 100-55-60

Код Вашего подарка «ТЕЛЕК-ПРО»

1 упаковка
БЕСПЛАТНО*
при покупке в течение 7 дней



*Акция действует с 01.04.2023 г. по 01.11.2023 г. при покупке трех шт. и более. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 1217700093159, г. Москва, Петровско-Разумовский проезд, д. 29, стр. 4, помещение 1, комната 28, БАД, СГР № RU.77.99.11.003.R.001676.06.20 от 25.06.2020 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел.: 8 (800) 100-55-60. **Bara herbs. ***Из открытых источников. РЕКЛАМА.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Телеканал Домашний 20 апреля представит премьеру четырёхсерийной мелодрамы «Ателье счастья», где главные роли исполнили Никита Бурячк и Анастасия Безбородова. Анастасии роль Светланы пришлось по душе.

По ее собственному признанию, она буквально прожила ее, настолько многие моменты были актрисе знакомы. Только, в отличие от Светы, Анастасия никогда не опускала руки, твердо уверенная, что за каждой закрытой дверью открывается новая...

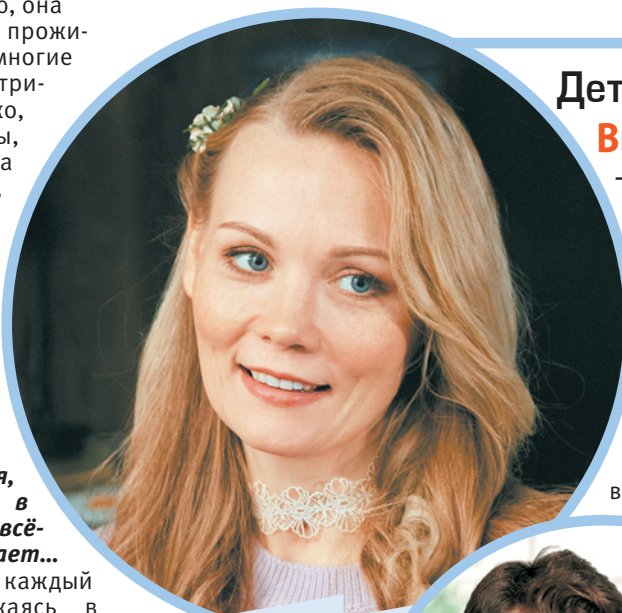
Принцип бумеранга

— Анастасия, слово «счастье» в названии фильма всё-таки обнадеживает...

— Мне кажется, каждый человек, погружаясь в очередную чужую историю, ждет ее счастливо-го окончания. Я не буду рассказывать сюжет, скажу лишь, что поперевивать за наших героев все-таки придется. Известная фраза о том, что люди относятся к тебе так, как ты относишься к ним, работает отчасти. Но в нашем случае она актуальна. Потому что мою героиню невозможно не любить. Она сумела сохранить в себе детское ощущение мира, открыта людям, добра, помогает нуждающимся в тяжелых ситуациях, поскольку работает на бирже труда. Но в какой-то момент вдруг сама остается без работы, без мужа и чуть ли не на улице. Помогают ей выстоять в этой ситуации лучшая подруга и бывший одноклассник, которые напевают ей, что она отлично шьет, могла бы

Анастасия БЕЗБОРОДОВА:

// СЕГОДНЯ МОЯ главная роль – мама



Детали

Впереди огромная жизнь

— Когда актёры начинают свою карьеру, у них, как правило, завышенные ожидания. Но заканчивается учёба, начинается работа, а вместе с ней неизбежные разочарования...

— К сожалению, не без этого. А как по-другому? Все молодые, амбициозные, хотят работать, верят, что впереди блестящее, интересное будущее. Но заканчивается учеба, начинаешь работать в театре, и тебе говорят, что ты ровным счетом ничего не можешь, начинают снова учить. Так постепенно меняется твое мировоззрение, ты реальнее оцениваешь действительность. Но мне сегодня нравится мое понимание профессии, то, где сейчас нахожусь и что делаю. В данный момент я нахожусь в своей главной роли – мамы, и впереди – огромная жизнь.

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

— Желаю жить сегодняшним днем, находить радость в простых вещах, мелочах. Не жалеть о прошлом и воспринимать негативные моменты как опыт.



Никита Бурячк и Анастасия Безбородова в фильме «Ателье счастья».

открыть собственное ателье. Так в жизни Светланы начинается новая полоса, которая приводит к переменам как на работе, так и в личной жизни.

«Верю в чудеса и сказки»

— Анастасия, а вы сами верите в такие истории?
— Конечно, в жизни еще и не такие ситуации случаются,

покруче, но никогда не надо отчаиваться, опускать руки. Я верю в чудо, в добрые сказки, поэтому мне не сложно было играть свою героиню. Мы в чем-то похожи. У меня у самой трое детей, муж, в жизни было достаточно испытаний. Но я все равно находила радость жить, и точно знаю, что, если в жизни одна дверь закрывается, обязательно от-

крывается другая, как это случилось у моей Светланы. Перед ней закрылись все двери, но отворилась новая, которая открыла многое в ней самой. До этого она не знала, что свой талант можно монетизировать и превратить в смысл жизни.

— Скоро этот сериал увидит зритель, а сами будете его смотреть? Вообще, пересматриваете

те фильмы со своим участием?

— У меня не такая большая фильмография, но то, что вышло, да, смотрю. Это как работа над ошибками.

Многодетная мама

— Вы такая молодая мама. Сколько же лет вашим детям?

— Старшему 9, среднему 7 и 1,5 года самому маленькому.

— Неужели сами со всеми справляетесь?

— Пока да. Иногда помогают бабушки, но, по правде говоря, стала задумываться о няне, поскольку сложно совмещать домашние обязанности с интенсивной работой.

— Вы строгая мама?

— Увы. Сыновья вьют из меня веревки (улыбается).

Постоянная работа над собой

— Теперь понимаю, откуда у вас такая прекрасная физическая форма. С тремя детьми только успевай крутиться...

— Да, с мальчишками не полежишь. Но, если честно, я работаю над собой – совершаю пробежки (после бега у меня всегда поднимается настроение и прибавляется сил), занимаюсь йогой, слежу за питанием. Главный кри-

терий – чтобы еда была здоровой, чтобы на столе были только натуральные продукты.

«Я не ангел»

— В декретном отпуске были недолго, быстро вернулись к работе. Со скупились?

— Да, всего четыре месяца назад я вышла из декретного отпуска и вернулась в Новый драматический театр, где служу с момента окончания театрального училища. Я занята во многих репертуарных спектаклях, и у меня главные роли. Для актрисы очень важно оставаться в обойме, чтобы не потерять мастерство.

— Режиссёры чаще всего предлагают вам роли однопольные, эталонные лирических страдающих героинь. А тут увидела вас в мюзикле «Удалой молодец – гордость Запада», где вы весёлая, озорная, полная противоположность тому, что играли раньше...

— Очень радуюсь этой роли. Что самое интересное – по природе своей я как раз хохотушка, озорная, как моя героиня, внешность моя обманчива. Когда люди знакомятся со мной ближе, удивляются: «Ты, оказывается, такая чертовка, вовсе не ангелочек» (смеется). Поэтому надеюсь, что и другие режиссеры увидят меня с другой стороны, раскроют мой потенциал.

Наталья АНОХИНА

фото: телеканал Домашний



ЖУРНАЛ БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!

- ✓ Более 100 проверенных хозяйками рецептов в каждом номере
- ✓ Каждый рецепт имеет информацию о калорийности и количестве персон
- ✓ Советы по выбору и хранению продуктов
- ✓ Интересные истории создания блюд, ставшие легендами кулинарного творчества
- ✓ Варианты меню для праздников
- ✓ Советы по приготовлению блюд для детей

12+ РЕКЛАМА

НОМЕР В ПРОДАЖЕ С 7 АПРЕЛЯ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ,
СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ
ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

OZON
ozon.ru¹

WILDBERRIES
wildberries.ru²



На сайте маркетплейса наберите
в поисковой строке полное наименование:
Журнал Домашний повар

¹ 000 «Интернет решения», 123112, г. Москва, Пресненская наб., д. 10, эт. 41, пом. 1, комн. 6. ОГРН 1027739244741. ² 000 «Вайлдберриз», 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр. 1. ОГРН 1067746062449

Наращивание ногтей делается не только для красоты. Это процедура, с помощью которой можно устранить дефекты ногтевой пластины, а также укрепить ногти.

При большом желании наращивание ногтей можно сделать и в домашних условиях, но лучше все же довериться специалисту.

Слабые и ломкие от природы ногти – не такое уж редкое явление, к сожалению. И конечно, в таком случае даже и мечтать о длинных ногтях не приходится. Однако и отчаиваться не стоит, ведь сегодня вполне доступна процедура наращивания ногтей, с помощью которой можно обрести не только сколь угодно длинные, но и красивые, крепкие ногти. О многих проблемах с ногтями можно забыть, просто наращивая их регулярно.

Кроме того, покрытие наращенных ногтей не стирается до следующей коррекции. То есть как минимум 2-3 недели вы будете иметь ухоженные ногти. Кстати, именно на наращенных ногтях чаще всего выполняется эксклюзивное оформление, которое нередко выглядит очень нарядно.

Показания к наращиванию ногтей:

- ломкие и слоющиеся ногти;
- улучшение внешнего вида ногтей, их формы, сокрытие дефектов;
- восстановление сломанных или травмированных ногтей;
- ликвидация вредной привычки грызть ногти.



Встречаются две одно-классницы, 20 лет не виделись.
– Как жизнь, как дела?
– Да вот, ноготь сломала...



Зачем

наращивают ногти

Выбираем: акрил или гель?

Наращивание ногтей производится с помощью одного из двух современных материалов: акрила или геля. Эти материалы абсолютно безопасны и не нуждаются в особом уходе. У каждого из них есть свои плюсы и минусы, которые необходимо учитывать, делая выбор между ними.

Гель

ПЛЮСЫ:

- долговечность;
- пластичность: ногти могут гнуться, но не ломаются;
- выравнивает и исправляет дефекты ногтевой пластины, маскирует пятна и трещинки;
- позволяет отрастить натуральные ногти;
- если гелевое покрытие треснет, натуральные ногти не пострадают;
- пропускает воздух;
- при сушке в УФ-лампе пропускает ультрафиолет, что важно для профилактики грибковых заболеваний;
- после удаления геля ногти становятся крепкими и упругими;
- относительно невысокая стоимость.

МИНУСЫ:

- может потрескаться при резком перепаде температур;
- снять гель можно только спиливанием;
- покрытие менее изящное, чем акрил;
- при полимеризации в УФ-лампе может ощущаться жжение.

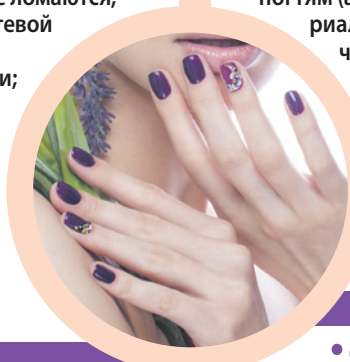
Акрил

ПЛЮСЫ:

- максимальная приближенность к натуральным ногтям (акрил – очень прочный, но тонкий материал, наращенные акрилом ногти не отличаются от натуральных);
- можно корректировать форму, не снимая покрытия;
- хорошо держит форму, не деформируется под воздействием температур;
- технология нанесения очень проста;
- можно снять в домашних условиях (с помощью специальной жидкости).

МИНУСЫ:

- длительность процедуры (3-4 часа);
- при сломе могут повредиться натуральные ногти;
- после снятия покрытия ногтевая пластина выглядит неэстетично;
- при частом контакте с бытовой химией блеск «угасает»;
- относительно высокая стоимость.



Даже у такой, казалось бы, абсолютно поверхностной процедуры есть противопоказания. Это:

- аллергия на материалы, которые используются при наращивании;
- грибковые заболевания кожи и ногтей;
- ряд заболеваний пищеварительной и эндокринной системы (покрытие просто не будет держаться).

Уход до и после наращивания

Непосредственно перед процедурой необходимо отказаться от нанесения на руки любого крема и масла для кутикулы. Жиры, присутствующие в этих средствах, препятствуют сцеплению покрытия с ногтевой пластиной. И хотя мастер обезжирит ногти перед процедурой, оставшиеся под кутикулой микродозы жиров могут свести на нет все его усилия по наращиванию ваших ногтей.

Как минимум сутки после процедуры не рекомендуется испытывать наращенные ногти перепадами температур: исключается баня, сауна, пребывание на морозе без перчаток (или варежек).

При использовании бытовой химии необходимо надевать перчатки в течение всего срока носки наращенных ногтей, иначе их глянцевый блеск быстро «потухнет».

Имеются и другие серьезные противопоказания. Если вы решили наращивать ногти, проконсультируйтесь с врачом.

Светлана ИВАНОВА

Редакция благодарит мастера ногтевого сервиса Оксану Орлик за помощь в подготовке материала

О курином яйце и не только

Согласно одной из легенд, первым, кто поднял вопрос вопросов: что было сначала – яйцо или курица, был великий Аристотель. После долгих размышлений, поисков решения, доводов оппонентов и советов единомышленников античный философ сделал заключение, что они появились одновременно. А вот с точки зрения теории Дарвина первым было яйцо, так как оно является самой большой клеткой (а мир возник из мельчайших «самооживившихся» клеток). Так, или иначе, или истина в третьем – спорить не станем. А посвятим нашу сегодняшнюю викторину яйцу.

1 Наука, которая изучает яйца, называется оология. Собрания яиц (такая коллекция называется оотека) хранятся в основном в зоологических музеях. А как называется коллекционирование яиц?

- а) Дологофилия.
- б) Каламофилия.
- в) Лепидоптерофилия.

2 Скорлупа яиц на первый взгляд кажется плотной, но на самом деле структура её пористая. Через эти поры проходит воздух, например, для цыпленка. Исследователи подсчитали, что скорлупа куриного яйца имеет 7500 пор, и отметили, что через поры в яйцо поступает кислород, а углекислый газ и влага выводятся из яйца. Как рекомендуют класть яйца при длительном хранении?

- а) Острым концом вверх.
- б) Тупым концом вверх.
- в) Уложить в лоток яйца боком.

3 Это блюдо с яйцами – гоголь-моголь – было связано с потерей голоса. По службе изобретатель блюда, дьяк Гогель, пел в хоре, и потеря голоса была для него критичной. Перепробовав множество средств, однажды житель Могилёва нашёл нужное. Выпив болтушку из сырых яиц, чёрного хлеба и соли, бедолага избавился от хвори. Потом это средство усовершенствовала графиня Потоцкая – она заменила соль на мёд, а хлеб и вовсе убрала, создав сладкую версию. Помните, в каком фильме один из персонажей восстанавливал голос при помощи сырых яиц?

- а) «Приходите завтра», Фрося Бурлакова, приехавшая в столицу, чтобы стать актрисой и певицей.
- б) «Веселые ребята», Лена, дочь хозяйки дома, где работала Аня.
- в) «Волга-Волга», письмоносица Петрова (Стрелка).

ОТВЕТЫ

1-а. Дологофилия. **2-б.** На тупом конце яйца находится большее количество пор, что улучшает вентиляцию внутри. **3-б.** «Веселые ребята», Лена, дочь хозяйки дома, где работала Аня.

Праздничные пироги в разных губерниях России пекли по-разному. Традиционная праздничная выпечка отличалась не только начинкой, но зачастую и способом приготовления.

Сегодня мы представляем вам рецепты старинных пирогов нескольких российских губерний. Каждый из них исключительно вкусен – все-таки это праздничная выпечка. Попробуйте испечь что-то из предложенного нами и вы, дорогие читатели.

Кулебяка с капустой

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 170 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 600 г белокочанной капусты ■ 2 стакана муки ■ 1 стакан молока ■ 4 яйца
- 1 крупная луковица ■ 50 г сливочного масла ■ 50 мл растительного масла
- пучок зелени ■ 10 г сухих дрожжей
- 1 ст. л. сахара ■ молотый черный перец
- соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Дрожжи растворить в теплом молоке, добавить сахар, щепотку соли, 2-3 ст. л. муки, перемешать, оставить на 30-40 минут.
- 2 Сливочное масло растопить и слегка охладить, соединить с 2 яйцами, добавить подошедшую опару, перемешать, добавить просеянную муку, замесить тесто.
- 3 Выложить тесто в смазанную маслом емкость, накрыть полотенцем и поставить в теплое место на 1 час.
- 4 Капусту нашинковать тонкой соломкой, лук нарезать тонкими полукольцами, зелень мелко порубить.
- 5 Лук обжарить на растительном масле до прозрачности, добавить капусту, посолить, поперчить, перемешать и тушить на среднем огне до мягкости.
- 6 В готовую капусту добавить зелень и сливочное масло, вбить 1 яйцо, перемешать, снять с огня и охладить.
- 7 Тесто обмять, раскатать в пласт, в середину выложить начинку, сформировать кулебяку.
- 8 Переложить кулебяку на смазанный маслом противень, накрыть полотенцем, оставить на 20 минут.
- 9 Смазать кулебяку взбитым яйцом, проколоть в нескольких местах вилкой и запекать в разогретой до 190 градусов духовке 30-40 минут.

Кулебяка – это закрытый пирог с одной или несколькими начинками. Особенно популярны кулебяки были в Московской губернии, где их готовили на два, три или четыре угла – в каждом углу своя начинка. Но чаще кулебяка представляла собой пирог овальной формы из дрожжевого теста. Начинки в кулебяке обязательно должно было быть больше, чем теста. Начинкой мог быть и мясной фарш, и рыба, и грибы, и просто капуста.

ВОТ ТАКЖЕ ПИРОГИ ЧТО ПЕКЛИ В РАЗНЫХ ГУБЕРНИЯХ

Губник из солёных грибов

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 155 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 500 г муки ■ 2 стакана соленых грибов
- 2 луковицы ■ 20 мл крепкого черного чая ■ растительное масло ■ 20 г свежих дрожжей ■ 1 ст. л. сахара ■ молотый черный перец ■ соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Сделать опару: сахар и дрожжи растворить в 1 стакане теплой воды, добавить половину муки, перемешать, оставить в теплом месте на 30-40 минут.
- 2 В поднявшуюся опару всыпать оставшуюся муку, добавить соль и половину стакана растительного масла, вымешивать до тех пор, пока тесто не перестанет липнуть к рукам; переложить в глубокую миску, накрыть теплым полотенцем, убрать в теплое место на 3 часа (за это время тесто необходимо 2 раза обмять).
- 3 Лук мелко нарубить, грибы нарезать некрупно.
- 4 Лук обжарить на растительном масле до золотистого цвета, добавить грибы, поперчить, перемешать, извлечь из сковороды, дать остыть.
- 5 Тесто раскатать в овал; на одну половину выложить грибную начинку, другой половиной накрыть; тщательно защипнуть края, сделать несколько проколов для выхода пара, смазать черным чаем.
- 6 Выпекать в разогретой до 180 градусов духовке 40 минут.

Бабушка перед чтением вечерней сказки надела очки.

– Бабушка, ты говорила, что очки увеличивают буквы, да? – спрашивает внук.
– Верно.

– А всё остальное в них тоже вырастает?

– Конечно.

– Тогда надень их завтра утром, когда будешь отрезать мне пирог.



Одним из кулинарных символов Псковской губернии считался губник – пирог с грибами. Губниками в этой местности называли грибы, в частности, грузди. Для начинки пирогов использовали как свежие, так и соленые грибы – в зависимости от сезона.

Посикунчики

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 190 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 320 г муки ■ 300 г свинины ■ 2 яйца
- 200 г говядины ■ 4 ст. л. сметаны
- 1 луковица ■ растительное масло
- молотый черный перец ■ соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

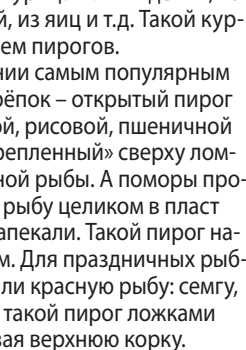
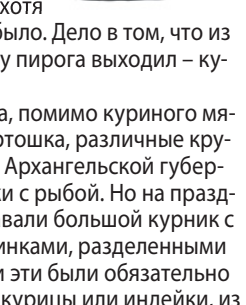
- 1 Яйца посолить, слегка взбить, добавить сметану и воду (около 100 мл).
- 2 Полученную смесь вылить в просеянную муку, замесить тесто, по консистенции похожее на пельменное.
- 3 Мясо пропустить через мясорубку вместе с луком, посолить, поперчить, хорошо перемешать и добавить холодной воды столько, чтобы начинка получилась жидковатой.
- 4 Тесто скатать в колбаску, нарезать на небольшие кусочки.
- 5 Каждый кусочек теста раскатать в лепешку, в середину положить начинку и сформировать, защипывая «гребешком», небольшие пирожки.
- 6 Жарить в сильно разогретом растительном масле (во фритюре) до подрумянивания.

На Урале очень популярны были крошечные, буквально на два укуса пирожки – посикунчики. Эти пирожки можно выпекать в печи, но из-за маленького размера лучше все же жарить.

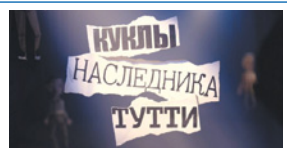
Из истории пирогов

Курник – царь пирогов

Курник получил свое название вовсе не из-за того, что при его приготовлении использовали куриное мясо, хотя чаще всего так и было. Дело в том, что из отверстия сверху пирога выходил – курился – пар. Начинкой курника, помимо куриного мяса, могла быть картошка, различные крупы, яйца. Поморы Архангельской губернии пекли курники с рыбой. Но на праздничный стол подавали большой курник с несколькими начинками, разделенными блинами. Начинки эти были обязательно разными: из мяса курицы или индейки, из грибов, из овощей, из яиц и т.д. Такой курник называли царем пирогов. В Тверской губернии самым популярным пирогом был накрёпок – открытый пирог с кашей (гречневой, рисовой, пшеничной или овсяной), «скрепленный» сверху ломтиками малосоленной рыбы. А поморы просто заворачивали рыбу целиком в пласт ржаного теста и запекали. Такой пирог назывался рыбником. Для праздничных рыбников использовали красную рыбу: семгу, горбушу и т.п. Ели такой пирог ложками или вилками, срезая верхнюю корку.



ПЕРВЫЙ



19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45 12.15 15.15 16.50 18.20 Информационный канал. (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
21.45 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (12+)
22.40 «Большая игра». (16+)
23.40 Подкаст Лаб «АстроУмные». (16+)
00.20 Подкаст Лаб «Пусть не говорят, пусть читают». (16+)
01.05 Подкаст Лаб «Собрались с мыслями». (16+)

РОССИЯ 1



21.20 «ДОРОГА К СЧАСТЬЮ». (12+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Кто против?» (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ДОРОГА К СЧАСТЬЮ». (12+)
Люди замечают, что у Ани нет материнских чувств к своему малышу. Улучив момент, она предлагает ей отдать ребёнка приёмным родителям. Артём не наладится, какой образцовый хозяйкой стала Наташа.
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «ДУЭТ ПО ПРАВУ». (12+)
03.55 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА». (16+)

НТВ



20.00 «НЕВСКИЙ: РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (16+)

- 04.40 «ПЛЯЖ: ЖАРКИЙ СЕЗОН». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.30 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 19.00 «Сегодня»
16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
20.00 «НЕВСКИЙ: РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (16+)
22.15 «ФАЛЬШИВЫЙ ФЛАГ». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «ФАЛЬШИВЫЙ ФЛАГ». (16+)
00.55 «АЛЕКС ЛЮТЫЙ». (16+)

СТС



10.00 «ЛЕВ ЯШИН: ВРАТАРЬ МОЕЙ МЕЧТЫ». (6+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Лунтик». (0+)
08.00 Битва каверов. (16+)
10.00 «ЛЕВ ЯШИН: ВРАТАРЬ МОЕЙ МЕЧТЫ». (6+)
12.25 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
14.35 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
20.00 Премьера! Фактор страха. Испытание тайгой. (16+)
20.50 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (16+)
22.50 «ТЕЛЕКИНЕЗ». (16+)
Невзрачная старшеклассница по имени Кэрри с рождения обладает способностями телекинеза. На выпускном одноклассники решают жестоко подшутить над ней, что приводит к фатальным последствиям.
00.50 Премьера! «Кино в деталях». (18+)
01.45 Импровизаторы. (16+)
02.35 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
05.15 «6 кадров». (16+)

ТНТ



23.00 «Шоу Воли». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
09.00 «УНИВЕР». (16+)
15.00 «ЖУКИ». (16+)
18.00 «ОЛЬГА». (16+)
21.00 «ДРУГ НА ЧАС». (16+)
22.00 «Женский стендап. Дайджесты-2022». (16+)
«Женский Стендап» - шоу, в котором женщины честно и откровенно шутят обо всем, что их волнует и веселит. За несколько лет на ТНТ проект обрел свою преданную аудиторию, а участницы стали суперзвездами российского юмора.
23.00 «Шоу Воли». (16+)
00.00 «ДЕНЬ ГОРОДА». (16+)
01.45 «Такое кино!» (16+)
02.10 «Импровизация. Команды». (16+)
03.40 «Студия «Союз». (16+)
05.15 «Открытый микрофон». (16+)
06.50 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

REN



00.30 «КРОВНЫЙ ОТЕЦ». (18+)

- 05.00 18.00 02.05 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 02.55 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «СВЯТЫМ ТУТ НЕ МЕСТО». (16+)
22.00 «Водить по-русски». (16+)
23.30 «Документальный спецпроект». (16+)
00.30 «КРОВНЫЙ ОТЕЦ». (18+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
05.25 09.30 «ЧУЖОЙ РАЙ-ОН-2». (16+)
08.55 «Знание - сила». (0+)
09.00 13.00 «Известия». (16+)
13.30 «ЛЕСНИК». (16+)
17.30 «Известия». (16+)
18.00 «ЛЕСНИК». (16+)
19.50 «СЛЕД». (16+)
22.25 «СВОИ-5». (16+)
23.10 «СВОИ-3». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «СЛЕД». (16+)
03.20 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.20 00.55 «ЧЕЛОВЕК-АМФИБИЯ». (12+)
11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
13.20 15.05 «СЛЕПОЙ». (16+)
18.20 «Специальный репортаж». (16+)
18.55 «ЦСКА. Спортивный щит родины». (12+)
19.40 «Загадки века». (12+)
22.55 «Между тем». (12+)
23.25 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (12+)
02.30 «Алексей Леонов». (12+)

ТВ-3

- 06.00 09.15 Утренние гадания. (16+)
09.30 16.50 «Слепая». (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
12.20 01.15 Мистические истории. (16+)
13.30 00.45 Охотники за привидениями. (16+)
14.00 Любовная магия. (16+)
14.30 Гадалка. (16+)
18.30 «ДУРНАЯ КРОВЬ». (16+)
19.15 «ПО ТУ СТОРОНУ СМЕРТИ». (16+)
21.30 «ИСЧЕЗНУВШАЯ». (16+)
02.00 «ЧТЕЦ». (12+)
06.00 Анекдоты. (16+)
07.40 Улётное видео. Самое смешное. (16+)
08.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
10.00 Решала. (16+)
11.00 Охотники. (16+)
12.00 «СОЛДАТЫ». (12+)
16.00 Улётное видео. (16+)
20.00 Охотники. (16+)
21.00 Решала. (16+)
22.00 Охотники. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.40 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
04.40 Идеальный ужин. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.55 Давай разведёмся! (16+)
08.55 Тест на отцовство. (16+)
12.10 03.10 «Порча». (16+)
13.15 04.00 «Верну любимого». (16+)
14.30 «ПРОШУ ПОВЕРИТЬ МНЕ НА СЛОВО». (16+)
19.00 «КОГДА СПАДЁТ ПЕЛЕНА». (16+)
22.05 Забота о важном. (12+)
22.10 «КОГДА СПАДЁТ ПЕЛЕНА». (16+)
23.15 «РАЙСКИЙ УГОЛОК». (16+)
06.00 «СЕМЬЯ ИВАНОВЫХ». (12+)
10.10 18.05 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ-2». (16+)
11.25 «Новости Совета Федерации». (12+)
11.35 «НЕПОДСУДЕН». (12+)
15.10 23.15 «БЕРЁЗКА». (12+)
16.05 00.10 «Еда по-советски». (12+)
17.00 «Ректорат». (12+)
17.45 «Песня остаётся с человеком». (12+)
21.00 «СОУЧАСТНИКИ». (16+)
22.35 «Очень личное». (12+)
01.05 ОТражение. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- МИР
05.00 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (16+)
06.25 Мультфильмы. (6+)
06.50, 23.20 Наше кино. История большой любви. (12+)
07.20, 10.20 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (0+)
10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
10.10 Белорусский стандарт. (12+)
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10, 16.15, 01.25 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05, 02.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.35 Мировое соглашение. (16+)
18.50 Игра в кино. (12+)
21.30 «МЕЧ-2». (16+)
23.55 «ЛОНДСКИЕ КАНИКУЛЫ». (16+)
02.50 «ЗАКОН ЖИЗНИ». (12+)
ПОБЕДА
05.20 «Путь к Победе». (16+)
06.20 «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ». (16+)
09.40 «У КАЖДОГО СВОЯ ВОЙНА». (16+)
Сериял. Драма, Россия, 2010 г.
История простых замосковских пацанов, на детство и отрочество которых выпала война и послевоенный быт с коммуналками, нищетой, царящими вокруг насильем и несправедливостью... В трущобах полуразрушенной послевоенной Москвы, под пьяный свист и гомон замоскворецкой шпаны рождается трогательное и нежное чувство Роберта к Милке, подруге местного уголовника.
23.59 «Путь к Победе». (16+)
01.00 «72 ЧАСА». (16+)
02.40 «ПРО ПЕТРА И ПАВЛА». (12+)
ДОКТОР
06.00, 12.50, 18.15, 23.50 О самом главном. «Правильная» квашеная капуста. (12+)
06.55 На приёме у психолога. Нелюбимая работа. (12+)
07.20 Психология. (12+)
07.50 InVivo. Выпуск 3. (12+)
08.15, 14.40, 00.45 Боль. Жестокая радость бытия. (16+)
09.05 О самом главном. Как бороться со стрессом? (12+)
10.00 Научные сенсации. Еда будущего. (12+)
10.45 Медицинский квест. Прикус. (12+)
11.35 Клинический случай. Мари Кюри: спорившая заживо. (12+)
12.05 Иммуитет. Код вечной жизни. (12+)
13.45, 14.15 Еда. (12+)
15.30 О самом главном. Как распознать инфаркт? (12+)
16.25 На приёме у Кирилла Лыско. Как продлить молодость. (12+)
16.55 Это лечится. Боли в спине. (12+)
17.20 Генетическая революция. (16+)
19.10, 01.30, 05.05 Теледоктор. (12+)
20.05, 02.25 Основной элемент. Влечение. (12+)
20.30, 02.50 Основной элемент. Механизмы боли. (12+)
21.00 О самом главном. Как избежать тромбоза? (12+)
21.55, 22.25 Будь в тонусе! (12+)
22.55, 23.25, 03.20, 03.45 Большой скачок. (12+)
04.15, 04.40 Метод исследования. (12+)
HISTORY
06.05 Помпеи: после извержения. (12+)
07.10 Байи - Атлантида Древнего Рима. (12+)
08.10 Призраки из Каменного века. (12+)
09.10 Перу: жертвоприношения в царстве Чимор. (12+)
10.10, 11.10 Взлом кодов. (16+)
12.05 Быть Харви Вайнштейном. (16+)
13.55 Американская мечта Роберта Кеннеди. (12+)
15.00 Помпеи: после извержения. (12+)
16.15 Расшифрованные сокровища: Американский город пирамид. (12+)
17.10 Расшифрованные сокровища: Карта сокровищ Мертвого моря. (12+)
18.00 Время великанов. (12+)
19.00 Настоящий неандерталец. (12+)
20.00 Взлом кодов: Код, который выиграл Первую мировую. (16+)
21.00 Взлом кодов: Код человека. (16+)
21.55 Черные пантеры Второй мировой. (12+)
22.50 Линии фронта: Мидуэй. (12+)
23.50 Помпеи: после извержения. (12+)
VIJU HISTORY
01.00 Байи - Атлантида Древнего Рима. (12+)
01.55 Призраки из Каменного века. (12+)
02.50 Перу: жертвоприношения в царстве Чимор. (12+)
03.45 Музейные тайны. (12+)
04.25 Взлом кодов. (16+)
05.15 Охотники на нацистов: Эрих Прибрике. (16+)

ПЕРВЫЙ



23.45 Подкаст.Лаб «Письма», (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45 12.15 15.15 16.50 18.20 Информационный канал. (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
21.45 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (12+)
22.45 «Большая игра». (16+)
23.45 Подкаст.Лаб «Письма». (16+)
00.25 Подкаст.Лаб «Триггеры». (16+)
01.10 Подкаст.Лаб «АстроУмные». (16+)
01.55 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «ДОРОГА К СЧАСТЬЮ». (12+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Кто против?» (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ДОРОГА К СЧАСТЬЮ». (12+)
21.45 Спасая людей из пожара, Артём получает травму и попадает в больницу. О работе спасателя теперь ему придётся забыть. Даже ходить он вряд ли сможет.
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «ДУЭТ ПО ПРАВУ». (12+)
03.55 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА». (16+)
04.44 Перерыв в вещании

НТВ



20.00 «НЕВСКИЙ: РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (16+)

- 04.35 «ПЛЯЖ: ЖАРКИЙ СЕЗОН». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.30 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 19.00 «Сегодня»
16.20 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
20.00 «НЕВСКИЙ: РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (16+)
22.15 «ФАЛЬШИВЫЙ ФЛАГ». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «ФАЛЬШИВЫЙ ФЛАГ». (16+)
00.55 «АЛЕКС ЛЮТЫЙ». (16+)
04.15 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

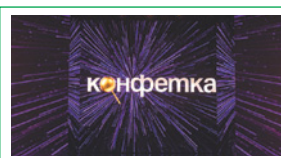
СТС



08.00 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Лунтик». (0+)
08.00 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
09.00 Уральские пельмени. (16+)
10.20 «ПАССАЖИР». (16+)
12.20 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
18.30 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
20.00 «ТЕЛЕПОРТ». (16+)
21.45 «НОВЫЕ МУТАНТЫ». (16+)
23.35 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (16+)
01.35 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
05.10 «б кадров». (16+)
05.20 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

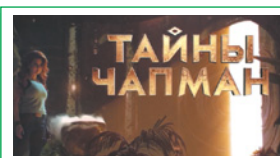
ТНТ



23.00 «Конфетка». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
08.30 «Модные игры». (16+)
Блюсти порядок в мире модных образов уже третий сезон подряд будет fashion-блогер Карина Нигай и звездный стилист и дизайнер Али-на Герман. За мужской взгляд будут отвечать певец и блогер Давид Манукян...
09.00 «УНИВЕР». (16+)
15.00 «ЖУКИ». (16+)
18.00 «ОЛЬГА». (16+)
21.00 «ДРУГ НА ЧАС». (16+)
22.00 «Женский стендап. Дайджесты-2022». (16+)
23.00 «Конфетка». (16+)
01.00 «Импровизация. Команды». (16+)
03.30 «Студия «Союз». (16+)
05.00 «Открытый микрофон». (16+)
06.35 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



17.00 «Тайны Чапман». (16+)

- 05.00 18.00 02.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
06.05 «С бодрым утром!» (16+)
09.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 03.10 «Тайны Чапман». (16+)
19.00 Информационная программа 112. (16+)
20.00 «ПАРАНОЙЯ». (12+)
22.00 «Смотреть всем!» (16+)
23.00 «Новости». (16+)
00.30 «САБОТАЖ». (18+)

5 5-Й КАНАЛ

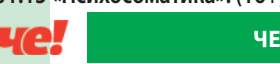
- 06.50 «ЛЕСНИК». (16+)
08.55 «Знание - сила». (0+)
09.00 «Известия». (16+)
09.30 «ЛЕСНИК». (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 «ЛЕСНИК». (16+)
17.30 «Известия». (16+)
18.00 «ЛЕСНИК». (16+)
19.50 «СЛЕД». (16+)
22.25 «СВОИ-5». (16+)
23.10 «СВОИ-3». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «СЛЕ». (16+)
03.20 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)



- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.20 01.15 «КОМАНДИР КОРАБЛЯ». (12+)
11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
13.40 15.05 «СЛЕПОЙ-2». (16+)
18.55 «ЦСКА. Спортивный щит родины». (12+)
19.40 «Секретные материалы». (16+)
22.55 «Между тем». (12+)
23.25 «ДВА ФЕДОРА». (12+)
02.55 «Апостол дьявола». (12+)
03.45 «СЛЕПОЙ-2». (16+)

ТВ-3

- 06.00 09.15 Утренняя гадания. (16+)
06.15 «Мультфильмы». (0+)
09.30 16.50 «Слепая». (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
12.20 00.15 Мистические истории. (16+)
13.30 23.45 Охотники за привидениями. (16+)
14.00 Любовная магия. (16+)
14.30 Гадалка. (16+)
18.30 «ДУРНАЯ КРОВЬ». (16+)
19.30 «ПО ТУ СТОРОНУ СМЕРТИ». (16+)
21.45 «2:22». (16+)
01.15 «Психосоматика». (16+)



- 06.00 Идеальный ужин. (16+)
06.10 07.50 Улётное видео. Самое смешное. (16+)
07.00 Улётное видео. Топ-35. (16+)
08.30 02.40 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
10.00 Решала. (16+)
11.00 Охотники. (16+)
12.00 «СОЛДАТЫ». (12+)
16.00 Улётное видео. (16+)
20.00 Охотники. (16+)
21.00 Решала. (16+)
22.00 Охотники. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
04.40 Идеальный ужин. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
08.10 Давай разведёмся! (16+)
09.10 10.40 Тест на отцовство. (16+)
10.35 22.05 Забота о важном. (12+)
11.25 04.15 «Понять. Простить». (16+)
12.30 02.30 «Порча». (16+)
13.05 02.55 «Знахарка». (16+)
14.45 «КОГДА СПАДЁТ ПЕЛЕНА». (16+)
19.00 22.10 «ОТВЕРЖЕННАЯ». (16+)
23.20 «ТАРИФ НА ЛЮБОВЬ». (16+)



- 07.30 11.00 «Календарь». (12+)
10.10 17.10 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ-2». (16+)
11.30 05.05 «Потомки». (12+)
15.10 23.15 «БЕРЁЗКА». (12+)
16.05 00.10 «Случайные носители мышления». (12+)
17.00 «Отчий дом». (12+)
21.00 «РАБА ЛЮБВИ». (12+)
22.35 «На приеме у главного врача с Марьяной Лысенко». (12+)
01.05 ОТражение. (12+)
05.30 «Книжные аллеи». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

Grid of program listings under 'ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ' with sub-sections: МИР, ПОБЕДА, ДОКТОР, HISTORY, ВИЖУ HISTORY, ПЯТНИЦА, Ю.

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Серьезные фильмы (16+) не рекомендуются лицам моложе 16 лет (18+) не рекомендуются лицам моложе 18 лет.

7 ПЕРВЫЙ
09.55 «Жить здорово!» (16+)
05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45 12.15 15.15 16.50 18.20 Информационный канал. (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
21.45 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (12+) Новые серии
22.45 «Большая игра». (16+)
23.45 Подкаст.Лаб «Космические истории». (16+)
00.25 Подкаст.Лаб «Собрались с мыслями». (16+)
01.10 Подкаст.Лаб «Креативные индустрии». (16+)
01.55 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ
21.20 «ДОРОГА К СЧАСТЬЮ». (12+)
05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Кто против?» (12+)
16.00 20.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ДОРОГА К СЧАСТЬЮ». (12+)
Коля полон решимости наладить отношения с Аней. Он врывается в медцентр, где работает жена, и при всех дарит ей букет. Вовка с однокурсниками приходят к Артёму в госпиталь.
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.00 «45-й Московский Международный кинофестиваль. Торжественное закрытие»
03.10 «ЗОЙКИНА ЛЮБОВЬ». (16+)

НТВ
20.00 «НЕВСКИЙ: РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (16+)
04.45 «ПЛЯЖ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.30 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.20 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «НЕВСКИЙ: РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (16+)
22.15 00.00 «ФАЛЬШИВЫЙ ФЛАГ». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.55 «Поздняков». (16+)
01.10 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
02.10 «Основано на реальных событиях». (16+)

СТС
12.20 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Лунтик». (0+)
08.00 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
09.00 Уральские пельмени. (16+)
10.10 «ВОЗДУШНЫЙ МАРШАЛ». (12+)
12.20 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
18.30 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
20.00 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
21.55 «СМОКИНГ». (12+)
23.55 «ДВАДЦАТЬ ОДНО». (16+)
02.10 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИЯН». (12+)
05.00 «6 кадров». (16+)
05.20 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ
09.00 «ОЛЬГА». (16+)
07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
08.30 «Хочу перемен!». (16+)
Какая связь между цветом обоев и личной жизнью? Между расположением дивана и карьерными успехами? Между содержимым шкафа и болезнями?
09.00 «ОЛЬГА». (16+)
21.00 «ДРУГ НА ЧАС». (16+)
22.00 «Женский стендап. Дайджесты-2022». (16+)
23.00 «Женский стендап. Если ты думаешь, что женщины не ругаются, не жалуются на детей и еще множество всяких «не», то это шоу докажет обратное! Для героинь «Женского стендапа» нет запретных тем.
00.00 «Концерты». (16+)
01.00 «Импровизация. Команды». (16+)
03.50 «Студия «Союз». (16+)
05.20 «Открытый микрофон». (16+)

REN
00.30 «БАРРАКУДА». (18+)
05.00 18.00 02.05 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Неизвестная история». (16+)
17.00 02.50 «Тайны Чапмана». (16+)
19.00 Информационная программа 112. (16+)
20.00 «ЗАКАТАТЬ В АСФАЛТ». (16+)
00.30 «БАРРАКУДА». (18+)

5 5-Й КАНАЛ
06.20 «ЛЕСНИК». (16+)
08.35 «День ангела». (0+)
09.00 «Известия». (16+)
09.30 «ЛЕСНИК». (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 «ЛЕСНИК». (16+)
17.30 «Известия». (16+)
18.00 «ЛЕСНИК». (16+)
19.50 «СЛЕД». (16+)
22.25 «СВОИ-5». (16+)
23.10 «СВОИ-3». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «СЛЕД». (16+)
03.20 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
ЗВЕЗДА
05.20 13.40 15.05 03.00 «СЛЕПОЙ-2». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.20 «ПРОЕКТ «АЛЬФА». (12+)
11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
18.55 «ЦСКА. Спортивный щит родины». (12+)
19.40 «Код доступа». (12+)
22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
23.25 «ДВОЙНОЙ КАПКАН». (16+)
02.05 «Мария Закревская». (12+)

ТВ-3
06.00 09.15 Утренние гадания. (16+)
06.15 «Мультфильмы». (0+)
09.30 16.50 «Слепая». (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
13.30 23.30 Охотники за привидениями. (16+)
14.00 Любовная магия. (16+)
14.30 Гадалка. (16+)
18.30 «ДУРНАЯ КРОВЬ». (16+)
19.30 «ПО ТУ СТОРОНУ СМЕРТИ». (16+)
21.45 «13-Й РАЙОН: КИРПИЧНЫЕ ОСОБНЯКИ». (16+)
01.00 «ТВОЙ МИР». (16+)
ЧЕ!
06.00 Идеальный ужин. (16+)
06.10 07.50 Улёётное видео. Самое смешное. (16+)
07.00 Улёётное видео. Топ-35. (16+)
08.30 02.40 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
10.00 Решала. (16+)
11.00 Охотники. (16+)
12.00 «СОЛДАТЫ». (12+)
16.00 Улёётное видео. (16+)
20.00 Охотники. (16+)
21.00 Решала. (16+)
22.00 Охотники. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
04.40 Идеальный ужин. (16+)

ДОМАШНИЙ
06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
08.00 Давай разведёмся! (16+)
09.00 10.40 Тест на отцовство. (16+)
10.35 22.05 Забота о важном. (12+)
11.15 04.55 «Понять. Простить». (16+)
12.20 03.05 «Порча». (16+)
12.55 03.30 «Знахарка». (16+)
14.40 «НЕОКОНЧЕННАЯ СВАДЬБА». (16+)
19.00 22.10 «СОЛОВЕЙКА». (16+)
23.20 «ОТПУСК В СОСНОВОМ ЛЕСУ». (16+)
06.00 22.45 «Моя история». (12+)
10.10 18.05 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ-2». (16+)
11.25 «РАБА ЛЮБВИ». (12+)
15.10 23.15 «БЕРЁЗКА». (12+)
16.10 00.10 «В поисках утраченного искусства». (16+)
17.00 «Коллеги». (12+)
17.45 Специальный проект ОТР «Конструкторы будущего». (12+)
21.00 «ТЫ ЕСТЬ...» (12+)
01.05 ОТражение. Главное. (12+)
04.05 «Потомки». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ
МИР
05.00, 10.10 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (16+)
05.20 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (18+)
10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10, 16.15, 23.55 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05, 00.40 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.35 Мировое соглашение. (16+)
18.50 Игра в кино. (12+)
21.30 «МЕЧ-2». (16+)
Сериал. Детектив, Россия, 2014 г.
23.25 Наше кино. История большой любви. (12+)
01.05 «ВЕСНА». (0+)
02.50 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
04.10 «БЕГИ!». (16+)
ПОБЕДА
04.20 «Путь к Победе». (16+)
05.20 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (18+)
06.50 «КАЛАШНИКОВ». (16+)
14.30 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
Сериал. Драма, Россия, 2013 г.
Владивосток, 1920 год. Чтобы уцелеть в вихре гражданской войны, мальчишки из разных миров, - простой парень Илья, воспитанный офицером японского гарнизона, и кадет Аркадий, сын белогвардейского полковника, - выдают себя за братьев.
23.59 «Путь к Победе». (16+)
01.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
02.10 «СОЛДАТИК». (12+)
03.40 «ТАНЕЦ С САБЛЯМИ». (16+)
ДОКТОР
06.00, 12.55, 18.20, 23.40 О самом главном. Как бороться со стрессом? (12+)
06.55 Метод исследования. МРТ. (12+)
07.20 Метод исследования. Онкопоиск. (12+)
07.50 Эпидемия. Испанский грипп. (12+)
08.15, 14.40, 00.35 Иммунолог. Код вечной жизни. (12+)
09.05 О самом главном. Секреты долгожителей. (12+)
10.05 InVivo. Выпуск 4. (12+)
10.30, 04.40 Клинический случай. Сердце Эйзенштейна. (12+)
11.00 Теледоктор. Прямая трансляция
11.55, 12.25, 17.20, 17.50, 21.55, 22.25 Будь в тонусе! (12+)
13.55 Медицинский квест. Вегетарианство. (12+)
15.30 О самом главном. Светобоязнь. (12+)
16.25 Эпидемия. Полиомиелит. (12+)
16.55 Эпидемия. Чума. (12+)
19.15, 05.05 На приеме у психолога. Гнев. (12+)
19.45, 05.35 Психология. Как избавиться от депрессии. (12+)
20.15, 02.15 Научные сенсации. Медицина будущего. (12+)
21.00 О самом главном. Польза компота. (12+)
22.55, 03.00 Научные сенсации. Еда будущего. (12+)
01.25 На приеме у психолога. Нелюбимая работа. (12+)
01.50 Психология. Измены в семье. (12+)
03.45 Еда. Рыба. (12+)
04.10 Еда. Масло. (12+)
HISTORY
06.00 Музейные тайны. (12+)
06.40 Линии фронта. (12+)
07.40 Расшифрованные сокровища: Поиски священной Грааля. (12+)
08.35 Расшифрованные сокровища: В поисках Атлантиды. (12+)
09.25, 10.20 5000 лет истории Нила. (12+)
11.15 Очень странные экспонаты: Скарabei, ковчег и скала. (12+)
12.05, 13.05, 14.05, 15.05 Война в Корее. (12+)
16.00 Мегаполис: секреты древнего мира: Афины. (12+)
17.05 Мегаполис: секреты древнего мира: Александрия. (12+)
18.05 Рыцари: Железные герои. (16+)
19.05 Рыцари: Во имя чести и славы. (16+)
20.00 Очень странные экспонаты: Батарея, кричащая мумия и железная рука. (12+)
20.55 Очень странные экспонаты: Древний компьютер, голубь и нанотехнологии Рима. (12+)
21.45 Линии фронта: Иводзима. (12+)
22.45 Нормандия 44: день «Д» и французская кампания: День «Д». (12+)
23.45 Расшифрованные сокровища: Поиски священной Грааля. (12+)
00.35 Музейные тайны. (12+)
01.20, 02.05 5000 лет истории Нила. (12+)
02.55, 03.40 Очень странные экспонаты. (12+)
04.25 Быть Харви Вайнштейном. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Сериалы (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.

ПЕРВЫЙ



19.20 «Сегодня вечером». (16+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 «Умницы и умники». (12+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
10.15 Премьера. «Поехали!» (12+)
11.10 Премьера. «ПроУют». (0+)
12.15 «Видели видео?» (0+)
14.00 «Рюриковичи». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Премьера. «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
19.20 «Сегодня вечером». (16+)
21.00 «Время»
21.35 «Клуб Веселых и Находчивых». Высшая лига. (16+)
23.50 «ЭЙФЕЛЬ». (16+)
История создания символа Парижа
01.50 Подкаст.Лаб «Анекдоты». (16+)
02.35 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



18.00 «Привет, Андрей!» (12+)

- 05.00 Утро России. Суббота
08.00 Вести. Местное время
08.20 Местное время. Суббота
08.35 «По секрету всему свету»
09.00 «Формула еды». (12+)
09.25 «Пятеро на одного»
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
12.00 «Доктор Мясников». (12+)
13.05 «ТОКСИЧНАЯ ЛЮБОВЬ». (12+)
Оксана давно мечтает о счастливой семье. Вот уже несколько лет она встречается с застенчивым преподавателем Виталием, но он не спешит с предложением руки и сердца.
17.00 Вести
18.00 «Привет, Андрей!» (12+)
20.00 Вести
21.00 «ОЧЕНЬ ПЛОХАЯ НЕВЕСТА». (12+)
00.40 «ДОБЕЖАТЬ ДО СЕБЯ». (12+)
03.50 «БЕЛОЕ ПЛАТЬЕ». (16+)

НТВ



19.00 «Центральное телевидение»

- 05.30 «ПЛЯЖ». (16+)
07.20 «Смотр». (0+)
08.00 10.00 16.00 «Сегодня»
08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
09.20 «Едим дома». (0+)
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.00 «Живая еда». (12+)
12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
13.00 «Страна талантов». Новый сезон. (12+)
15.20 «Игры разумов». (0+)
16.20 ЧП. Расследование. (16+)
17.00 «Следствие вели...» (16+)
19.00 «Центральное телевидение»
20.20 «Ты не поверишь!» (16+)
21.25 «Секрет на миллион». (16+)
23.35 «Международная пилорама» с Тиграном Кеосаяном. (18+)
00.20 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
02.10 «Дачный ответ». (0+)
03.00 «ЛИНИЯ ОГНЯ». (16+)

СТС



08.25 Шоу «Уральских пельменей». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Три кота». (0+)
07.30 Премьера! «Отель «У овечек». (0+)
08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
08.25 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.00 ПроСТО кухня. (12+)
10.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
10.40 Фактор страха. Испытание тайгой. (16+)
11.40 «СМОКИНГ». (12+)
13.40 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
15.35 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ». (12+)
18.00 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ: ПРОТИВОСТОЯНИЕ». (16+)
21.00 «ОХОТНИК НА МОНСТРОВ». (16+)
23.00 «НОВЫЕ МУТАНТЫ». (16+)
00.45 «ОЛЕНЬИ РОГА». (18+)
02.25 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
05.10 «б кадров». (16+)

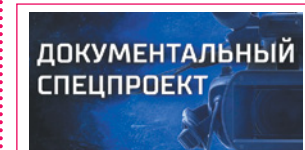
ТНТ



12.20 «Битва экстрасенсов». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
09.00 «Бьюти баттл». (16+)
09.30 «Модные игры». (16+)
10.00 «Новые Звёзды в Африке». (16+)
12.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших. Дайджест». (16+)
12.20 «Битва экстрасенсов». (16+)
16.55 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)
23.00 «Женский стендап». (18+)
00.00 «ЛЮБОВНИЦЫ». (18+)
01.50 «Импровизация. Команды». (16+)
03.30 «Студия «Союз». (16+)
04.10 «Студия «Союз». Дайджест». (16+)
05.00 «Открытый микрофон». (16+)
06.35 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

REN



15.30 «Документальный спецпроект». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
07.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)
09.00 «Минтранс». (16+)
10.00 Самая полезная программа. (16+)
11.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
12.30 «Новости». (16+)
13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
14.30 «СОВБЕЗ». (16+)
15.30 «Документальный спецпроект». (16+)
16.30 «Новости». (16+)
17.00 «Засекреченные списки». (16+)
18.00 «ЛЫСЫЙ НЯНЯКА: СПЕЦЗАДАНИЕ». (16+)
19.50 «ЧЁРНАЯ ВДОВА». (16+)
22.30 «ТИТАН». (16+)
00.20 «КРИО». (16+)
02.30 «СВЯТЫМ ТУТ НЕ МЕСТО». (18+)

5-Й КАНАЛ

- 05.00 «БАРС». (16+)
08.10 «СВОИ-5». (16+)
09.45 «Светская хроника». (16+)
10.45 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
18.20 «СЛЕД». (16+)
00.00 «Известия. Главное». (16+)
01.05 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
Окончательно вжившись в свои образы и форменные синие мундиры, строгие, но справедливые телевизионные прокуроры теперь выйдут за пределы судебных залов.

ЗВЕЗДА

- 06.05 «ИВАН ДА МАРЬЯ». (6+)
08.15 «Морской бой». (6+)
09.15 «СВАДЬБА С ПРИДАНЫМ». (12+)
11.45 «Легенды музыки». (12+)
13.15 «Не факт!» (12+)
13.40 «Война миров». (16+)
16.20 «ЦСКА. Спортивный штат родины». (12+)
17.25 18.30 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+)
22.30 «Звезда-2023». (6+)
00.05 «И СНОВА АНИСКИН». (12+)

ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 Вкусно с Ляйсан. (16+)
10.00 Гадалка. (16+)
11.15 «ДУРНАЯ КРОВЬ». (16+)
15.15 «ТЁМНЫЙ МИР». (16+)
17.15 «РЯД 19». (16+)
19.00 «ЛЕДЯНОЙ ДЕМОН». (16+)
21.00 «НЕВЕСТА». (16+)
23.00 «СТРАШНЫЕ СКАЗКИ». (16+)
01.30 «Далеко и ещё дальше с Михаилом Кожуховым». (16+)
03.45 Апокалипсис. (16+)
05.30 «Мультфильмы». (0+)

ЧЕ!

- 06.00 Утилизатор. (12+)
07.00 Утилизатор. (16+)
07.30 Утилизатор. (12+)
08.30 Утилизатор. (16+)
09.00 Утилизатор. (12+)
09.30 «СОЛДАТЫ-2». (12+)
18.00 Клуб обаятельных животных. (16+)
20.00 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
23.30 «ЗАЩИТНИК». (16+)
01.20 Улётное видео. Топ-35. (16+)
02.15 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
04.10 Утилизатор. (16+)
05.50 Утилизатор. (12+)

ДОМАШНИЙ

- 06.30 «ВЕРЮ. ЛЮБЛЮ. НАДЕЮСЬ». (16+)
10.00 Пять ужинов. (16+)
10.15 «ЖЕРТВА ЛЮБВИ». (16+)
Игорю судьба уготовила серьезные испытания. Трагическая смерть любимой жены Натальи под колесами автомобиля стала для Игоря непереносимой душевной болью.
19.00 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)
22.45 «РАДИ ЖИЗНИ». (16+)
02.35 «ЖЕРТВА ЛЮБВИ». (16+)
05.50 «Знать будущее». (16+)

ОТР

- 07.45 «Мультфильмы». (0+)
09.00 Отражение
12.20 16.00 «Конструкторы будущего». (12+)
12.30 «ОДИН ИЗ ТРИНАДЦАТИ». (16+)
16.40 «Хроники общественного быта». (12+)
17.25 «МЕНЯЛЫ». (12+)
19.05 «Очень личное». (12+)
19.45 «Преодоление». (12+)
20.25 03.15 «ПОЛОВИНКИ». (16+)
20.45 «ЦВЕТЫ ВОЙНЫ». (16+)
23.10 «РАССКАЗЫ». (18+)
01.00 «ФАУСТ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

Grid of programs including 'МИР', 'ПОБЕДА', 'ДОКТОР', 'HISTORY', 'VIJU HISTORY' with various show titles and times.

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Серии (0+) рекомендуется детям любого возраста (6+) не рекомендуется детям до 6 лет (12+) не рекомендуется детям до 12 лет (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет.

Телепрограмма предоставлена 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.

КРОССВОРД

Разгадайте в головоломке афоризм французского поэта Поля Валери (55 букв).
Зашифрованные буквы не соприкасаются друг с другом ни по горизонтали, ни по вертикали, ни по диагонали.

Цифры со стрелками показывают количество букв загаданной фразы, находящихся в данном направлении.

Несколько подсказок (под словом ряд подразумевается строка, столбец или диагональ):

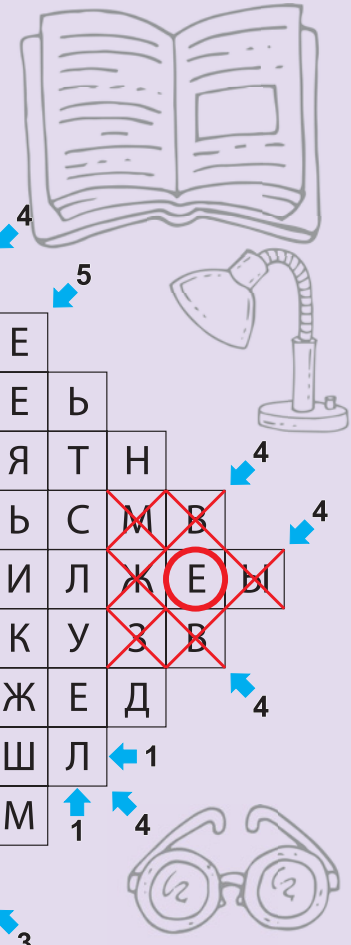
1) как только вы нашли одну из букв, можно сразу вычеркнуть все буквы вокруг нее (в задании несколько букв уже найдено);

2) если стрелка указывает, что в ряду 0 букв, то можно сразу же вычеркнуть весь ряд. Если стрелка указывает, что в ряду одна буква, и вы ее уже нашли, то остальные буквы в ряду можно вычеркнуть, и т.д.;

3) если на какой-то ряд не указывает стрелка, всё равно можно посчитать (или примерно прикинуть), сколько там искомых букв, зная общее количество букв в загаданной фразе, и количество букв в параллельных нашему рядух;

4) если в ряду загаданной буквой может быть только одна из двух соседних, вы можете смело вычеркивать буквы на этих же местах в двух соседних рядах; 5) когда уже не помогает умение считать, просто пытайтесь понять, какие не вычеркнутые буквы составляют осмысленную фразу или хотя бы часть ее.

5 7 4
С В Т Э И
5 5
Е З К О У Б Х
4 4
Х М О Ы Т Ж В Т О
3 2
Т О Е И Х Б К Б П Т Ж
6 6
А Р А Е О Н Р Г И Р Е А Е
У К В Е Е А С К Т Ы Е Е Ю Е Ь
С Д Т Д Ь П Р У А Р С Г Т И Я Т Н
5 4
В Ы Н И С Ы Л Ь Е Р М Ю С У М Ь С М В
8 4
У Ф Т Е О Б Е Ц Ю Н М Ь К Я О Р И Л Ж Е Ы
4 4
В К Т Ь Х О Л В У Б К Д Р У И К У З В
4 4
А И Н С И Х Е Н Д И М Л Е Ш Ж Е Д
5 1
О К О Ж Е М З У Р Б А Т С Ш Л
4 6 1 4
З Л В Н У Р О Ж К Н О Т М
1 1 4
Д В З К Л И Р Е Е Е Г
3
С Ю М В А Н Ы Л С
4 1 4
Р М Х О Л Т С
4 1 4
Л О О Т М



Ответ на задание в № 15:
Николай Добролюбов:
«Кто не страдал и кто не ошибался, тот цену истины и счастья не узнал».

ХРОНОЛОГИКА

ВЕРА
СВЕТЛОЕ РАДИО

Вышний Волочек
104,5 FM

Губкин
104,0 FM

Задонск
103,9 FM

Липецк
97,9 FM

Москва и область
100,9 FM

Мосолово
101,0 FM

Орёл
95,6 FM

Осташков
99,4 FM

Ржев
102,4 FM

Рязань
102,5 FM

Смоленск
88,4 FM

Старый Оскол
104,0 FM

Тверь
89,4 FM

ДОСТУПНО
ОНЛАЙН

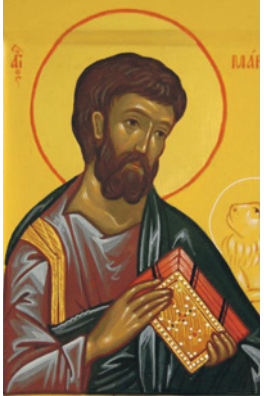
RADIOVERA.RU

СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ЕВАНГЕЛИЕ

«...Он воскрес, Его нет здесь»

Пришел Иосиф из Аримафеи, знаменитый член совета, который и сам ожидал Царствия Божия, осмелился войти к Пилату, и просил тела Иисусова. Пилат удивился, что Он уже умер, и, призвав сотника, спросил его, давно ли умер? И, узнав от сотника, отдал тело Иосифу. Он, купив плащаницу и сняв Его, обвил плащаницею, и положил Его во гроб, который был высечен в скале, и привалил камень к двери гроба. Мария же Магдалина и Мария Иосиева смотрели, где Его полагали. По прошествии субботы Мария Магдалина и Мария Иаковлева и Саломия купили ароматы, чтобы идти помазать Его. И весьма рано, в первый день недели, приходит ко гробу, при восходе солнца, и говорят между собою: кто отвалит нам камень от двери гроба? И, взглянув, видят, что камень отвален; а он был весь-



ма велик. И, войдя во гроб, увидели юношу, сидящего на правой стороне, облеченного в белую одежду; и ужаснулись. Он же говорит им: не ужасайтесь. Иисуса ищите Назарянина, распятого; Он воскрес, Его нет здесь. Вот место, где Он был положен. Но идите, скажите ученикам Его и Петру, что Он предвещает вас в Галилее; там Его увидите, как Он сказал вам. И, выйдя, побежали от гроба; их объят трепет и ужас, и никому ничего не сказали, потому что боялись.

Этот отрывок из Евангелия от Марка будет читаться в православных храмах 30 апреля, в воскресенье.

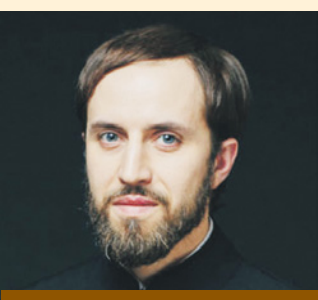
В этом чтении – рассказ о том, как ранним утром первого дня недели жены-мироносицы пошли ко гробу, чтобы помазать благовониями тело Господа Иисуса. То тело, которое после распятия было снято с креста и положено в гроб Иосифом и Никодимом, тайными учениками Христа. Женщины беспокоились о том, что не смогут отодвинуть камень, которым был закрыт вход. Кроме того, вполне возможно, они могли переживать о страже, поставленной первосвященниками.

Важно понимать, что они идут практически без надежды на то, что все хоть как-то устроится. Они просто идут, потому что должны идти. Но вот камень оказывается отвален, и их встречает Ангел, который говорит, что Господь воскрес и что им надо рассказать ученикам, что Он ждет их в Галилее.

Читая этот рассказ, мы понимаем, что перед нами лучший вариант развития событий. Ведь они шли, чтобы помазать Тело Христова благовонными маслами, но вместо этого встретили Ангела, который сообщил им радостную весть, что Он воскрес. Но, прежде чем они все это узнали, прежде чем обрадовались, они

должны были пройти путь, на котором верность Богу, верность своей любви, была сильнее безнадёжности их ситуации.

В нашей собственной жизни так бывает довольно часто. Мы оцениваем какую-то ситуацию как хорошую или как плохую, и наша оценка кажется нам правильной. На самом же деле многое зависит от того, как мы относимся к данной ситуации, обольщаемся или, наоборот, отчаиваемся или наконец проявляем рассудительность, понимая, что во всей нашей жизни, кроме нас самих, действует еще Бог. Мироносицы, которые шли ко гробу Господа, не могли обольщаться и думать, что все будет очень легко и просто, но они же не должны были отчаиваться. Отчаяние парализует, лишает возможности действовать, но надежда и верность позволяют делать то, что должен, вопреки всему. Это чтение, как на самом деле и все Евангельское повествование, учит нас поступать так, как мы считаем правильным, несмотря на то, как этот поступок выглядит со стороны, кажется ли он реальным или практически невозможным. Нам кажется, что важен только результат, но для Бога важен выбор, который совершается до реальных событий. Часто в жизни



Комментирует священник Стефан Домусчи

мы пользуемся готовыми клише для оценки того, что в ней происходит. Мы думаем так: здесь, судя по всему, я справлюсь, а вот здесь – нет. Но мы забываем, что строим не только материальную жизнь, мы выстраиваем также жизнь духовную. Более того, строим не одни, но вместе с Богом, Которого обычно не учитываем. Конечно, Его вмешательство нельзя гарантировать, но разве не так со всей нашей жизнью? Иногда самое надежное дело срывается, а то, чего не должно было произойти, происходит, потому что в итоге все находится в руках Божиих.

В этом чтении мы увидели пример того, как правильный выбор оказался важнее и сильнее обстоятельств. Пусть он поможет и нам научиться выбирать правду.

Фото предоставлено радио «Вера»

Бугенвиллия – очень эффектное растение.

И славится оно не цветами, которые на самом деле небольшие и малозаметные, а яркими прицветниками. Если соблюдать правила ухода, то даже не будет заметно, что листья под цветущим облаком бугенвиллии.

Освещение

Бугенвиллия просто обожает хорошо освещенные места. Притенение требуется только на южном окне и в летний полдень – так как солнце может выжечь и зеленые листья, и красоту прицветников. Летом растение можно даже вынести на свежий воздух на балкон или на летнюю веранду, но обязательно убедившись, что там на него не попадут осадки и не повалят сильный ветер. В зимнее время будет нелишним досвечивать растение фитолампами.



Цветущее облако бугенвиллии

Полив

Цветок может перенести небольшую засуху, но для пышного цветения бугенвиллия нуждается в регулярном поливе. В весенне-летний период особенно важно не допускать пересыхания, так как в это время закладываются цветочные почки и растение цветет. Излишки воды обязательно удалять из поддона. На пользу пойдут регулярные опрыскивания. В осенне-зимний период количество полива значительно снижают, но опять же, не допуская полного пересыхания земли.

Температура

В летнее время бугенвиллия достаточно комфортно себя чувствует в широком диапазоне температур, от 20 до 30 градусов. С приходом осени начинает готовиться к отдыху, поэтому нуждается в постепенном понижении температур до 12-15 градусов. При этом растение не должно находиться на сквозняке или на холодном подоконнике, так как корни могут переохладиться.

Удобрение

В весенне-летний период каждые две недели вносят комплексные удобрения или специальные удобрения для цветущих растений. При внесении удобрений будьте внимательны, их избыток может привести к болезням цветка.

Пересадка

Молодые растения пересаживают ежегодно. Примерно с пяти лет цветок пересаживают по мере необходимости – раз в 2-3 года, когда горшок станет мал. Новый горшок желателен на 2-3 см больше предыдущего. В очень большом горшке растение будет цвести неохотно.

Горшки для бугенвиллии должны быть не столько широкими, сколько глубокими. И обязательно дренажный слой на дне.

Размножение

Бугенвиллия хорошо размножается черенкованием. Весной нарезают полуодревесневшие черенки длиной около 10 см и ставят в емкость с водой для образования корней.

Важно, чтобы емкость не находилась на холодном подоконнике.

Обрезка

Обрезкой можно влиять не только на размеры и форму бугенвиллии, но и на ее цветение. Цветы появляются на молодых боковых побегах, поэтому важно, чтобы их было как можно больше. Осенью после цветения можно подрезать кончики веток, а в конце зимы удалить ослабленные или подсохшие побеги. А для того, чтобы активнее росли боковые побеги, нужно подрезать прошлогодние примерно на треть их длины или чуть меньше, если растение небольшое.

Бугенвиллию можно сформировать в виде дерева, в том числе в стиле бонсай, или куста. Для дерева выбирают один наиболее сильный и прямой побег, а остальные удаляют. Верхушку побега обрезают для стимулирования ветвления. А еще можно посадить в одном горшке 2-3 черенка и по мере роста переплести их стволы.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

Питомник растений Солнечный

УВАЖАЕМЫЕ САДОВОДЫ, ДОРОГИЕ КОЛЛЕГИ! ДРУЗЬЯ!

Мы не просто предлагаем Вам качественные, устойчивые и урожайные сорта саженцев **без ПРЕДОПЛАТЫ!** Поверьте, это не главное. Мы предлагаем Вам здесь, и сейчас начать создавать сад вашей мечты. Это будет ваш и только ваш сад, мы лишь поможем Вам выбрать отличные саженцы. Мы умеем это делать!

ШЕЛКОВИЦА ЧЕРНАЯ КОРОЛЕВСКАЯ



600 руб.

Это сорт с отличной зимостойкостью, засухоустойчивостью и неприхотливостью в отношении почвы. Дерево среднерослое с обильным и ранним (во всех отношениях) плодоношением, ягоды появляются на саженце на 2-й год и, как правило, плоды Королевской шелковицы одни из самых крупных, достигают 7 см, сочные, с отличным вкусом, подходят для транспортировки.

ЯБЛОНЯ МОДИ

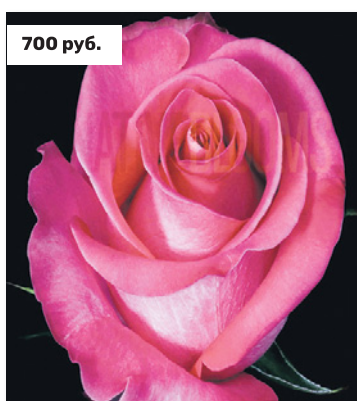


500 руб.

Уникальный сорт, который в процессе селекции получил вместе с насыщенным цветом

высочайшую зимостойкость и отличный десертный вкус. Плоды крупные около 200 г, они имеют округло-вытянутую форму. Плодоносить деревья начинают довольно быстро. Урожайность на высоком уровне, в прохладных условиях они лежат 6 месяцев. Сорт хорошо переносит зимние морозы.

РОЗА ТОПАЗ



700 руб.

Крупные бокаловидные бутоны насыщенно-розово-сиреневого цвета. Возвышаются на одиночных побегах на невысоких компактных кустах. Украшает сад с начала лета и до глубокой осени, отдавая цветы практически непрерывно. Кусты компактные, невысокие, до 1 м в высоту, радиусом 70 см. Цветок по форме – плотный высокий бокал, до 12 см. От 26 до 40 лепестков в одном бутоне. Лепестки кожистые, очень плотные, туго скрученные, устойчивые к растрескиванию. Аромат превосходный.

СЛИВА ТО-ЧЕ-САН ДИПЛОИДНАЯ



750 руб.

Плоды очень крупные до 150 г, округлой формы, светло-желтого цвета. Товарность и транспортабельность плодов высокая. Мякоть желтая, плотная, очень сочная, нежная, ароматная, сладкая, с легкой кислинкой. Косточка маленькая. Урожайность высокая, ежегодная. Зимостойкость выше средней и достаточная для выращивания в большинстве регионов России.

АБРИКОС ПОЛЕССКИЙ КРУПНОПЛОДНЫЙ

Дерево среднерослое до 3 м, с компактной кроной и умеренной силой роста. Высокая зимостойкость и морозостойкость. Плоды очень крупные 100 г, кожица с небольшим румянцем оранжевого цвета. Мякоть нежная, оранжевая, сочная, приятного аромата. Небольшого размера косточка продолговатой формы и ее легко можно отделить от мякоти. Ценится сорт за стабильно высокий урожай плодов.



600 руб.

Урожайность с одного взрослого дерева более 110 кг. Транспортабельность абрикосов, подходит для промышленного выращивания.

ЕЖЕВИКА АСТЕРИНА



600 руб.

Высокоурожайный, бесшипный сорт. Куст, высотой до 2,5 м. Ягоды крупные 14 г, овально-удлиненной формы, глянцево-черные, очень сладкие уже в технической зрелости, с чудесным ежевичным ароматом. Астерина очень урожайная, устойчива к вредителям и заболеваниям, некапризна.



ЗАКАЗ МОЖНО ОФОРМИТЬ:

- по телефонам:
8 (800) 600-53-24
(звонок бесплатный),
8 (905) 393-21-11,
8 (937) 091-98-87
каждый день
с 8:00 до 18:00

2. через интернет-магазин
WWW.SOLAR34.RU

3. отправить письмо по почте
на адрес: 404011,
Волгоградская область,
Дубовский район, с. Пичуга,
ул. Московская, 59.

Всю необходимую информацию и полный каталог растений вы можете найти на нашем сайте WWW.SOLAR34.RU

Минимальная сумма заказа
2000 руб.

Отправка заказов с саженцами производится в весенний посадочный сезон 2023 г. Почтой России наложенным платежом без предоплат.

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

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Овнам предстоит много трудиться. Звезды советуют приложить максимум усилий, чтобы завершить все текущие дела. Не спрашиваетесь сами? Обратитесь за помощью к близким людям, которые помогут вам решить возникшие трудности и проблемы.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Тельцам необходимо аккуратно относиться к своей жизненной энергии. Отличный вариант – больше времени проводить дома, в кругу близких людей, в спокойной уютной атмосфере. А общение со старыми друзьями прибавит уверенности и позитива.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
Близнецам стоит уделять больше времени отдыха. Звезды советуют по возможности на несколько дней отказаться от активных действий. Не слишком настаивайте на своей точке зрения, дайте возможность оппоненту почувствовать себя мудрецом.

РАК (22.06 – 22.07)
У Раков наступающая неделя будет наполнена энергией созидания. Организация цветника на дачном участке или посещение театра и музея принесет вам много положительных эмоций. Случайное знакомство в этот период со временем может перерасти в крепкую дружбу.

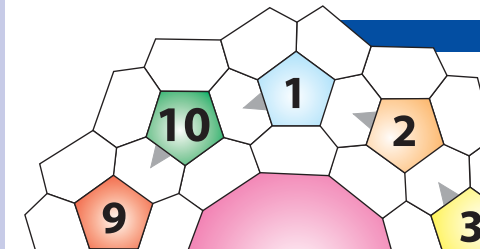
ЛЕВ (23.07 – 22.08)
Многих Львов ожидают приятные новости. В целом обстановка будет очень оптимистичная, вы сможете грамотнее выстраивать свои дела, не прибегая к посторонней помощи. Отличное время для занятий спортом, прогулки на свежем воздухе или встречи с друзьями.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Успех ждет Дев, которые начинают нечто новое. Любой старт, начало новой деятельности и все, что связано с новым этапом в жизни, будет иметь успех. Старайтесь чаще улыбаться. Если кто-то попросит у вас помощи, не отказывайте – она вернется вдвойне.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Весам предстоит доказывать свой профессионализм. Ваши способности подвергнут критике. Будьте готовы к нападкам коллег. Ситуацию сможете исправить только вы сами. Дыхательная гимнастика и прогулки на свежем воздухе помогут справиться со стрессом.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Звезды обещают Скорпионам много общения, знакомств с новыми людьми. Возможны внезапные гости или визит родственников. Но будьте внимательны к мелочам, не позволяйте себе слишком личные разговоры с людьми, которым вы не особенно доверяете.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
Этот период в жизни Стрельцов будет связан в том числе и с общением с природой. Прогулки и занятия спортом на свежем воздухе принесут вам заряд энергии и положительные эмоции. На выходных лучше сходить в парк, съездить за город или насладиться работой в саду.



КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

- 1. Какой спортивный снаряд перед началом соревнований держат в холодильнике?
2. Знаменитый квартет из Liverpool.
3. Оригинальный ярлык, этикетка на современных товарах, знак фирмы, зачастую украшенный интересным рисунком, тиснением, голограммой.
4. «Есть только одно ... – знание и только одно зло – невежество» (Сократ).
5. Этим словом раньше называли не всю «дичь» тихой охоты, а только обладателей выпуклых шляпок.
6. Мексиканская художница Фрида Кало в автопортретах делала акцент на этой детали своего лица.
7. «Макияж» для черных башмаков.
8. Звуковой сигнал испуганного суслика.
9. Огни в небе в честь праздника.
10. «Смешон и ветреный старик, смешон и ... степенный» (Александр Пушкин).

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Козерогам следует обращать внимание на свое здоровье. Старайтесь избегать опасных ситуаций на бытовом уровне. Действуйте осторожно и соблюдайте технику безопасности. Если вам тяжело дается какое-либо дело, не стесняйтесь попросить о помощи.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
Неделя располагает к домашним хлопотам и заботам о домочадцах. Займитесь покупками, сходите в гости, проведите время с ребенком, уделите время своему досугу. Не будьте слишком требовательны к близким, лучше постарайтесь порадовать их приятными сюрпризами.

Ответы: 1. Шайба. 2. Битлз. 3. Лебидь. 4. Благос. 5. Грибы. 6. Брови. 7. Вака. 8. Свист. 9. Самют. 10. Юноша.

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

Table with dates from 24 April to 30 April, sunrise/set times, and moon phases (e.g., Waxing Moon in the sign of Cancer).

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 24 ПО 30 АПРЕЛЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

24 АПРЕЛЯ В 1833 году была запатентована газированная вода (День рождения газировки). В 1938 году на экраны вышла комедия Григория Александрова «Волга-Волга». В 1949 году в Англии были отменены ограничения на продажу конфет, введенные во время войны.
25 АПРЕЛЯ В 1928 году была использована первая собака-поводырь. В 1942 году был основан Московский монетный двор Гознака.
26 АПРЕЛЯ В 1962 году со спутника «Космос-4» была проведена первая телевизионная съемка из космоса облачного покрова Земли.

ИМЕНИННИКИ НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

24 АПРЕЛЯ. Григорий, Николай.
25 АПРЕЛЯ. Василий, Иоанн, Сергей.
26 АПРЕЛЯ. Крискент, Марфа, Фомаида.
27 АПРЕЛЯ. Александр, Антоний.
28 АПРЕЛЯ. Анастасия, Андрей, Виктор, Савва, Трофим.
29 АПРЕЛЯ. Василисса, Галина, Ирина, Константин, Леонид, Ника.
30 АПРЕЛЯ. Мария, Михаил, Тамара, Феофор.

ПРАЗДНИКИ НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

24 АПРЕЛЯ ■ Международный день солидарности молодежи ■ День российского стоматолога
25 АПРЕЛЯ ■ День дочери
26 АПРЕЛЯ ■ Всемирный день пилотов ■ День нотариата в России ■ День участников ликвидации последствий радиационных аварий и катастроф и памяти жертв этих аварий и катастроф
27 АПРЕЛЯ ■ День вахтовика ■ День российского парламентаризма
28 АПРЕЛЯ ■ День работников скорой медицинской помощи ■ Всемирный день охраны труда ■ День химической безопасности
29 АПРЕЛЯ ■ День ветеринарного врача
30 АПРЕЛЯ ■ День пожарной охраны России

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Антип воду льёт, а Василий земле пару поддаёт

24 апреля в народе считалось днем Антипа Водогона. В этот день ждали распускания вербы, так как это означало потепление. Про день Василия Парильщика, 25 апреля, говорили: «Антип (24 апреля) воду льет, Василий земле пару поддает», поскольку в этот день обычно наступало сильное потепление. Следили за паутиной во дворе: много паутины – лето будет жаркое, мало – прохладное. В дни Фомаиды и Мартына Лисогона, 26 и 27 апреля, было принято наблюдать за птицами. Если вороны сидят на вершущах деревьев, то следующие дни будут теплыми, если посередине дерева – будет пасмурно, а если на земле – похолодает. Красная заря в Пудов день, 28 апреля, сулила ухудшение погоды, дождь и сильный ветер. Обилие хрущей 29 апреля, в день Ирины Рассадницы, также говорило о скорой засухе. 30 апреля, в день Зосима Пчельника, было принято наблюдать за пчелами: на какую культуру пчела сядет в первую очередь, та и принесет наибольший урожай.



Быстрее выходных заканчиваются только деньги.

ТЕЛЕК ПИТЕР

Газета «ТЕЛЕК ПИТЕР». Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ № 05 77 - 77733 от 29.01.20 г. Издаётся с апреля 2018 года.



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

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С. Тел. 8-495-580-95-77 Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А. Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С. Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В. Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А. Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220, e-mail: distrib@kardos.ru Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А. Тел. (495) 937-95-77, доб. 237, e-mail: distrib@kardos.ru Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л. Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами ЖУЙКО О.В. Телефон: +7 (495) 937-95-77, доб. 273 Ведущий дизайнер: Немыкин Н.Н. Телефон департамента рекламы: +7 (495) 792-47-73, e-mail: reklama@kardos.ru

№ 16 (264). Дата подписания в печать: 23.04.2023 г. Дата производства: 18.04.2023 г. Дата выхода в свет: 18.04.2023 г. Тираж 68 100 экз. Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 195027, Россия, Санкт-Петербург, ул. Якорная, д. 10, корп. 2, литера А, пом. 44 Заказ ДБ-53/16. Выходит во всех областях СЗФО. Тираж этого номера 899 190 экз. Рекомендованная цена в розницу 20 рублей. Используются фото «Shutterstock/FOTODOM» Ежедневная семейная газета для читателей 12+ Объем 4 п. л. Сайт газеты telek.kardos.media Редакция не несёт ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Копирование без указания источника запрещено

Уважаемые читатели, мы предлагаем вашему вниманию детектив-загадку. Внимательно прочитав его, вы сможете сами найти решение. Для этого вам предстоит включить свою смекалку на полную.

В субботу Петрович присутствовал на юбилее своего давнего друга, Сергея Николаевича, который к пятидесяти годам стал большим начальником. Юбилей праздновали с размахом: был и банкет в престижном ресторане, и поздравление из министерства, и подарок, на который скинулись многочисленные подчиненные. Под конец вечера к ресторану подкатил черный лимузин, из которого вышел человек в дорогом костюме. Он прошел мимо швейцара, вытянувшегося в струнку, пересек просторный холл и вошел в банкетный зал. Отыскав глазами юбиляра, человек подошел к нему и широко улыбнулся:
– Прости, дружище, за опоздание, только прилетел из важной командировки. С корабля на бал, так сказать.
– Вася, ты? – юбиляр с недоверием гляделся в лицо гостя.

Дорогой подарок



– Я, – Вася улыбнулся еще шире. – Как видишь, не забыл старую дружбу.
– Вася, друг мой дорогой! – обрадовался Сергей Николаевич и заключил его в объятия.
После недолгих «Какими судьбами?» и «Сколько лет, сколько зим!» гость был представлен собравшимся, уже умиравшим от любопытства.
– Дорогие друзья! – торжественно произнес

виновник торжества. – Разрешите представить вам моего самого старого друга, мы дружим буквально со школьной скамьи, Васю... Василий Егорович Анашкин. Василий Егорович – человек занятой, при больших чинах, потому не виделись мы очень давно. Но вот не забыл он о моем юбилее, специально прилетел!
Василий Егорович сел за стол рядом с юбиляром,

место для него с радостью освободила супруга Сергея Николаевича. Конечно, с нового гостя немедленно потребовали тост, и тот с удовольствием произнес слова поздравления и преподнес Сергею Николаевичу небольшую коробочку, обитую черной кожей.

А это подарок тебе. Чтобы всегда знать самое точное время!
Гости с удовольствием аплодировали тосту, но еще большие аплодисменты достались подарку – это были часы знаменитой швейцарской фирмы, знакомой даже весьма далеким от часовой индустрии гражданам. Юбилар медленно надел часы на руку и посетовал, что подарок уж слишком дорогой.

– Дорогому другу – дорогой подарок! – рассмеялся Василий Егорович, а Сергей Николаевич в этот момент едва не прослезился.
Празднование продолжилось на еще более высокой ноте и завершилось только за полночь.

Отметив юбилей, Сергей Николаевич отправился в отпуск, который всегда проводил за рыбалкой. Петрович и еще несколько старинных друзей отправились с ним – это стало уже традицией. Каждый год они ездили на недельку в новое место, откуда привозили разную рыбу. За годы таких рыбалок жены уже освоили практически полный ассортимент рыбы из многих водоемов страны. Правда, чаще всего она попадала к ним в соленом или вяленом виде, ведь привезти свежий улов из дальней поездки совсем не просто.

По вечерам друзья готовили на костре традиционную же уху из только что выловленной рыбы. В один из таких вечеров Петровичу попалась на глаза

рука Сергея Николаевича, на которой вместо подаренных на юбилей швейцарских часов были старые «командирские».

А ты чего дареные часы не носишь? – спросил Петрович. – Боишься потерять или жалеешь?
– Да нет, не жалею, – ответил тот. – Тут понимаешь, какое дело... – он замямлялся. – Встали они. Суток через двое, что ли, после юбилея. Встали как вкопанные. Ну, я их подальше убрал и не доставал больше, чтоб глаза не мозолили. Расстроился – жуть. А Вася-то, паразит, говорил, что лучший механизм, известная фирма. А они взяли и встали. Вот такое, понимаешь, огорчение, – он тяжело вздохнул и помешал уху.
К его огромному удивлению, Петрович в ответ расхохотался:
– Сейчас я твое огорчение вмиг ликвидирую. Дело в том...

Виктория АНДРЕЕВА

Что сказал Петрович?

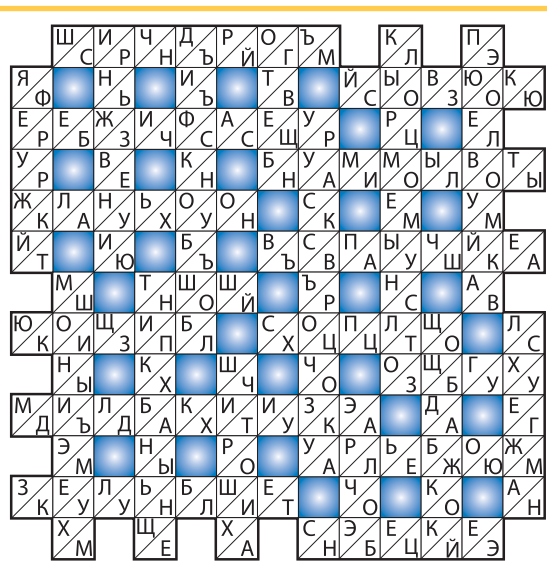
Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 15: карп – рыба озерная, в реках она не водится. Скорее всего, Вася купил рыбу в ближайшем магазине.

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ	8 (962) 724-29-44
ПО ПОЧТЕ	reklama@kardos.ru
ЦЕНА	Стоимость строчного объявления от 300 рублей за 1 выход
КАК ОПЛАТИТЬ	1. Через «Робокассу»: со счёта мобильного телефона, на сайте <i>kardos.media</i> , в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера); 2. В отделениях любого банка: ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 3010181040000000225, р/с 40702810038000020635 В назначении платежа указать: «Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О. Комиссия оплачивается отдельно (при наличии). Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

Скидки уточняйте у менеджера



КРОССВОРД «ДУАЛЬ»

В каждой клетке, где вписана пара букв, нужно вычеркнуть одну букву. Если вы сделаете это правильно, то оставшиеся буквы сложаются в слова, как в обычном кроссворде.

По горизонтали: Синдром. Сок. Режиссер. Намолот. Каньон. Вспышка. Той. Кизил. Сопло. Обух. Дидактика. Альбом. Кульбит. Назэкэ.
По вертикали: Инженю. Дискбол. Овен. Коромысло. Поломка. Фрукт. Рассрочка. Минимум. Тиканье. Обабок. Схема. Штрих. Алоэ.

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

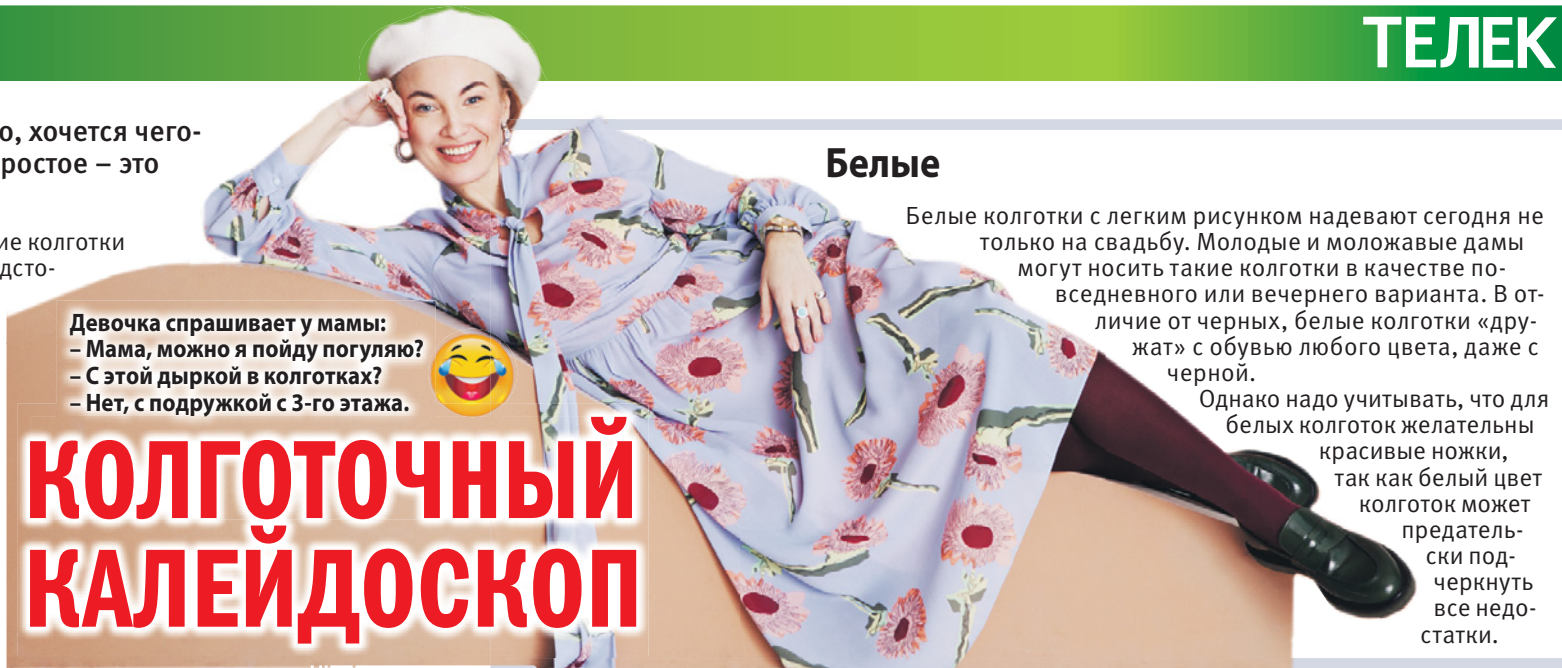
ЗДОРОВЬЕ СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ • ГОТОВЫЕ ОЧКИ Бесплатные консультации и диагностика слуха Заушные, внутриушные, карманные Ремонт, элементы, питание, вкладыши Пн-Пт: 10-17, Сб-Вс: выходной 934-22-12 Пушкин, Пушкинская ул., 19, 1 этаж +7 (931) 320-17-43 СПБ, УЛ. ТИПАНОВА, 3 О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ	СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ ■ 8 (902) 210-94-92 Строительная бригада выполнит все виды работ из своего материала. Заборы, крыши, дома с нуля, фундаменты, сайдинг, веранды, хозблоки, отмостки, внутренняя отделка, беседки, бани. Пенсионерам скидки! Работаем без выходных. Консультация и выезд на место бесплатно. Тел.: 8 (902) 210-94-92, Александр
ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ КУПЛЮ ДОРОГО. Сервизы. Вазы. Статуэтки. Серебро. Хрусталь. Часы. Подстаканники. Значки. Монеты. Банкноты. Старые открытки. Фотографии. Елочные игрушки. Модельки машин. Куклы. Бижутерию. Фотоаппараты. Самовары. Бронзу. Мебель. Картины. Книги. Пластинки. И МНОГОЕ ДРУГОЕ. Тел.: 929-92-55, Александр. ■ 953-39-70 Куплю фарфор, статуэтки, рамы, картины, ковры, старые игрушки, кукол, самовары, подстаканники, пластинки, патефоны, часы, значки, бинокли, бижутерию, брошки, янтарь, текстиль, парфюм, книги и др. Оплата сразу! Тел.: 953-39-70 ■ 8 (916) 774-00-05 КУПЛЮ РАДИОТЕХНИКУ, магнитофон, проигрыватель, усилитель, колонки, динамики, запчасти. В любом состоянии. Радиометрическое оборудование (осциллографы, радиодетали и т.д.). Пластинки, аудиокассеты, CD-диски. Старое студийное концертное оборудование. Дмитрий. Тел.: 8 (916) 774-00-05 ■ 8 (931) 337-91-68 Купим книги. Выезд. Оплата сразу. Тел.: 8 (931) 337-91-68	■ 931-16-39 Экономный ремонт комнат, кухни, коридора, ванной, туалета. Гипрок. Кафель. Угловой шкафчик. Мелкий ремонт. Тел.: 931-16-39
УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ ■ 8 (909) 150-07-71 САНЭПИДЕМСТАНЦИЯ. Уничтожение тараканов, клопов, блох, грызунов, плесени и запахов. Стоимость от 800 руб. Избавим от проблемы навсегда. Препараты без запаха. Безопасно для детей и животных. Вредители не вернутся! Барьерная защита от соседей в подарок! Анонимно. Тел.: 8 (909) 150-07-71 ■ 8 (965) 386-47-09 СЭС. 100% ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ УНИЧТОЖЕНИЕ любой сложности – КЛОПОВ, ТАРАКАНОВ, ПЛЕСЕНИ и т.д. Пар холодного и горячего туманов. Безопасные препараты для людей, животных, растений. ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА – официальный договор. Работаем 24/7. Система скидок. Тел.: 8 (965) 386-47-09	КУПЛЮ ■ 996-55-66 Книги, Зингер, картины, мебель, часы, монеты, знаки, открытки, фото, сервизы, вазы, статуэтки, иконы, серебро, хрусталь, бижутерию, фотоаппараты, игрушки, самовары, военные вещи и всё другое. Тел.: 996-55-66 ■ 984-20-55 Радиодетали СССР, новые и б/у. Измерит., вычислительные приборы. Выезд. Тел.: 984-20-55
БИТОВАЯ ТЕХНИКА ■ 8 (981) 050-97-31 ЧАСТНЫЙ МАСТЕР ПО РЕМОНТУ любой бытовой техники: стиральных машин, холодильников, водонагревателей, электроплит и т.п. НИЗКИЕ ЦЕНЫ! Звоните: 8 (981) 050-97-31	СООБЩЕНИЯ ■ Аттестат № 02304000050858, выданный 26.06.2016 г. МАОУ СОШ № 74 г. Краснодара на имя Мельникова Ольги Сергеевны, в связи с утерей считать действительным.

В новом сезоне нам, конечно, хочется чего-нибудь новенького. Самое простое – это колготки.

Сегодня мы расскажем, какие колготки в тренде этой весной и предстоящим летом. Но сначала напомним, что классикой на все времена были и остаются колготки телесного цвета до 20 den. Тут все просто: чем теплее на улице, тем меньше den. Цвет – максимально приближенный к натуральному. А теперь поговорим о самых модных колготках, которые в этом сезоне, возможно, вам будут очень кстати.

Чёрные

На прохладную погоду нам понадобятся колготки плотные, для теплых дней – тонкие, полупрозрачные. Если у вас красивые ноги, для вечера можно выбрать колготки с тонкой вертикальной полоской сзади. Черные колготки прекрасно ладят с любым стилем и образом. И в офис, и в гражданскую жизнь черные колготки вписываются практически безупречно. И так же безупречно комплектуются с любой одеждой. Их можно надеть, например, с белым вязаным платьем – правда, при этом обувь должна быть обязательно черной.



Девочка спрашивает у мамы:
– Мама, можно я пойду погуляю?
– С этой дыркой в колготках?
– Нет, с подружкой с 3-го этажа.

КОЛГОТОЧНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП

Белые

Белые колготки с легким рисунком надевают сегодня не только на свадьбу. Молодые и молодые дамы могут носить такие колготки в качестве повседневного или вечернего варианта. В отличие от черных, белые колготки «дружат» с обувью любого цвета, даже с черной.

Однако надо учитывать, что для белых колготок желательны красивые ножки, так как белый цвет колготок может предательски подчеркнуть все недостатки.

МОДНЫЕ КОЛГОТКИ

весна 2023

Цветные

Стильные образы позволяют создать цветные колготки. Это может быть как полностью однотонный образ, так и «колор блок» – когда яркий цветовой акцент создается именно колготками. Самые модные цвета сезона: голубой, розовый, лавандовый, желтый, фисташковый. Конечно, цветные колготки должны быть плотными.

Со стразами

Для вечерних выходов модные дизайнеры предлагают стразы. Блестящие колготки, популярные в прошлых сезонах, больше не актуальны. Если вы хотите блистать, выбирайте стразы – хоть на отдельных участках колготок, хоть по всей длине.

Ажурные и в сеточку

Самые женственные и сексуальные – колготки в сеточку и ажурные. Но именно с такими колготками следует быть особенно осторожными, чтобы не скатиться в вульгарность. Проще всего подбирать максимально лаконичную одежду и избегать вызывающих оттенков. Идеальной парой в этом случае могут быть брутальные материалы – например, кожа и деним. Однако крайне важно даже при таких материалах учитывать длину юбки и высоту каблука.

В горошек

Горошек, отметившийся уже, кажется, на всех предметах одежды, добрался и до колготок. Вариантов горошка предлагается множество: белый горошек на черных колготках, черный – на бежевых или белых и т.п. Образ с колготками в горошек – это романтично и легкомысленно, поэтому в офис такие колготки, конечно, надевать не следует. А вот для повседневного или вечернего выхода горошек на ногах вполне сгодится.

Светлана ИВАНОВА

Подручный случай	Узелковое письмо древних перуанцев	То же, что палиндром	Что бегает в градуснике?	За ней иные держат камень	Поймал щуку говорящую	Байка, но не выдумка	См. фото	Площадка для роликовых коньков	Высота человека или животного	Прямой стык между катетами	Стезя корабля	Сырье для шляпки и циновок	Пьеса "Свои ... - сочтемся"
			На них жмет велосипедист				Как игра, так и рубашка	Кассовый от кинопроката			Роскошный номер отеля		Надуватель мячей и колес
	Дочкин муж	"Авоська" с уловом			Узы Гименя	"Середина" города				Масса товара с ящичком			Охранник на складе
			Поле, вспаханное с осени						В ней толчется пест	Обвал лавины	Нижняя часть халата, пальто	Марпл у Агаты Кристи	
	Деревянный хомут для упряжки	Цилиндр для расклейки афиш	Ненужные вещи	Ловушка в уголке бильярдного стола	Алтайский олень из благородных							Не город и не деревня	Роскошь под парусом
			Кидман, сыгравшая в "Мулен Руж"						Ошибка перед прыжком в длину	Пытался взлететь и обгорел (миф.)	Совсем не то, что низ	Бобы в роли мясозамениителя	
Птица-трубач	Ноздреватая "кузина" мочалки	Мисс сыщица Агаты Кристи		Фелинология - это ... о кошках	Патрисия, которая поет				Придирчивый критик (устар.)		Насыпь вокруг замка		
Полный виток по орбите	Старейшина у горцев Кавказа					Пара к винтовке в биатлоне	"Разметка" на грифе гитары	Кит с амброй в брюхе	Основы учения	Бенуар как места в театре			
					Рыбий или птичий коллектив		Бутылка в приемном пункте						
Испанское рисовое блюдо	Материнская ... компьютера				Южная слива	Амиго, кацо			Первое слово малыша				
				Палочки для вязания			"Оковы" пасущегося коня						



Памятная медаль в честь годовщины Победы в Великой Отечественной войне

- ★ Покрытие серебром
999 пробы
- ★ Цветная печать

**Бесплатная
памятная медаль
для каждого
россиянина
(при условии
оплаты доставки –
299 руб.)**



**ЗАКАЖИТЕ
ПРЯМО СЕЙЧАС:**

☎ 8 (800) 234-32-19

ежедневно с 8:00 до 21:00 (время московское)
(звонок бесплатный по всей России)

🌐 imdvor.ru/orden-ov

ПОМНИМ! ГОРДИМСЯ!

**Премьерный выпуск 2023 года: специально для читателей «Телек» –
бесплатная памятная медаль с изображением ордена Отечественной войны.
(оплачивается только стоимость доставки – 299 руб. по всей России)**

Великая Отечественная война – важнейшее событие в истории нашей страны. Не только Красная армия, но и весь советский народ самоотверженно боролся за свободу своей Родины. Поэтому с первых же дней эту войну стали называть Отечественной и первая награда, учрежденная 20 мая 1942 года, получила наименование «орден Отечественной войны». Этим орденом награждали солдат и командиров, бойцов Красной армии и служащих Военно-Морского Флота, партизан и гражданских

специалистов. Его вручали отличившимся воинским частям, предприятиям, организациям, городам.

Именно изображение этого знака отличия, ставшего символом подвига во имя Отечества, помещено на памятной медали «Орден Отечественной войны». Императорский Монетный Двор выпустил это произведение медальерного искусства к годовщине Великой Победы, чтобы сохранить для будущих поколений память о самых драматичных и героических страницах нашей истории.

**Получите Вашу бесплатную медаль, оплатив только
299 руб. за упаковку и доставку.**

☎ 8 (800) 234-32-19

(звонок бесплатный по всей России)

🌐 imdvor.ru/orden-ov

Код специального резервирования: **12768203**



наведите
свою
камеру



