

ВСТРЕЧАЕМ ПАСХУ С «ТЕЛЕКОМ!»
8 СТРАНИЦ С РЕЦЕПТАМИ И СОВЕТАМИ ВНУТРИ

№15
(584)

ТВ-программа с 17 по 23 апреля 2023 года

ТЕЛЕК

PRESSA.RU

52
КАНАЛА
ТВ

**КАКОЙ
РАЗРЫХЛИТЕЛЬ
ДЛЯ ГРУНТА
ВЫБРАТЬ?**

стр. 12

**ХУДЕЕМ
НА...
УГЛЕВОДАХ**

стр. 11

**АЛЕКСАНДРА
МАРРЕЕВА**
**ВАЖНО ЖИТЬ
С ДОБРЫМ СЕРДЦЕМ**

стр. 6

**ПОЧЕМУ АЛОЭ
ТАКОЕ
ТЕРПЕЛИВОЕ?**

стр. 17

**ПОМИРИТЬСЯ
ИЛИ РАССТАТЬСЯ?
ПРИНИМАЕМ
РЕШЕНИЕ**

стр. 4

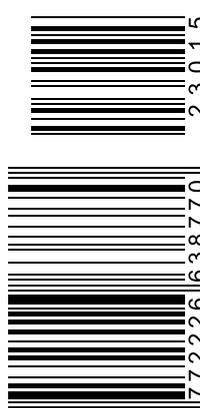
**УБОРКА
КАК
ПРАЗДНИК**

стр. 29

12+

Фото Александры Ренар

ISSN 2226-6380



9 772226 638770 23015



ИМПЕРАТОРСКИЙ
МОНЕТНЫЙ ДВОРЪ

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: **12767903**



наведите
свою
камеру



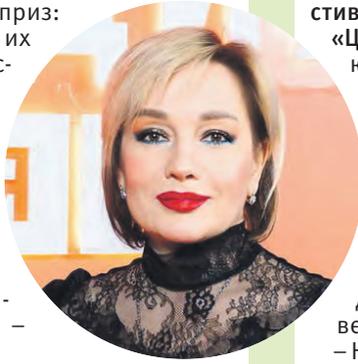
Татьяне Булановой устроили сюрприз

На телеканале «Россия» продолжается шоу «Моя Мелодия». Звездные гости приходят в студию к Николаю Баскову, и их там ждет сюрприз: песня, которая имела значение в их жизни, с которой их связывают воспоминания, и исполняют ее тоже дорогие сердцу люди. Только никто из гостей заранее не знает, кто же перед ним появится на сцене и какая мелодия прозвучит.

Как нам удалось узнать, действительно, на площадке вся подготовка проходит в условиях строжайшей конфиденциальности. Это подтвердила и одна из участниц проекта – Татьяна Буланова.

– Здесь соблюдается абсолютная секретность, – рассказала после съемок в шоу «Моя Мелодия» Татьяна Буланова. – Даже когда меня уже вели на съемку – просили подождать, чтобы, наверное, закончилась репетиция и все артисты ушли со сцены. Сюрприз удался! Я на эмоциональном подъеме!

Фото телеканала «Россия»



Кино и космос – вещи совместимые

12 апреля, в День космонавтики, в Калуге стартует 4-й Международный фестиваль фильмов и программ о космосе «Циолковский». Научно-популярный кинофорум продлится пять дней.

В рамках фестиваля пройдет конкурс документальных, игровых, полнометражных, короткометражных и анимационных фильмов. Кинематографисты из Индии, Китая, Бразилии, Италии, Монголии, Казахстана, России и других стран в очередной раз продемонстрируют, что кино и космос – вещи совместимые.

– Когда я «заболел» воздухоплаванием, прошел часть пути космонавта: надевал скафандр, опускался в бассейн, крутился на центрифуге... В какой-то степени ощутил себя космонавтом. Тяжелый труд, который под силу не каждому, – признался телеведущий, член жюри фестиваля «Циолковский» Леонид Якубович.

Андрей Смоляков вернулся к роли майора Черкасова

В Москве завершились съемки девятого сезона одного из самых популярных сериалов Первого канала – «Мосгаз». Новые серии будут называться «Последнее дело майора Черкасова». Действие фильма происходит в Москве в 1981 году.

В новом сезоне, как всегда, Иван Петрович Черкасов расследует запутанное дело. И как всегда, им недовольно начальство. Черкасов не просто отчитывают на летучках и собраниях, ему угрожают отлучением от дел. Ивану Петровичу довольно сложно представить себя на пенсии. Да тут еще появляется молодой следователь, который умеет работать на только появившихся компьютерах, притаскивает в отдел детектор лжи... Иван Петрович решает уступить. Но в последнем деле он должен сам поставить точку. Телезрители снова увидят любимых героев, которых играют Марина Александрова, Алексей Бардуков, Александр Голубев.

В новом сезоне появятся и новые герои, роли которых исполнили Андрей Мерзликин, Леонид Ярмольник, Алексей Гуськов, Ольга Лерман и другие артисты.

Кроме этого, в девятом сезоне на съемочную площадку «Мосгаза» вернулся режиссер Евгений Звездаков – с этой же командой он снимал два сезона сериала «Паук» и «Шакал».

– Ну что я могу добавить – в названии фильма все сказано: это последнее дело майора Черкасова, – коротко высказался Андрей Смоляков о сериале.

Видимо, этот сезон будет финальным...

Фото пресс-службы Первого канала



Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА»

Владислав Лисовец представил модные аксессуары

Стилист и телеведущий Владислав Лисовец дал совет для модниц, который касается аксессуаров. Он рекомендует носить этой весной платки на шее, цветки-броши на лацканах, а также обратить внимание на другие аксессуары.

– Например, узкий кожаный галстук и шарф-ленту, который можно как завязать бантом, так и просто перевязать, предпочитаю носить уже несколько сезонов, – поясняет Лисовец. – Часто слышу, что сложно найти и купить подходящий аксессуар, но не забывайте про услуги ателье. Найдите своих людей – и создавайте пусть маленькие, но такие большие для вас шедевры вместе. Главное – не перестарайтесь!

«Истерзанная» получит шанс на спасение

На канале Домашний 15 апреля состоится премьера нового турецкого сериала «Истерзанная». Главные роли исполнили Ирем Хелваджиоглу, Улаш Туна Астепе и Мехмет Али Нуруглу.

В юности отец Нефес выдал ее замуж за богатого и властного мужчину, получив за дочь деньги. Восемь лет девушка регулярно подвергалась насилию со стороны мужа Ведата, и единственной причиной жить для нее стал маленький сын. Неоднократные попытки сбежать ни к чему не привели – каждый раз муж находил и возвращал ее обратно. На одном из ужинов Нефес знакомится с новым компаньоном супруга – Тахиром, ко-

торый замечает на ее руках следы побоев и видит страх в глазах мальчика. Не в силах больше терпеть, Нефес забирает ребенка и решается на очередной побег, спрятавшись в машине Тахира. Обнаружив измученную женщину, Тахир дает ей слово, что сделает все, чтобы защитить их, даже если придется рисковать собственной жизнью...

Фото предоставлено телеканалом Домашний



БАЛЬЗАМ БОЛОТОВА СТАВИТ НА НОГИ

Жаль, что вы раньше не знали про Бальзам – тогда ваша вторая жизнь началась бы еще раньше!

Все очень просто и банально – организм наказывает нас за ошибки молодости. И с возрастом он начинает нас подводить. То одно то другое. Не жизнь, а существование – а так хочется многое сделать. Ведь в душе мы все молодые – это только тело стареет. Но не отчаивайтесь есть Бальзам Болотова. Болотов – это тот известный ученый, о котором в газетах еще в 1990-е годы писали, автор более 100 книг.

Его надо пить по инструкции. Уже через несколько дней вы почувствуете легкость в животе, будто «бабочки запорхали». Дальше происходят буквально чудеса. Вам станет значительно легче выполнять всю работу по дому, ходить в магазин, помогать детям и внукам. Жизнь заиграет новыми красками, у вас словно раскроется второе дыхание. А если вам будут задавать вопросы как вы этого добились, скажите просто – это все Бальзам Болотова!

Реклама. ООО «Авицена», СоГПП №.RU.77.99.88.003.R.004745.12.19, БАД

Где приобрести уточняйте по тел.: +7 (499) 350-44-74, +7 (969) 777-06-28

500 ml
1850 руб



НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Как улучшить зрение за 30 дней



Материал подготовил Николай Николаевич Ковалев, доктор наук, профессор.

С детства мы знаем, что для глаз полезно есть морковь. Дело в том, что в ней много витаминов для глаз, которые называются «каротины». Они повышают яркость и остроту зрения, снимают усталость в глазах и

защищают нас от вредного излучения солнца.

Из всех продуктов, известных человеку, больше всего каротинов содержится в редком морском животном – асцидии пурпурной или «морской» картошке. Она накапливает в 47 раз больше каротинов, чем морковь.

Одна чайная ложка экстракта из асцидии содержит столько же пользы для зрения, как и 5 кг моркови.

Такой экстракт производят на единственном предприя-

тии Дальнего Востока. Он называется Экстракт Асцидии «Окомарин».

6 полезных эффектов «Окомарин» оказывает благотворное действие на зрение:

1. Улучшает кровообращение в сосудах глаз.
2. Нормализует внутриглазное давление.
3. Повышает выработку слезной жидкости.
4. Устраняет напряжение глазных мышц.

5. Улучшает светочувствительность сетчатки.

6. Защищает глаза от вредного излучения.

Результат или возврат «Окомарин» настолько эффективен, настолько действенен, что его создатели гарантируют вам полный возврат денег, если вы останетесь недовольны результатом, без чека.

Если комплекс не работает, вы ничего не теряете, а если работает – вы улучшите зрение на долгие годы.

Попробуйте «Окомарин» без всякого риска для здоровья и кошелька. Комплекс полностью сертифицирован, всё производство соответствует нормам РФ и требованиям СанПиН.

Чистота, качество и безопасность каждой упаковки гарантированы. Попробуйте!

Звоните сейчас по бесплатному номеру 8(800)234-19-46

Первый результат за 2 недели



СЕКРЕТ УСПЕХА

Атмосфера
в коллективе:
меняем «-» на «+»

Причины конфликтов у сотрудников могут быть абсолютно разными: из-за неправильного распределения задач, несовместимости характеров, привычек или других особенностей личностей. Чтобы не допустить крупных ссор, важно использовать «профилактические меры».



НАЧНИТЕ С СЕБЯ!

- Будьте искренними, не лгите. Это качество обязательно оценят коллеги, даже если не скажут об этом.
- Не давайте обещаний, если не уверены, что сможете их сдержать. Но если что-то пообещали, обязательно выполните.
- Будьте позитивным и доброжелательным человеком. Ищите плюсы в каждой мелочи. Согласитесь, мало приятного в том, чтобы общаться со страдальцами, нытиками и теми, кто любит жаловаться.

ВАЖНЫЕ МЕЛОЧИ

Быть интересным собеседником не так просто, как кажется. Если поддерживать разговоры с коллегами на разные темы, можно узнать о них много важного. Плюс им будет приятно внимание к их персоне. Только не стоит заигрывать с людьми. Не нужно дружить со всеми и стараться каждому понравиться. Достаточно быть вежливыми, и к вам потянутся!

Еще одна важная деталь – умение помогать и просить о помощи. Это поможет не только в работе, но и укрепит межличностные отношения. Совместное дело сближает.

Для того чтобы работа участников рабочего процесса была эффективной и продуктивной, обращайтесь внимание на взаимоподдержку, взаимопомощь и будьте вежливы, корректны и терпимы к индивидуальным особенностям каждого.

Когда ссоры и недопонимание в семье становятся нормой жизни, супругам непременно приходит в голову мысль: «А может, ну его к чёрту, этот брак?»

Ну, не получилось, бывает, дело житейское! Разведемся – и дело с концом! И тут же возникают контраргументы: «А как же общая квартира (или ипотека), как объяснить все родным? И самое главное – как быть с детьми? Они же тоже пострадают, хотя ни в чем не виноваты... Лучше оставим все как есть». Так какое же решение будет правильным?

Переходный
период

Мы с вами живем в эпоху, когда семейные ценности обретают совсем иной смысл, чем раньше. На протяжении веков семья была основным условием выживания. Только вместе люди могли вырастить детей, состариться, заботясь друг о друге. В наши дни социальные роли изменились. Женщины могут самостоятельно воспитывать детей, зарабатывать на жизнь, заботиться о себе, родителях и детях. Мужчины, понимая это, уже не стремятся доказывать свою состоятельность. Психологами пропагандируется ценность каждой отдельной личности, и наличие рядом другого человека больше не является обязательным условием счастья. И все же многие продолжают считать, что семейные ценности – не пустой звук. Чтобы разобраться, к какому лагерю относитесь вы, нужно честно ответить себе на несколько вопросов.

Помириться или расстаться?



Разговор с собой

Первый шаг к решению проблемы – это ее признание. Людям свойственно закрывать глаза на существующие трудности. Это гораздо легче, чем брать на себя ответственность за принятие правильного, хоть и неудобного решения. И тем не менее, если вы твердо решили разобраться в проблеме, придется посмотреть ей в глаза. Может оказаться, что причина разногласий – в вашем неверном поведении. Признаться себе в этом тяжело, но необходимо. Зато станет очевидно, что необходимо поменять, прежде всего в себе.

Если можно вернуть мир

Главное условие – обоюдное желание помириться. А для этого важно осознать возникшую проблему и обсудить, как именно вам обоим нужно измениться. Возможно, хватит одного откровенного диалога. А может быть, придется обратиться за профессиональным посредничеством к психологу. В любом случае это дорого, по которой нужно идти вдвоем. Чтобы результат не заставил себя ждать, важно договориться о сроках и конечной цели, которая устроит обоих. Иначе примирение перерастет в долгоиграющий бессмысленный процесс.

Когда пора
расставаться

Психологи называют несколько условий для этого:

- 1 Мир в семье важен только одному из супругов. Второй уже принял решение расстаться.
- 2 Хотя бы один из супругов перестал испытывать ко второму любовь и уважение.
- 3 Раздражение от совместного проживания вредит не только психическому, но и физическому здоровью.

Если решение о расставании все-таки принято, стоит сделать это спокойно, интеллигентно и без скандалов. Как пелось в популярной песне, «уходя, оставьте свет в тех, с кем выпало расстаться».

– У нас с мужем завтра внеочередной День примирения и согласия.
– Это как?
– Едем в магазин, я примеряю – он соглашается.



Ольга БЕЛЬСКАЯ

Советчик советчику рознь

НА ЗАМЕТКУ

Женщины привыкли обсуждать все проблемы с подругами. Стоит ли так поступать, если речь идет о семейных неурядицах?

Да, если вы доверяете опыту подруг, уверены в их мудрости и способности трезво оценивать ситуацию.

Да, если вы умеете прислушиваться к чужому мнению, но не перекладываете ответственность за принятие решений на другого человека. Посмотреть на ситуацию с разных сторон полезно, но принимать решение следует только в соответствии со своими убеждениями.

Нет, если вы зависимы от чужого мнения и оно только сбивает вас с толку.

Нет, если вы не уверены, что разговор останется в узком дружеском кругу.

Бабушка – о внуках, внуки – о бабушке

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ! ДРУЗЬЯ!

Подводя итоги конкурса, мы убедились: между бабушкой и внуками бывает самая теплая и искренняя привязанность! Вы прислали нам столько добрых слов, что в редакции весна наступила гораздо раньше, чем за окном. И, конечно, вы правильно отгадали слово, которое мы загадали в викторине про цирк и цирковые династии: АРЕНА.

Итак, пора поздравить победителей.

1 МЕСТО – бабушка **Нина Александровна Дулепова** и внучка **Настюша Покровская**.

– Нет, нет, не хочется мне спать!
Хочу конец истории узнать!
Когда бабуля сказки мне читает,
Мир волшебства вокруг витает!



Вы получаете билеты в цирк.

2 МЕСТО – бабушка **Лидия Николаевна Гладкова** и внучка **Вероника Золотухина**.

Верю, что хорошим человеком
Родилась и будет внучка наша.

Никогда и никого на свете
Кажется, уже не будет краше!

Вы получаете полугодичную подписку на газету «ТЕЛЕК» и детскую книгу.

3 МЕСТО – бабушка **Алла Денисовна Гришина** и внук **Георгий Кузнецов**.



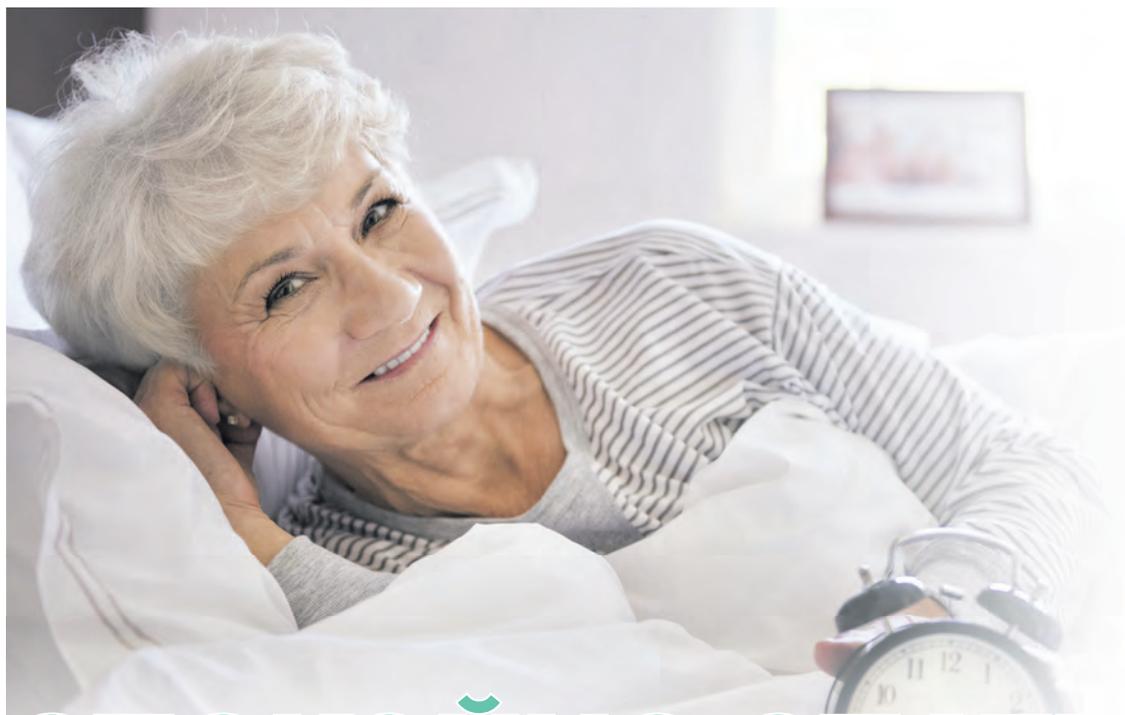
Внук мой Гоша!
Ты хороший, милый,
Добрый и красивый.
Мой помощник, мой герой,
Очень я горжусь тобой!

Ваш приз – детская книга и сборник рецептов.

Специальные призы получают также **Татьяна Николаевна Зубова**, **Наталья Самойлова**, **Светлана Кульнова**, **Елена Лякишева** и семья **Игнатовых**.

С победителями мы свяжемся в ближайшее время. Благодарим за участие всех, кто прислал свои работы – такие талантливые и яркие!

С любовью, ваш «ТЕЛЕК»



СПОКОЙНО СПАТЬ И МЕНЬШЕ НЕРВНИЧАТЬ?

НАШ ОТВЕТ ЯПОНСКИМ УЧЁНЫМ!

В Японии спят стоя. Японские инженеры придумали боксы для сна, спать в которых нужно только в положении стоя. Специальная конструкция помогает зафиксировать голову и хорошо выспаться. Таким образом японцы справляются с эпидемией недосыпа и хронической усталости.

Наши учёные не хотят, чтобы Вы спали стоя. И поэтому они придумали другое эффективное средство! Новое изобретение вернёт Вам сладкий сон и крепкие нервы. В комфортной и привычной для Вас обстановке. И поможет Вам избежать серьёзных заболеваний. Что это за новинка? И как она работает? Читайте первыми!

ДЛЯ КОГО ОПАСЕН НЕДОСЫП?

У Вас бывают проблемы со сном? Знакомо чувство разбитости по утрам? Всё потому, что с возрастом затрудняется выработка мелатонина (гормона сна и молодости).

И если Вы ничего с этим не сделаете, то последствия могут быть катастрофические.

Чем же это опасно? И чего ждать от постоянного недосыпа? Учёные давно доказали, что проблемы со сном провоцируют серьёзные заболевания.

Из-за бессонницы на 30% увеличивается риск ожирения. Ваши шансы заработать гипертонию становятся выше на 17%. А диабет — на 37%! Удивлены? А объясняется всё очень просто!

Во время здорового сна Ваш организм самовосстанавливается. Это как телефон, который периодически нужно заряжать. Ваше тело нуждается во сне, чтобы провести технические работы и набраться сил.

Вы спите, а Ваши сосуды расширяются, давление нормализуется. Сердечный ритм налаживается и отступает гипертония. А значит, снижается риск инфаркта и инсульта.

Ваш мозг очищается от продуктов жизнедеятельности. Его клетки как бы обновляются. И наутро Вы чувствуете себя бодрым и свежим.

Голова отлично соображает, и память Вас не подводит! Полноценный сон — это лучшая профилактика деменции (старческого слабоумия) и болезни Альцгеймера!

А ещё, пока Вы спите, Ваш мелатонин участвует в противоопухолевых процессах. Помогая организму справиться с вредоносными клетками.

А значит, снижается вероятность злокачественных образований.

Вот только выполняется это всё при одном условии. Что сон Ваш здоровый! А для этого должен правильно вырабатываться мелатонин.

Что же делать, если с этим-то как раз и проблемы? Как помочь своему организму?

КАК РЕШИТЬ ВАШУ ПРОБЛЕМУ

Многие ошибочно прибегают к привычным средствам, думая, что они решают проблему. Но увы! Они не восстанавливают выработку мелатонина.

К тому же они не надёжны! Вы слышали, что они вызывают привыкание и иногда даже зависимость? А ещё они часто становятся причиной остановки дыхания во сне (апноэ).

Это как русская рулетка. Спать ложитесь, а проснётесь или нет, не знаете. Жутко! Как же решить проблему? Как справиться с бессонницей и избежать кучи заболеваний?! Без паники, решение есть! И нашли его наши учёные. Они переплюнули японцев и создали потрясающее изобретение для Вашего здоровья! Оно позабудется о том, чтобы Ваш сон стал правильным и мелатонин вырабатывался вовремя. Называется этот гениальный аппарат «Вижн».

«Вижн» стал сенсацией! Он сломал все стереотипы.

Ведь теперь не нужно мучиться от бессонницы годами и рисковать своим здоровьем. Этот аппарат — один из лучших, что придумали за последние пять лет!

Наше государство поддерживает уникальные изобретения. Поэтому медицинский аппарат «Вижн» зарегистрирован Росздравнадзором (удостоверение № ФСР 2009/04197) и разрешён к применению в домашних условиях.

Он успешно прошёл испытания в Федеральном научно-клиническом центре ФХМ ФМБА и получил сертификат соответствия.

«Вижн» — это профессиональная физиотерапия прямо у Вас дома!

КАК ОН РАБОТАЕТ?

Он начинает с корня проблемы. А ведь это Вам и нужно, согласитесь. Этот высокотехнологичный аппарат поможет Вам восстановить выработку мелатонина. Естественным способом. Как? А сами посмотрите!

Всем известно, что 90% информации наш мозг получает через глаза. Именно поэтому в основе аппарата «Вижн» высокоэффективная фотонная терапия.

Что это за терапия такая? Это воздействие ритмичными сигналами разного цвета. Их волны имеют определённый спектр. Они создают импульсы, близкие к Вашим биоимпульсам, которые передаются через зрительные рецепторы глаз прямо к мозгу. Что же происходит дальше?

Импульсы аппарата активизируют ту часть Вашего мозга, которая контролирует выработку мелатонина.

И Ваш гормональный фон налаживается. Как пианино после настройки. Мелатонин начинает выделяться вовремя.

Вы легко засыпаете, глубоко спите и полноценно отдыхаете во сне. И Ваше тело успевает восстановиться!

Мозговые жидкости и сосуды очищаются, уменьшается риск деменции и болезни Альцгеймера.

Давление больше не скачет, как дикая лошадь. Клетки организма обновляются и иммунные клетки справляются с патологическими процессами легко. Улучшается питание тканей и органов.

Все биохимические реакции проходят как положено. И наутро Вы чувствуете себя прекрасно и полны энергии!

Вот что значит высокие технологии! Не аппарат, а целая поликлиника на дому! Эффективное естественное восстановление Вашего организма. Без побочных действий, привыкания и рисков.

Это аппарат нового поколения! Медицина будущего, которая стоит на Вашем пороге уже сейчас!

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД

«Вижн» имеет целых 17 программ, представляете? Это Вам не старые аппараты, у которых одна программа на всех. С «Вижн» каждый подберёт что-то для себя!

В нём восемь программ для коррекции сна и эмоционального состояния. И ещё девять программ для снятия усталости глаз и коррекции зрения.

Это значит, что он способен не только улучшить сон и эмоциональное здоровье, а ещё и справиться с заболеваниями глаз. Какие же у него показания? Давайте ознакомимся!

ОФИЦИАЛЬНЫЕ ПОКАЗАНИЯ:

Коррекция психоэмоционального состояния:

- нормализация и улучшение сна,
- головная боль,
- эмоциональная напряжённость,
- перевозбуждённость,
- неврологические симптомы,
- психосоматические расстройства,
- антидепрессивная программа;

Комплексное лечение и профилактика офтальмологических заболеваний:

- близорукость (миопия),
- дистрофия сетчатки,
- астигматизм,
- глаукома,
- катаракта (начальная стадия),
- атрофия зрительного нерва,
- спазм accommodation,
- астигматизм (зрительная усталость).

Впечатляющие возможности, правда? «Вижн» станет для Вас незаменимым помощником!

МИНИМАЛЬНАЯ ЦЕНА
от производителя



**ЗАКАЗЫВАЙТЕ
АППАРАТ «ВИЖН»
по телефону горячей линии:
8 (800) 505-57-42**

Консультация специалиста — **БЕСПЛАТНО!**
Также Вы можете сделать заказ на сайте prodex.ru

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 12.04.2023 г. по 12.05.2023 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.

Александра Мареева переехала из Петербурга в Москву вслед за мужем – актёром Алексеем Ильиным восемь лет назад.

Александра МАРЕЕВА:

Но театр «Мастерская», где работала у Григория Козлова, не оставила, продолжала ездить туда играть спектакли...

Мужняя жена

– *Александра, раз муж актёр, стало быть, познакомились вы на работе?*

– Да, на съёмочной площадке, когда работали в одной картине. И все бы ничего, если бы не жили в разных городах. Алексей пытался привыкнуть к Петербургу, но – не получилось. И я, как мужняя жена, поехала за ним в Москву.

– *Вам тоже пришлось привыкнуть...*

– Москва – город, в котором нужно все время что-то делать, быть в энергии. В Петербурге же можно не торопиться, созерцать и наслаждаться. Но мне о ка-

«Навсегда останусь петербурженкой»

ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:

– В такое непростое время, как сейчас, особенно важно жить с добрым сердцем, оставаться человеком. Я верю в систему бумеранга: ничего не приходит просто так, за все надо платить. Детям своим говорю то же самое. Что транслируешь в этот мир, то и получаешь. Как поется в песне из спектакля «Щелкунчик», в котором я играю фею Драже: «Чудеса увидеть легко, если в душе радость и доброта». Мои дети знают эту песню наизусть.

залься легче привыкнуть к Москве, чем мужу к Петербургу.

– *Зато теперь вам приходится ездить туда на работу, поскольку свой театр в Петербурге не оставили...*

– Пока был один ребенок, делать это было

несложно. Даже с двумя сыновьями ухитрялась ездить в Петербург. Но когда старший сын пошел в школу, стало многим сложнее.

И тогда свекровь посоветовала мне показаться в театре в Москве. Сергей Газаров как раз в это время возглавил театр Прогресс-сцена (ныне театр Сатиры). Отправила ему видеовизитку, и он пригласил меня пообщаться. Результатом этого общения стал мой ввод в спектакль «Трамвай «Желание». Потом появились спектакли «Дядя Жорж», «Щелкунчик и мышиный король», «Невольницы». Работать было непросто, но очень счастливо.

тиры уже год не выхожу на съёмочную площадку. Пока ставили спектакль «Дядя Жорж», где мне доверили роль Елены Андреевны, никакие другие предложения не принимала.

– *Фильмография у вас интересная, роли разные. Какие из них отметили бы для себя?*

– Свою первую большую роль в картине «Формат А4» режисера Андрея Либенсона. Еще фильм «Кома», где играли с замечательным Алексеем Гуськовым. Важным для меня этапом стали съемки в сериале «Безопасность». Эта дебютная режиссерская картина Никиты Высоцкого. После нее продюсеры стали иначе воспринимать меня, я по-другому раскрылась. Но действительно популярной сделал меня сериал «Знахарь», который прошел по Первому каналу. Я сразу приняла предложение на участие в этом сериале, потому что мне изначально очень понравился сценарий. Также я была в восторге от встречи с режиссером проекта Ярославом Мочаловым, а первое впечатление всегда для меня очень важно.

Кстати, на роль врача-анестезиолога, которая мне была предложена, не было проб. Это было очень приятно и важно. Для меня это означало, что мои предыдущие работы были оценены положительно.

– *Но вы не первый раз играете в кино медработника...*

– Была медсестра в фильме «Лекарство против страха». Думаю, роль врача в «Знахаре» – это не последний мой подобный опыт (улыбается).

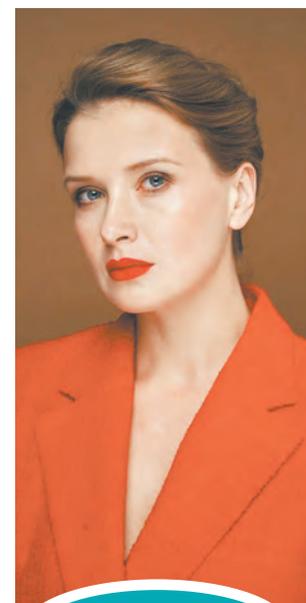
Наталья АНОХИНА

КСТАТИ

Об автомобиле, парках и дворцах

– *Как отдыхаете?*

– В прошлом году на автомобиле ездили в Крым, 2000 км за рулем! Люблю водить машину. Еще для меня важно хотя бы раз в год приезжать в Царское Село под Петербургом, гулять там по парку, посещать дворцы. Я еду туда, как только появляется время. Но его все меньше. И я все реже играю в питерском театре, становлюсь совсем москвичкой (*смеется*), хотя в душе навсегда останусь петербурженкой.



ДЕТАЛИ

Актёрская династия

– *Ваш муж Алексей Ильин – представитель большой актёрской династии. Его родители – Александр Ильин и Татьяна Макакова. Вам никогда не приходилось играть вместе с мужем?*

– Мы несколько раз снимались вместе. Последняя совместная работа для канала «Пятница!» в сериале «Олег». Муж сыграл в этой картине моего любовника. Сериал получился смешной.

– *Вы хоть и говорите, что последнее время не снимаетесь из-за занятости в театре, но знаю, что на одном из федеральных каналов ожидается выход картины с вашим участием...*

– У меня там небольшая роль, но интересная. Рабочее название картины – «Смерть манекенщицы». Я как раз играю бывшую манекенщицу, которая стала начальницей.

ПОДРОБНОСТИ

Табу на сладкое и мучное

– *В жизни семейство Ильиных дружное?*

– Очень. У нас есть традиция – каждый Новый год и дни рождения мы собираемся в деревне Безумово Тверской области, где уже пять лет живут родители моего мужа. Так было и в этот Новый год. Лето тоже проводим здесь, это теперь наше родовое имение. Несмотря на то что в деревне протекает река, свекор вырыл свой пруд.

– *А у вас есть так называемые здоровые привычки?*

– Я мало ем, совсем не употребляю сахар. Что касается спорта, до начала репетиций спектакля «Дядя Жорж» в театре Сатиры занималась балетом для взрослых. Это здорово поддерживает фигуру, мне нравится работать у станки. Мечтаю вернуться к этим занятиям.

Сериал «Знахарь» принёс популярность

– *Мы всё говорим про театр, а ведь у вас настоящий роман с кинематографом...*

– Роман с кино действительно начинался потрясюще. В 2010 году я снималась безостановочно. Но с приходом в театр Са-

Чем опасен для вас шум в голове или ушах?

**30Ж-программа «ЗАБОТА О КЛИЕНТЕ»
–50% скидка льготным категориям***

Организм человека – это сложный и хорошо отлаженный природой механизм, который при любом сбое, пусть даже незначительном, сразу же посылает нам сигнал



С праздником светлой Пасхи!

Как вам поможет прием сосудистого комплекса?

Улучшится обмен веществ в клетках за счет нормализации капиллярного кровотока. Усилятся процессы вывода шлаков и токсинов из клеток и органов. Окрепнет иммунитет.

Вы почувствуете новый прилив сил и активности. Вернется ощущение свежести, бодрости, поднимется настроение.

За счет улучшения чистоты внутренних органов ваш организм начнет активно сопротивляться разрушительному течению времени – другими словами, повысится ваш уровень молодости.

А ТЕПЕРЬ САМОЕ ВАЖНОЕ:

- ✓ **Сосудистый комплекс – наиболее мощное оружие современной практики при шуме в голове.**
- ✓ **Сосудистый комплекс – можно эффективно использовать совместно с любыми лекарственными продуктами, без каких-либо побочных эффектов.**
- ✓ **Сосудистый комплекс – УПОТРЕБЛЯЮТ тысячи людей в НАШЕЙ СТРАНЕ.**
- ✓ **Производится в России.**
- ✓ **Многоуровневый контроль качества.**
- ✓ **Курс состоит из 6 банок.**

Кроме этого, сосудистый комплекс восстанавливает вашу иммунную систему. Он поможет при очищении организма от шлаков и токсинов. Это повысит ваш уровень молодости и предотвратит развитие многих возрастных патологий. Вы будете оставаться крепким и активным до глубокой старости, а не вести вялотекущий образ жизни, ожидая помощи от своих детей, врачей, родных и близких.



Сосудистый комплекс освящен

Главная причина шума в голове и ушах

Абсолютно все процессы в нашем организме управляются головным мозгом. Его клетки получают информацию от всех органов и систем, анализируют эту информацию, вырабатывают нужную реакцию и по

нервным клеткам передают соответствующие приказы различным органам тела. Иными словами, человек остается здоровым, пока мозг четко и корректно управляет этими процессами.

Шум в голове (как и любые другие симптомы) возникает от совокупности различных факторов. Эти факторы приводят к сбою в работе определенных отделов головного мозга и нарушениям

нейронных связей. Другими словами, мозг перестает отдавать «правильные» приказы для четкой работы вашей системы кровообращения, что приводит к появлению шумов, а потом и к более серьезным последствиям, которые отмечались выше.



www.vita-li.com

*Сроки проведения акции с 12.04 по 30.04.2023 г. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефону 8 (495) 221-92-01.

Как победить шум в голове и ушах быстро и эффективно?

Ответ очевиден: необходимо регулирование процессов внутреннего обмена веществ – первопричины расстройств системы кровообращения. Очень важно затормозить склеивание тромбоцитов, проще сказать – разжижить кровь. А еще – ускорить образование тканей при повреждении. Необходим продукт, который восстановит работу мозговых центров, отвечающих за регуляцию кровеносной системы.

Сосудистый комплекс рекомендован людям с целью питания и укрепления сердечной мышцы, а также лечения сердечно-сосудистых заболеваний. У кого уже есть проблемы с сердцем, сосудистый комплекс необходим при комплексном лечении стенокардии, аритмии, сердечной недостаточности, во время реабилитации после инфаркта миокарда. Регулярный прием магния снижает риск инфаркта в 2 раза, прием калия снижает риск инсульта на 40%.

Почему так важен сосудистый комплекс?

Селен в сочитании с Калием и Магнием питает и укрепляет сердечную мышцу, нормализует обменные процессы в миокарде, улучшает работу сердца, предотвращает преждевременное старение и изнашивание миокарда, препятствует развитию атеросклероза, гипертонии, аритмии, ИБС и метаболических изменений в миокарде.

Как это работает?

Альгинат натрия, входящий в состав сосудистого комплекса, воздействует на управляющие центры головного мозга.

Мозг начинает вырабатывать десятки нейрогормонов и формировать «корректирующие» нервные импульсы.

Нейрогормоны во много раз эффективнее самых мощных лекарств, помогают в лечении. Нервные импульсы устраняют патологические процессы на клеточном уровне и корректируют работу других органов и систем организма.

Всем крепкого здоровья, и берегите себя, здоровье у нас одно.

Как правильно питать организм и восстановить вашу иммунную систему?

Что будет, если не обратиться к специалисту?



В большинстве случаев шум в голове или ушах свидетельствует о наличии у вас серьезных патологий, представляющих реальную угрозу.

Согласно проведенным медицинским исследованиям, скорость развития этих патологий и осложнений в последние годы стремительно растет.

Если вы не примете срочные меры или будете использовать неэффективное лечение, то в вашем организме неизбежно запустятся мощные патологические процессы, которые приведут к прогрессированию основного заболевания и необратимым последствиям для вашего организма. Кроме того, постоянный шум в голове вызывает множественные неврологические расстройства и существенно снижает качество жизни.

Вита Ли
Звоните и заказывайте сосудистый комплекс для себя и своих близких
8 (495) 221-92-01
Бесплатный звонок, консультация специалистов, а также бесплатная адресная доставка.

ИП Селиверстов А.В. Юр. адрес: Москва, ул. Заповедная, д. 16, корп. 1. ИНН 575106190574, ОГРНИП № 31757490001397 от 20.01.2017 г. РЕКЛАМА.

Сериал «Папины дочки» шёл в телевизионном эфире шесть лет. За это время было снято 20 сезонов – 410 серий. У фильма множество поклонников разных поколений, потому что история про психотерапевта Сергея Васнецова и его пяти дочерей никого не могла оставить равнодушным. И вот, спустя ровно десять лет после окончания проекта, он возвращается.

Телеканал СТС и видеосервис START приступили к съемкам продолжения легендарного сериала. К своим ролям вернулись Андрей Леонов, Лиза Арзамасова, Екатерина Старшова, Мирослава Карпович, Нонна Гришаева, Александр Олешко, Ольга Волкова, Татьяна Орлова, Филипп Бледный и другие актеры. Режиссером стал Александр Жигалкин, который снял большую часть серий этого проекта.

И в нем, кроме старых знакомых, появятся и новички – незнакомые нам пока персонажи. Так что поклонников сериала ждет большой и приятный сюрприз.

15 лет спустя

Действия в сериале разворачиваются спустя почти 15 лет после событий предыдущих сезонов. Все девочки уже выросли, и у каждой из них – своя взрослая жизнь. Главным героем становится Вениамин Васильев по прозвищу Веник (в исполнении Филиппа Бледного). Конечно, за это время он возмужал. У них с Дашей (ее, как вы помните, играла Анастасия Сиваева) – четверо детей, все девочки. В канун

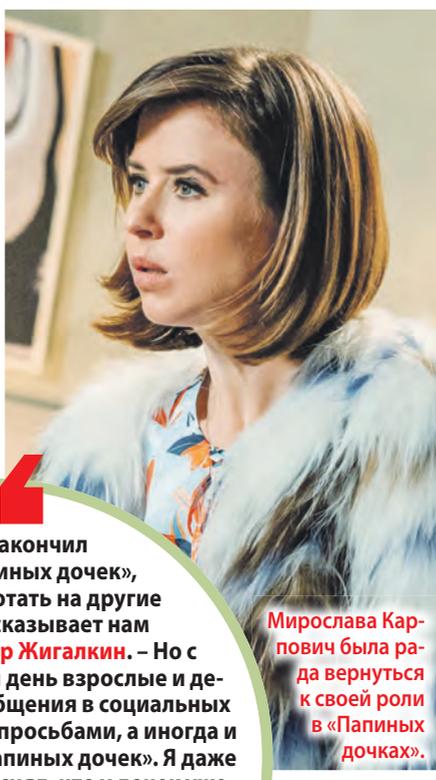


У Екатерины Старшовой, сыгравшей Пуговку, в новых сериях будет несколько эпизодов.

«Папины дочки» возвращаются!



Андрей Леонов тоже появится в сериале.



Мирослава Карпович была рада вернуться к своей роли в «Папиных дочках».

«Когда я закончил снимать «Папиных дочек», то перешел работать на другие проекты, – рассказывает нам режиссер Александр Жигалкин. – Но с того момента каждый день взрослые и дети присылают мне сообщения в социальных сетях с требованиями, просьбами, а иногда и мольбами: вернуть «Папиных дочек». Я даже сначала отвечал, объяснял, что у дочек уже свои дети есть, и это невозможно. Но мне все равно присылали сценарии, какие-то идеи... Так что возвращение проекта – это правильное решение. Поклонники ждут, они хотят увидеть продолжение.»



ние создавали сами юные актрисы. Так что они внесли свою лепту в создание декораций.

Перед съемками вся команда пересматривала предыдущие сезоны. В новых сериях художники постарались сохранить памятные зрителям образы главных героев.

Сегодня в павильоне снимают сцены на кухне и в коридоре квартиры Васнецовых.

Дочки младшие

Пока объявлен небольшой перерыв, у нас есть возможность познакомиться с новыми маленькими актрисами «Папиных дочек».

По признанию режиссера, кастинг на роли глав-

ных персонажей шел несколько месяцев и был очень тщательным: было необходимо, чтобы сложился хороший актерский ансамбль. Почти у всех маленьких актрис, несмотря на их возраст, за плечами – богатый киноопыт: они уже снимались в фильмах и сериалах. Самую младшую, Арину, играет Полина Айнутдинова, средних дочерей Диану и Лизу – Ева Смирнова и Виталия Корниенко соответственно. Роль старшей дочери Сони досталась Полине Денисовой.

– У моей героини – переходный период, у нее сложные отношения с папой, а еще у нее первая влюбленность, – рассказывает Полина Денисова. – Она дерзкая – но при этом понимает свою роль в семье, и когда мама уходит, она во многом ее заменяет. Я все детство смотрела «Папиных дочек» – это был мой любимый сериал, я была его фанаткой. У меня, конечно, были волнения перед съемками, потому что это мой первый большой киноопыт. На съемочной площадке мне помогает Филипп Бледный, который играет нашего папу Веника.

Дочки взрослые

Естественно, в кадре появятся и знакомые всем по прошлым сезонам герои и героини.

– На съемочной площадке с радостью встретился со всеми актерами: с Филиппом Бледным, Лизой Арзамасовой, Татьяной Орловой, Александром Олешко, Андреем Леоновым, Мирославой Карпович, Нонной Гришаевой, – рассказывает нам режиссер Александр Жигалкин. – Первые смены у нас проходили в ностальгическом настроении. Я практически со всеми этими актерами поддерживаю отношения: с кем-то просто дружим по жизни, кто-то у меня снимается в фильмах и так далее. Так что встретились мы как старые добрые друзья...

Мирослава Карпович в сериале вернулась к своей роли Марии Васнецовой.

– Когда мне предложили сняться в новых сериях, я обрадовалась, сомнений не было, – рассказывает актриса. – Очень хотелось всех увидеть! Мы с девочками даже списывались, спрашивали друг друга: правда ли это, не шутка ли? Я особенно благодарна авторам за сценарий – он мне очень понравился. На площадке с Филиппом Бледным вспоминали, как это было, – и сошлись на том, что было весело и в кадре, и за кадром. Все было искренне, по-доброму...

Появится в сериале и Екатерина Старшова, сыгравшая знаменитую Пуговку. Правда, эпизодов с ее участием будет немного. Сейчас 21-летняя Екатерина получает фармацевтическое образование и выступает в ледовых шоу (фигурным катанием она занимается с детства).

Увидят зрители и самую яркую секретаршу Тамару Кожемятку в исполнении Татьяны Орловой. Ну и, конечно, в кадре появится папа – Андрей Леонов, с которого и начиналась история «Папиных дочек». Но в новых сериях теперь главный герой все же не он, а Вениамин (он же Веник).

Валерия ХВАЦЕВСКАЯ



Кстати

Многодетный отец

На съемочной площадке Филипп Бледный признается нам, что для него сыграть отца четырех девочек – мечта.

– Мне нравится быть многодетным отцом, – говорит нам Филипп. – Когда поступило такое предложение – сразу согласился, даже не читая сценария. Я загорелся – ведь это новый этап! Последнее время у меня были роли брутальных парней, а здесь – совершенно другое. Веник в юности был достаточно эксцентричный, яркий. Теперь он немного острее.

Наш герой – инженер, физик. Все, что вокруг него происходит, требует его внимания. Он решает проблемы четырех детей, и это в нашем сюжете самое важное... На съемочной площадке для меня главной задачей было – расположить к себе девочек, которые играют моих дочек. Но оказалось, что зря я волновался: как только мы познакомились, я сразу понял, что все получится... Уже уходя со съемочной площадки, мы спросили у режиссера:

– Как вы думаете, в чём всё-таки секрет популярности сериала?

– В любви, вложенной туда, в искренности интонаций и в честности того, что там внутри происходит, – ответил нам Александр Жигалкин.

Актёра Сергея Удовика преимущественно знают по положительным персонажам – он часто играет неподкупных следователей, трудолюбивых врачей...

Сергей УДОВИК:

«Мне кажется, что я бы мог быть самым обычным трудягой. В том смысле, что я вполне представляю себя и токарем, и слесарем, и автомехаником. Вполне мог бы освоить одну из этих профессий».

В комедийном сериале «Семья» его герой – глава большой ячейки общества Виктор Анатольевич тоже скорее располагает к себе. Недавно на канале ТНТ стартовал второй сезон проекта. Мы выяснили у Сергея, как пересекается его собственная жизнь с линией персонажа. А также узнали, почему даже после нескольких десятилетий в кино каждый новый проект остается для него загадкой.

Сюжеты списаны с жизни

– Сергей, сериал «Семья» нередко называют островком семейных ценностей. А чем вам самому нравится этот проект? Почему он важен и нужен сейчас?

– Для меня этот сериал начался с Бори Хлебникова (режиссера первого сезона – Прим. ред.), которого я очень люблю. Потом он передал все не менее способному Мишке Шулаеву. Над «Семьей» работает замечательная команда, поэтому мне очень нравится атмосфера, отношение к нам и со стороны продюсеров, и режиссера. Кроме того, я очень требователен к себе, но когда посмотрел первый сезон, мне показалось, что мы полностью оправдали название «Семья». Видно, что это не случайные артисты в кадре. Режиссер и продюсеры нас всех так подобрали, что мы выглядим семьей. Да и ситуации, которые пишут для нас сценаристы, ка-

Иногда я узнаю в «Семье» самого себя

Кстати

Деревня, дом, друзья

– А как вы предпочитаете отдыхать?

– Я достаточно мало путешествую, в основном меня возит театр. Актер – очень хорошая профессия, регулярно выезжаешь на гастроли. А так у меня маленький дом в деревне, рядом живут друзья, вот там чаще всего и отдыхаем.

– Ну, и под занавес гипотетический вопрос. В сериалах и кино вы «освоили» разные профессии: от судмедэксперта до врача и полицейского. Представим, что вы бы не стали актёром, нужно было бы выбрать себе специальность. Кем бы вы могли себя представить?

– Да кем угодно! Мне кажется, что я бы мог быть самым обычным трудягой. В том смысле, что я вполне представляю себя и токарем, и слесарем, и автомехаником. Вполне мог бы освоить одну из этих профессий.

жутся знакомыми. Иногда я узнаю здесь самого себя. Понятно, что в сериале все подано в комедийном ключе, но многие сюжетные линии будто списаны с жизни. Так что я очень люблю этот проект.



Над «Семьей» работает замечательная команда, поэтому мне очень нравится атмосфера, отношение к нам и со стороны продюсеров, и режиссера. Кроме того, я очень требователен к себе, но когда посмотрел первый сезон, мне показалось, что мы полностью оправдали название «Семья».

– Ситуация из грядущего сезона, когда все дети разъехались и супругам приходится привыкать жить самим по себе, тоже знакома?

– Да, мы с женой сейчас через это проходим. Наши дети выросли, им больше не нужно столько заботы, а мы привыкаем.

Партнёрша мечты

– Невозможно отрицать, что в сериале собрался очень сильный каст, и, судя по интервью с первого сезона, вы

практически стали настоящей семьей. Расскажите, как прошло ваше возвращение к ролям?

– Легко! Хотя мы и не ожидали, что будут писать второй сезон.

– Почему?

– Кино – это же всегда эксперимент. У меня были работы, которые либо не вовремя вышли, либо просто не получили отклик у зрителя, хотя проекты сами по себе хорошие. Тут невозможно ничего предсказать, поэтому никто не мог гарантировать второй сезон сериала. Мы, артисты, просто работаем, а дальше

продюсеры решают, продолжать или нет. Новый сезон – это победа сама по себе.

– Научились ли с Еленой Валюшкиной понимать друга с полуслова?

– Да, конечно! Лена – одна из лучших партнерш. Честно скажу, что я за ней вприпрыжку бегу! Некоторые сцены Лена вытягивала. Не потому, что я сам плох, просто она как кошка – в том смысле, что максимально органична в работе. К тому же, у нее всегда прекрасное настроение. О такой партнерше можно только мечтать.

В роли строгого зрителя

– В одном из интервью вы рассказывали, что вам нравится не только играть в сериалах, но и смотреть их. Что из последнего вам особенно понравилось?

– К сожалению, российские сериалы я почти не смотрю. Точнее, пытаюсь что-то смотреть, но зачастую мне хватает одной серии. Среди иностранных многое нравится, но если я начну называть, по-

кажусь банальным. Чаще всего это то, что все уже видели и знают.

– Тогда давайте поговорим ещё об одном вашем сериале. В 2023 году должна выйти «Ялта» – детектив, действие которого происходит в 1971 году. Как прошло ваше путешествие во времени на 50 лет? Есть ли разница, в каких проектах играть – про современность или про прошлое?

– Нередко эту разницу и не чувствуешь. Мы снимали «Ялту» в Крыму, и там многие объекты выглядят точно так же, как и десятилетия назад. Атмосфера сама погружает в нужное русло: надеваешь пиджачок, садишься в старенькую «Победу», и вот ты уже жулик 70-х годов!

– Значит, вы играете жулика?

– Да, но больше я не могу рассказывать!

– А бываете ли вы в Крыму не по работе?

– К сожалению, нет. В Крыму я не был уже лет десять, пока в прошлом году не вызвали по работе. Поэтому считаю, что мне повезло – я побывал в хорошем месте с интересными людьми, еще и поработал.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

Лечение катаракты без забот*

- ✓ Персональный менеджер
- ✓ Бесплатная диагностика
- ✓ Бесплатные анализы
- ✓ Бесплатный трансфер

3Z Прогрессивная офтальмология

м. ВДНХ, ул. Бориса Галушкина, 3
8 (495) 292 69 10 3z.ru



* Предложение действует с 1.03.23 по 30.04.23 г. при проведении хирургического лечения катаракты в клинике 3Z Москвы по адресу: ул. Бориса Галушкина, 3. В стоимость пакета входят: диагностика зрения, предоперационные анализы (флюорография проводится в клинике и входит в пакет), операция с хрусталиком на 1 глаз, трансфер и проживание в гостинице. Скидка 100% на диагностику предоставляется путем вычета потраченной суммы из стоимости операции при проведении хирургии катаракты. Услуги трансфера осуществляет ООО «Яндекс. Такси» в рамках лимита 2 000 рублей на 2 поездки. В случае отказа от трансфера или проживания в гостинице стоимость пакета услуг не меняется. ООО «Три-З». Лицензия №ЛО41-00110-26/00589165 от 3.02.2022 г. ОГРН 1032304158193. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Мясо – это источник белка, без которого нормальное функционирование нашего организма невозможно.

Поэтому роль мяса в рационе человека переоценить нельзя. И конечно, в каждой кухне мира мясные блюда имеют особый статус.

Мы предлагаем вам попробовать вкуснейшие мясные блюда разных кухонь мира. И уверены: они вам точно понравятся.

Свинина запечённая

Немецкая кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 219 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 кг свиного окорока
- 4 головки и 2 зубчика чеснока
- пучок петрушки
- 1 лимон
- 5 лавровых листьев
- 1 ч. л. сушеного тимьяна
- растительное масло
- молотый черный перец
- соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Окорок натереть смесью соли, перца и тимьяна, обмазать растительным маслом, убрать в холодильник как минимум на 1 час.



- 2 Обвязать окорок кулинарной нитью, под которую поместить лавровый лист.
- 3 Выложить окорок в форму для запекания, вокруг разложить 4 головки чеснока; запекать в разогретой до 200 градусов духовке 1 час.

- 4 Сделать соус: 2 зубчика чеснока растереть с солью, смешать с соком половины лимона; влить тонкой струйкой, постоянно взбивая венчиком, 50 мл растительного масла, добавить мелко нарубленную петрушку, перемешать.

- 5 Подавать окорок с печеным чесноком и чесночным соусом.



ПОСЛОВИЦЫ

Был бы бык, а мясо будет.

Около костей мяса немного.

Были бы кости, а мясо нарастет.

Ел бы мясо, да в зубах завязло.

Не бойся того поста, когда в закромах нет

пуста, страшен и мясоед, когда в амбаре хлеба нет.



МЯСНОЕ ИЗОБИЛИЕ



Рулетки из филе индейки

Американская кухня. На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 164 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 800 г филе индейки
- 300 г твердого сыра
- 1 яйцо
- 4 ст. л. панировочных сухарей
- растительное масло
- молотый черный перец
- соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Филе нарезать ломтиками по 1-1,5 см, хорошо отбить, посолить, поперчить.
- 2 Сыр нарезать на 6 брусочков. Яйцо слегка взбить (до однородности).
- 3 Сыр вернуть в филе, получившиеся рулетки обмакнуть в яйцо и обвалить в панировочных сухарях.
- 4 Жарить рулетки на растительном масле со всех сторон до румяной корочки.



Чашушули

Грузинская кухня. На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 106 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 кг говядины
- 800 г помидоров
- 2 луковицы
- 3-4 зубчика чеснока
- пучок кинзы
- 2 лавровых листа
- по 0,5 ч. л. уцхо-сунели, молотого кориандра и имеретинского шафрана
- молотый красный перец
- соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Говядину нарезать кубиками; лук, чеснок и зелень мелко порубить, с помидоров снять шкурку, мелко нарезать.
- 2 Мясо положить в высокий сотейник (или кастрюлю), добавить лук, налить 100 мл воды, довести до кипения, тушить под крышкой на небольшом огне 40-50 минут.
- 3 Добавить помидоры, тушить еще 1,5 часа.
- 4 Добавить соль, все специи, зелень и чеснок, тушить еще 20-30 минут.



Голень индейки в пикантном маринаде

Китайская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 142 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

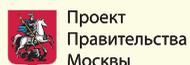
- 2 голени индейки
- 2-3 см корня имбиря
- 4 ст. л. соевого соуса
- 1 лимон
- 4 ст. л. растительного (кунжутного) масла
- 1 ст. л. меда
- молотый черный перец

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Имбирь очистить, натереть на мелкой терке.
- 2 С лимона снять цедру на мелкой терке, выжать сок.
- 3 Смешать соевый соус, мед, растительное масло, имбирь, лимонный сок и цедру, замариновать голени индейки на 30-50 минут.
- 4 Выложить голени в форму для запекания, залить маринадом, запечатать форму фольгой.
- 5 Запекать в разогретой до 200 градусов духовке 1 час.



Светлана ИВАНОВА



Проект
Правительства
Москвы

15 - 23 апреля

#МОСКОВСКИЕСЕЗОНЫ

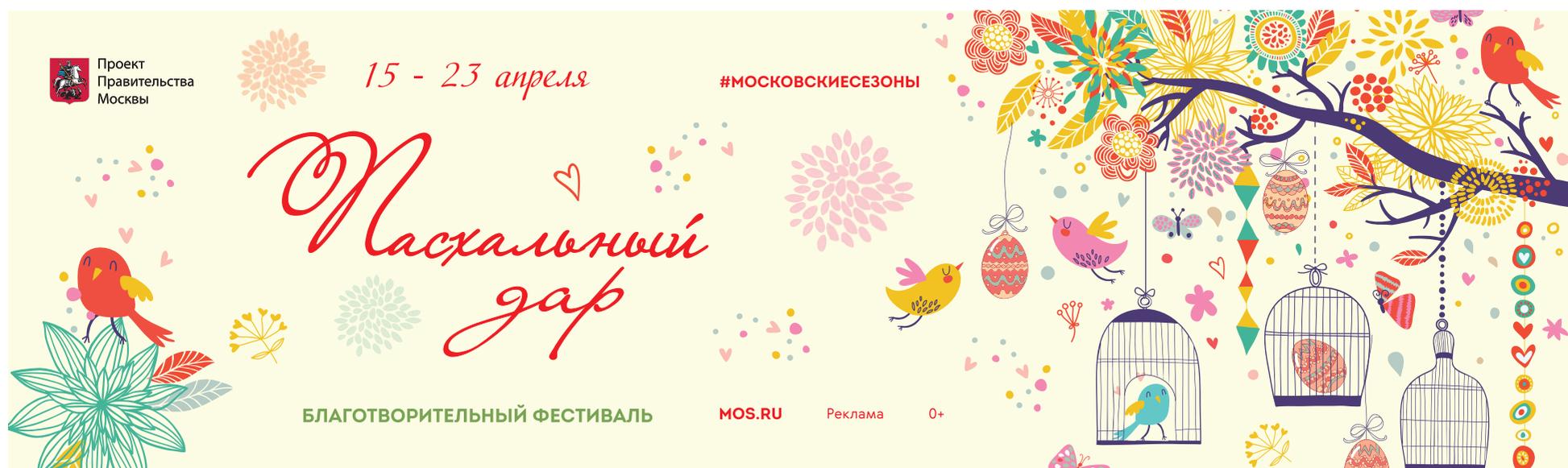
Пасхальный дар

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ

MOS.RU

Реклама

0+



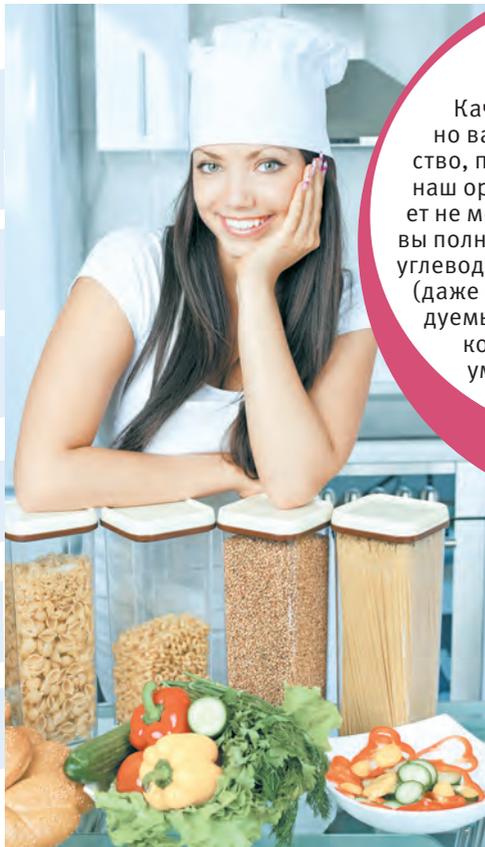
Каждая клеточка нашего организма получает энергию за счёт последовательных биохимических превращений глюкозы.

Основной поставщик глюкозы – это углеводы. Но чтобы углеводы работали на похудение, важно соблюдать несколько правил.

Качество

Углеводы бывают разными. Они могут быть простыми, содержащимися в следующих продуктах: изделия из белой муки, сахар, газировка, мед и другие сладости. Все они имеют сладкий вкус. И именно они могут мешать стройности. Гораздо полезнее продукты, содержащие сложные углеводы. Они не имеют такого сладкого вкуса, а в своей основе содержат пищевые волокна и крахмал (крупы, макароны твердых сортов, овощи, зелень и т.д.). Все вышеперечисленные углеводы (кроме клетчатки) в нашем организме превращаются в глюкозу.

Углеводный путь к стройности



Количество

Качество углеводов бесспорно важно, но общее их количество, поступающее в течение дня в наш организм, на самом деле имеет не меньшее значение. Даже если вы полностью откажетесь от простых углеводов, но будете поглощать каши (даже самые полезные и рекомендуемые диетологами) в больших количествах, вес будет не уменьшаться, а увеличиваться.

Оказывается, кроме сложных и простых углеводов есть ещё хитрые углеводы, которые проникают в организм вместе с фразой «а пойдём чайку попьём».

Гликемический индекс (ГИ)

С помощью него оценивается скорость попадания глюкозы в кровь. Чем больше его значение, тем скорость попадания глюкозы в кровь выше, и значит, более резким будет ее скачок. Быстрое, недолгое насыщение и резкое чувство голода как раз характерны для продуктов с высоким ГИ. Но есть и хорошая новость. Не нужно полностью отказываться от продуктов с более высоким ГИ. Есть способы, позволяющие уменьшить его общее значение. Например:

- ♥ **Добавление клетчатки** (отруби при выпечке хлеба, овощные салаты вместо гарнира и т.д.).
- ♥ **Добавление жиров.** Так как жиры усваиваются медленно, скорость всасывания углеводов также снижается. Достаточно 10 г того же масла на порцию каши или на бутерброд. Кстати, жиры присутствуют не только в масле, но и в сырах, маслянистых овощах и фруктах (плоды авокадо), орехах и семечках.
- ♥ **Добавление белка** (творог с виноградом или бананом).
- ♥ **Минимальная термическая обработка** (макароны лучше приготовить аль денте).
- ♥ **Избегание переспелых фруктов и овощей.** Сравните: ГИ переспелого банана – 65, а средней спелости – 40.

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА

Фрукты – это правильно



На наши вопросы отвечает диетолог Светлана Титова. – **Светлана, фрукты – это источник быстрых или медленных углеводов?**

– Отношение углеводов (и фруктов в том числе) к быстрым или медленным определяется их гликемическим индексом. Большинство фруктов обладает низкой гликемической нагрузкой, потому что в них содержится незначительное количество углеводов.
– **Как часто нужно есть, чтобы уровень глюкозы не падал и не хотелось передать?**
– При гипогликемии придерживайтесь частого питания небольшими порциями (каждые 3 часа в течение дня). Можно носить с собой фруктовый сок (100-200 мл) или пару конфет (не шоколадных!) на случай выраженных симптомов. Уровень глюкозы натощак определяется утром и составляет от 59 до 99 мг в 100 мл крови, то есть нижняя граница нормы составляет 3,3 ммоль/л, а верхняя – 5,5 ммоль/л. Это диапазон концентрации глюкозы в плазме крови у здорового человека, независимо от массы тела.

Татьяна МИХАЛЁВА

СОТ РУ: 77-99-88-003.E.004444.03.15 от 04.03.2015 г. Реклама.



ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

Здоровье ваших суставов и позвоночника

Картила Геленк-МСМ

- Способствует уменьшению дискомфорта и скованности в суставах и позвоночнике.
- Снижает мышечное напряжение.
- Ускоряет регенерацию хрящевой ткани.

Спрашивайте в аптеках вашего города. Справки и консультации:
8-800-333-06-07 (Звонок бесплатный), Москва 8 (495) 220-76-76
БАД. Производитель ПРОВИСТА, г. Ганновер, Германия. www.provista-ag.ru

НЕ ВРЕДЯЕТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

РАЗБИРАТЬ РЕЧЬ ПО ТЕЛЕВИЗОРУ – ЭТО ПРОСТО!

ПРЕДЛАГАЕМ ЦИФРОВЫЕ СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ С ПОВЫШЕННОЙ РАЗБОРЧИВОСТЬЮ РЕЧИ!



МИР СЛУХА
www.mirsluha.ru

Реклама 119017, Москва, ул. Пятницкая, д. 28, ООО «Мир слуха Пятницкая», ОГРН 1157746542953

Скидка от 20 до 50%!
Производство: Германия, Швейцария, Дания!
Аппараты в наличии!

- + Пенсионерам скидки
- + Выезд специалиста на дом
- + Пробное ношение слухового аппарата

8 (495) 411-90-16

- «Курская», ул. Казакова, д. 6, стр. 1
- «Третьяковская», ул. Пятницкая, д. 28
- «Сухаревская», пр-т Мира, д. 5, корп. 1
- «Белорусская», ул. Лесная, д. 8А

На сайте WWW.FLOTUSICH.RU
г. Москва, м. «Китай-город», ул. Маросейка, 9/2, стр. 1.
Тел.: 8 (495) 241-23-64, 8 (800) 100-81-75 // СКИДКИ НА КРУИЗЫ 2024

ТЕПЛОХОДЫ «РОДНАЯ РУСЬ» И «РУСЬ ВЕЛИКАЯ»	
ВЕСНА СМЕЕТСЯ: «Я ПРИШЛА!»	от 11 999 р.
НА 4 ДНИ: 25.04, 28.04, НА 5 ДНЕЙ: 30.04, 01.05, 05.05	
02.05.2023 – 10.05.2023 «БЕЛАЯ РЕКА – ПО ВОЛГЕ ГОРОДА»	от 52 899 р.
Москва – Тулаев – Городец (Семенов) – Н. Новгород – Свияжск – Елабуга (Мамадыш) – Уфа (Архангельск) /Обратно= 47 699 р.	
09.05.2023 – 19.05.2023 «АЙ, ДА КАЗАНЧОК!»	от 40 599 р.
Москва – Казань – Ярославль – Н. Новгород – Казань – Чебоксары (Йошкар-Ола) – Городец – Чкаловск – Кострома – Мышкин – Углич – Москва	
17.05.2023 – 21.05.2023 «В ГОСТИ К ЯРОСЛАВУ МУДРОМУ»	от 22 699 р.
Москва – Углич (муз. кожевенного ремесла) – Ярославль (Толга/Ростов Великий) – Тулаев – Казань – Москва = кешбэк 24%	
21.05.2023 – 28.05.2023 «ВЕСЕННИЙ ВАЛЛАМ»	от 41 499 р.
Москва – Дубна – Рыбинск – Череповец – Горький – о. Валаам – о. Коневец – С.-Петербург	
28.05.2023 – 09.06.2023 «ТРУБИТ АРХАНГЕЛЬСКИЙ РАССВЕТ»	от 103 899 р.
С.-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога (Тихвин) – Кижы – Соловки (2 дня) – о. Кузова) – Архангельск (2 дня) – Беломорск – Сосновец – Повенец (Медвежьегорск) – Мышкин – Москва	
11.06.2023 – 25.06.2023 «ИМПЕРИЯ СТРОГАНОВЫХ»	от 60 999 р.
Москва – Н. Новгород – Чебоксары – Елабуга – Чайковский – Пермь (Верхотурье – Невьянск – Екатеринбург – Ганина Яма – Ильинский/Чугурская п.) – Березники (Усьолье – Соликамск/Чердынск) – Казань – Макарьино – Москва	
30.07.2023 – 14.08.2023 «АРХАНГЕЛЬСК – МОРСКИЕ ВОРОТА АРКТИКИ»	от 112 199 р.
С.-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога – Кижы – Соловки (2 дня) – Архангельск (2 дня) – о. Кий – г. Онега – Беломорск – Сосновец – Повенец (г. Воттоваара) – Углич – Москва	
10.09.2023 – 22.09.2023 «РУССКИЙ СЕВЕР»	от 65 099 р.
Москва – Углич – Кижы – Повенец – Соловки (3 дня) – Архангельск – Беломорск – Сосновец – Ярославль – (авто до Москвы) – аванс 5000р. СО СКИДКОЙ 13% АКЦИЯ «КЕШБЭК 24%», ТЕЛ.: 8 (495) 241-23-64 Действительно при наличии мест. Реклама	

20-я СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ ВЫСТАВКА



12-16 апреля 2023 г.
МОСКВА, ВДНХ, пав. 10

ОРГАНИЗАТОР ВЫСТАВКИ: Тел: (495) 611-89-82, (495) 611-46-29
oss.interopttorg.ru
E-mail: interopttorg@rcnet.ru

Выставка проводится при поддержке и участии: Союза садоводов России, АППМ, Клуба «Сеньор Помидор», Клуба «Цветоводы Москвы», Центра «Цветоводы Москвы при ОБОП»

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

Часто огородники, которые выращивают рассаду в домашних условиях, замечают странного вида образования на её листьях и стеблях.

Это вызывает нешуточную тревогу: это какое-то заболевание или атака вредителей? Скорее всего, на рассаде появилась оэдема. Попробуем разобраться: что это такое, опасна ли оэдема для рассады и что нужно предпринять, если оэдема разбушевалась?

Как выглядит?

Если на обратной стороне листочков рассады появились пупырышки, пузырьки, волдыри или бугорки, то перед вами оэдема, или отек листьев. Есть еще народное название проблемы – водянка. Оэдема – это отеочное состояние растения, которое возникает из-за переизбытка влаги, причем чаще всего из-за резкого повышения влажности и понижения температуры. Это одна из самых распространенных проблем при выращивании рассады, с которой ежегодно сталкиваются множество новичков и опытных огородников.

Где появляется?

Оэдемой поражаются листья и стебли томатов и перцев, но может встречаться проблема также у тыквенных или капусты. Причем возникнуть она может как в рассадный период, так и после высадки в открытый грунт или теплицу.

Оэдема на рассаде: узнать и обезвредить

Причины появления

Наиболее очевидной причиной появления оэдемы считается неравномерный полив. После подсушивания почвы чрезмерное количество влаги приводит к тому, что корни, перенасыщенные влагой, выбрасывают все лишнее в наземные части растения. Листья и стебли не могут быстро «переработать» поступающую жидкость, из-за чего ткани раздуваются от сильного давления воды, образуя волдыри или наросты. Впрочем, чрезмерный полив – это лишь один из факторов, способствующих появлению оэдемы, но не единственный. Появлению оэдемы предшествует комплекс причин: излишняя влажность, понижение температуры, загущенные посадки (плохая циркуляция воздуха и затенение). Чаще всего отек на листьях возникает, когда весной отключают центральное отопление: изменяются условия выращивания (понижается температура и повышается влажность), а поливают рассаду так же, как и в условиях жарко натопленного помещения. Чаще всего так и возникает пугающая многих оэдема.



В чём опасность?

Оэдема не опасна для растений, ведь это не заболевание и не атака вредителей.

Оэдема – нарушение физиологического состояния.

Опасность возникает в том случае, если, заметив признаки оэдемы, вы не изменили условия содержания рассады. В этом случае состояние может усугубляться: бугорки твердеют, занимают все большую площадь листа, может произойти некроз листовых пластин. Для молодых растений это может стать губительным.

Что делать?

К сожалению, поврежденные оэдемой листья уже не восстановятся. Важно не допустить появления оэдемы на молодых, отрастающих листьях. Для этого нужно соблюдать температурно-влажностный режим. Это предполагает составление рыхлого и водопроницаемого почвогрунта, где не будет застаиваться влага. Емкости, в которых содержится рассада, в обязательном порядке должны иметь дренажные отверстия для оттока излишков воды. Поливать рассаду следует по мере

подсыхания земляного кома. Лучше долить, чем перелить! Рассада должна размещаться на подоконнике свободно, листья рассады, находящейся в разных емкостях, не должны касаться друг друга. Важ-

Уважаемые одноклассники и ровесники! Прекратите репостить сообщения типа «Как вырастить рассаду на подоконнике» и «Садовые дорожки своими руками»! Всё сложнее ощущать себя молодым!



СОВЕТ

Неопытные огородники путают оэдему на листьях с повреждением их трипсами или паутинным клещом. И начинают применять химию, которая не помогает исправить ситуацию. Выход один: вооружиться лупой. Если при внимательном рассмотрении вредителей не обнаружено, это точно оэдема. И поможет тут только грамотный уход и регуляция температурно-влажностного режима.

ны сбалансированные подкормки (если у вас нет ламп досветки, подкормите растения калием – это нормализует водный обмен). Рассада не должна стоять на холодном подоконнике (используйте подложку с теплоизоляционными свойствами: пенопласт, пенотекс, пробку). Температура в зоне корней не должна опускаться ниже 16 градусов.

НА ЗАМЕТКУ

Растения хорошо себя чувствуют именно в рыхлой почве. Мгновенно сделать грунт рыхлым могут современные разрыхлители!

Выбираем разрыхлители для грунта

РЕЧНОЙ ПЕСОК

Именно чистый, просеянный речной песок рекомендуется использовать для разрыхления почвы. Карьерный песок имеет в составе много вредных глинистых и минеральных примесей.

ПЕРЛИТ

Перлит – горная порода зернистой структуры. При нагреве преобразовывается в застывшую пену, которую затем измельчают. Перлит не влияет на химический состав почвы, он пористый и легкий. Намокая, вбирает в себя вла-

гу больше своего веса. Способен не только разрыхлять грунт, но и регулировать влагообмен.

ЦЕОЛИТЫ

Цеолит – природный минерал вулканического происхождения. При внесении цеолитов в грунт их пористая структура позволяет поглощать излишки удобрений и влаги и питать ими корни. Разрыхляющая способность



невелика, но цеолит ценят за его абсорбирующие свойства.

ВЕРМИКУЛИТ

Легкий минерал, имеющий слоистую структуру. Вермикулит, также как и перлит, используют в качестве добавки для регулирования влаго- и воздухообмена, для улучшения рыхлости грунта. Также вермикулит снабдит саженцы магнием и другими микроэлементами.

ДИАТОМИТ

Пористый, богатый кварцем природный минерал. Повышает водоудерживающую способность грунта. Диатомит лучше использовать в сочетании с другими разрыхлителями.

КОКОСОВЫЙ СУБСТРАТ

Практически идеальный разрыхлитель – это кокосовый субстрат. Он имеет нейтральный pH, полностью стерил (не станет источником инфекции – в отличие от песка или торфа). Делает грунт не только рыхлым, но и легким.

Декорировать дом к празднику – прекрасная традиция, которую вполне можно сделать семейной. У каждого члена семьи от мала до велика есть шанс творчески проявить себя.

Ведь даже из простых материалов получатся разные шедевры. Предлагаем вашему вниманию несложный мастер-класс «Яйцо в технике декупаж».

Создаём атмосферу светлого праздника



1 Инструменты и материалы: яйцо, салфетки для декупажа с мелким рисунком, клей ПВА, стакан воды, кисти, нож, чашка и небольшая емкость для разведения клея, полоска бумаги шириной 1 см.



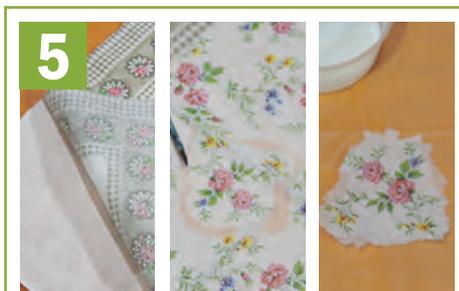
2 Яйцо вымыть, обсушить. Проткнуть с обеих сторон отверстия и вылить (выдуть) содержимое в чашку.



3 Часть клея вылить в емкость, развести водой в соотношении 2:1 (на две части клея одна часть воды).



4 Аккуратно покрыть поверхность яйца слоем клея.



5 Разделить салфетку на слои, обвести выбранный фрагмент водой и извлечь из салфетки.



6 Наложить на выбранное место фрагмент, промазать его клеем, кистью аккуратно разглаживая и убирая неровности.



7 Поставить яйцо на свернутую в кольцо полоску бумаги и наклеивать собранные фрагменты в произвольном порядке, промазывая каждый.



8 Дать готовой поделке высохнуть.

Подготовила Светлана ИВАНОВА

Здравствуйте!

Меня зовут Олег Шелягов, и последние 12 лет я со своими единомышленниками посвятил очищению и обновлению ритуальной отрасли нашей страны.

С молодых ногтей любой из нас слышал, что похоронная отрасль – сфера мрачная, криминальная, циничная и разорительная, даже для людей со стабильным средним доходом. Кто-то был вынужден заплатить за вырытую могилу две свои зарплаты, а за место на кладбище ещё пять.

Мы ещё толком не осознали потерю родного человека, а неизвестные граждане «обрывают» нам телефон и «мусолят» дверной звонок, представляясь «единственной государственной службой». Мы ещё в шоке, а нас «давят» информацией про «уникальные полномочия от города», используя даже не очень скрытые угрозы! А про предлагаемые ими «социальные цены» и говорить не приходится – занимать деньги на достойные похороны стало, к сожалению, нормальной практикой.

Как это изменить?!

Мало объединить в одном удобном сервисе все услуги, необходимые близким покойного, мало установить на них твёрдые гуманные цены и не подпускать проходимцев в наши ряды – труднее всего убедить нас с вами, что в ритуальном деле кто-то вообще способен оказывать услугу прозрачно, по правилам!

И когда происходит трагедия, люди спрашивают совета у родных и знакомых, ища хоть какой-то определённости.

И наша «Служба *105» (по аналогии с экстренной службой 112), которую мы создали несколько лет назад, растёт именно за счёт «сарафанного радио»: благодарных людей, когда-то обратившихся к нам за помощью и советом.

Каждый из нашего коллектива тоже терял близких. Поэтому мы предлагаем только те услуги, которые требовались нам самим в трагический момент.

Мы сделали своим призванием облегчить Вашу ношу! И руководствуемся простым правилом: никогда не поступай с другим, как не хочешь, чтобы когда-то поступили с тобой!

А лучшая награда для нас – это когда человек остаётся с ощущением, словно ему в тяжёлую минуту пришёл на выручку грамотный и влиятельный друг!

**Я желаю, чтобы наши услуги Вам никогда негодились!
Но знать, что мы есть – необходимо!**

С уважением, основатель проекта



В этот день мы вспоминаем об искупительной жертве Иисуса Христа, Его смерти на кресте и чудесном воскресении.

Пасха – самый почитаемый и радостный праздник церковного календаря, Праздник праздников, символизирует обновление и спасение мира и человечества, торжество жизни над смертью, добра и света над злом.

Событие, изменившее мир

РАСПЯТИЕ

Более 20 веков назад на Святой земле произошли события, изменившие мир навсегда.

Иисуса Христа, когда он въезжал на ослике в Иерусалим, встречали как Мессию, избавителя от позорного римского ига. Но у Спасителя была другая цель – стать Избавителем и Победителем греха и смерти. Он всегда говорил в проповедях, что Его Царство не от мира сего.

Как мы знаем, впереди Спасителя ждали Тайная вечеря в четверг, поцелуй и предательство Иуды, арест в Гефсиманском саду, ночной Суд Синедриона с нарушением всех норм и смерть на кресте, где Христос «испил до дна ту чашу страданий, которая стала уделом всех людей после грехопадения».

ПОХОРОНЫ

В те времена казненных отдавали родственникам, но нередко бывало и такое, что их бросали в общую яму, скармливали зверям либо просто сжигали. Ученик Христа Иосиф Аримафейский (был одним из старейшин, членов Синедриона – высшего государственного совета) спешно отправляется к правителю Пилату и, пользуясь своим положением, просит и получает разрешение забрать тело. Времени для похорон оставалось мало, солнце садилось, наступала суббота.

Снятое с креста тело Христа обернули тканью и поместили в гробницу, которую Иосиф приобрел для себя. Пещера была рядом с местом казни, поэтому с похоронами успели управиться. Вход в пещеру закрыли камнем, опечатали и выставили стражу.

ВОСКРЕСЕНИЕ

Наутро к гробнице Христовой пришли женщины-мироносицы, принесли благовония, чтобы отдать Учителю последнюю почесть – омыть тело и помазать маслом. Но придя к пещере, они были удивлены, как написал евангелист Матфей: гробница открыта, огромный камень лежит у входа. Испугавшись, что тело похитили, женщины заглянули в пещеру и увидели небесного посланника – Ангела. Он сказал им: «Не бойтесь, ибо знаю, что вы ищете Иисуса распятого; Его нет здесь – Он воскрес!».



Встречаем Пасху Господню

16 апреля 2023 года православные христиане отмечают светлый и радостный праздник – Воскресение Христово

КСТАТИ

Воскресенье Светлой седмицы называется Антипасха, что в переводе с греческого значит «вместо Пасхи».



Календарь Пасхалий до 2030 года

2024 год – 5 мая
2025 год – 20 апреля
2026 год – 12 апреля
2027 год – 2 мая
2028 год – 16 апреля
2029 год – 8 апреля
2030 год – 28 апреля

Сколько времени длится Праздник праздников

Христиане с радостью поздравляют друг друга: «Христос воскрес!» – «Воистину воскрес!»; повторяя веками обретенное подтверждение нашей веры и преданности Спасителю. Радостные пасхальные приветствия не заканчиваются с окончанием Пасхальной недели – Светлой седмицы. Чествование этого величайшего в мировой истории события продолжается еще в течение всех 40 дней, вплоть до праздника Вознесения Господня.

Именно 40 дней после своего Воскресения пребывал Иисус Христос на нашей земле, являясь ученикам. Поэтому и Церковь живет 40 дней Пасхой Господней до Вознесения Христова.

ВАЖНО!

Почему надо идти в храм на Пасху?

У святителя Иоанна Златоуста есть «Огласительное слово», которое читается в праздничную ночь на литургии. Он говорит, что Пасха наступает для всех: для тех, кто постился, молился, посещал церковь, и даже для тех, кто пропустил пост: «Воздержницы и ленивии, день почтите. Постившиеся и не постившиеся, возселились днесь». Это время прийти в храм, как пишет святитель, что Господь «и дела и намерения целует», время, когда желание и намерение приблизиться к Богу в ваших руках.

Почему пасхальное яйцо красного цвета

Традиционно яйцо – символ жизни. Существует несколько легенд о том, почему пасхальное яйцо красного цвета. Одна из них – о святой Марии Магдалине. Как описано в житии равноапостольной Марии, она объявила императору Тиберию, что Иисус Христос воскрес, и преподнесла ему в подарок пасхальное яичко. Не поверивший ей император посмеялся и сказал: «Это невозможно. Скорее, это яйцо станет красным, чем мертвые оживут!» И в тот же миг яйцо окрасилось в красный цвет.

Все окружавшие императора застыли в удивлении. Тибериус, пересиливая охватившее его оцепенение, произнес: «Воистину Он воскрес!»



Воскресение Христово – это победа любви; оно нам говорит о том, что любовь, которая принимает смерть, тем самым делается бессмертной, делается сильнее смерти.

Митрополит Сурожский Антоний (Блум)

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



Москва
Доверие
телеканал

В МОСКВЕ НА

22

КАНАЛЕ



12+

**Владимир
Берзин**

Народный артист РФ
Ведущий проекта
«Программа наших передач»

С любимыми не расставайтесь!

ПЕРВЫЙ



16.00 «Мужское / Женское». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
16.50 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Информационный канал. (16+)
19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
21.45 «ЗА ПОЛЧАСА ДО ВЕСНЫ». (12+)
22.45 «Большая игра». (16+)
23.45 ПОДКАСТЛАБ «Антропология». (16+)
00.25 ПОДКАСТЛАБ «Пусть не говорят, пусть читают». (16+)
01.05 ПОДКАСТЛАБ «Собрались с мыслями». (16+)
01.45 ПОДКАСТЛАБ «Космические истории». (16+)
02.20 ПОДКАСТЛАБ «Триггеры». (16+)
03.00 Новости

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
05.25 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
08.55 «Знание - сила». (0+)
09.00 «Известия». (16+)
09.30 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 «ЛЕСНИК». (16+)
17.30 «Известия». (16+)
18.00 «ЛЕСНИК». (16+)
19.50 «СЛЕД». (16+)
В школе дворецких - экзамены. Студенты стараются показать всё, чему научились, чтобы получить работу...
22.25 «СВОИ-5». (16+)
23.10 «СВОИ-3». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «СЛЕД». (16+)
03.05 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



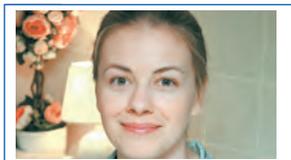
21.20 «ЛЮБОВЬ ПРЕОДОЛЕЕТ ВСЁ». (16+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «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 «ЛЮБОВЬ ПРЕОДОЛЕЕТ ВСЁ». (16+)
Сестра Лёши Вика похищает брата. Таня бросается на его поиски. Выясняется, что девочка ворует, её сняла камера наблюдения. Опекунша Вики отказывается от девочки - от неё одни проблемы. Таня не может разлучить брата и сестру и готова взять под опеку ещё и Вику. Отец Саши пытается подружиться с ним - наверстать все пропущенные годы.
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «ДУЭТ ПО ПРАВУ». (12+)
Выпала из окна и разбилась насмерть юная Альбина Быкова. Работники СК устанавливают, что девушка была не в лучшем психическом состоянии.
03.55 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА». (16+)

ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.00 «ПИРОЖКИ С КАРТОШКОЙ». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 18.00 20.30
Новости дня. (16+)
09.20 «НЕПОДАЮЩИЕСЯ». (12+)
11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
13.20 15.05 03.25 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ!» (16+)
15.00 Военные новости. (16+)
18.20 «Специальный репортаж». (16+)
18.55 «Освобождая Родину. Битва за Север. (16+)
19.40 «Загадки века». (12+)
22.55 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
23.25 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕННЫЙ ВЕСНЫ». (12+)

ТВУ ТВЦ



18.25 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. ДИКАЯ РОЗА». (12+)

- 06.00 «Настроение»
08.15 «Большое кино». (12+)
08.50 «ТАЁЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
10.45 «Петровка, 38». (16+)
11.00 «Городское собрание». (12+)
11.30 События
11.50 «ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ: ЭРА СРЕЛЬЦА». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 03.10 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ». (12+)
16.55 «Вдовьи слезы». (16+)
17.50 События
18.10 «Петровка, 38». (16+)
18.25 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. ДИКАЯ РОЗА. КОНУС ГЕОГРАФИЧЕСКИЙ». (12+)
22.00 События
22.40 Специальный репортаж. (16+)
23.10 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Дорогие товарищи. Хлопковое дело». (12+)
01.25 «Леонид Борткевич. Белорусский Казанова». (16+)
02.05 «Маршал Жуков. Первая победа». (12+)
02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)
04.40 Людмила Зайцева. Чем хуже - тем лучше». (12+)
05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 «ЛЕКАРСТВО ПРОТИВ СТРАХА». (12+)
07.30 11.00 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 11.25 13.00 14.00 15.00 19.00
Новости
08.05 08.35 09.05 09.35 13.10 18.05 19.20 Отражение
10.10 18.05 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ-2». (16+)
11.40 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ Сомневается». (12+)
15.10 23.10 «БЕРЁЗКА». (12+)
16.05 00.05 «Вхутемас». (12+)
17.00 «Преодоление». (12+)
17.45 «Песня остаётся с человеком». (12+)
21.00 «СДАЁТСЯ ДОМ СО ВСЕМИ НЕУДОБСТВАМИ». (12+)
22.30 «Очень личное». (12+)
01.05 Отражение. Главное

НТВ



22.10 «МЕТОД МИХАЙЛОВА». (16+)

- 04.45 «ПЛЯЖ. ЖАРКИЙ СЕЗОН». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «МОРСКИЕ ДЬВЯОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «МОРСКИЕ ДЬВЯОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
Бате и Коту в последний момент удается спасти Муру. Она сообщает, что Уэлша есть свой человек на базе ВМФ. Бизон доставляет установку на берег.
13.00 «Сегодня»
13.30 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «НЕВСКИЙ. РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (16+)
Дело майора Семенова о применении оружия получает широкий общественный резонанс. На его стороне оказывается и министр МВД. После апелляции суд оставляет в силе оправдательный приговор.
22.10 «МЕТОД МИХАЙЛОВА». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «МЕТОД МИХАЙЛОВА». (16+)
00.35 «УГРО». (16+)
03.50 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.35 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 21.00 21.40 22.00 22.25 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00
«Новости». (16+)
11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
12.45 15.50 18.25 «Время новых». (12+)
13.40 16.50 20.50 01.20 «The City». (12+)
13.45 16.45 01.15 «Доктор 24». (12+)
15.35 «Торги Москвы». (12+)
21.20 23.40 04.20 «Московский патруль». (16+)
23.15 02.15 «Рейд 112». (16+)
00.10 03.15 «Ночью москлетерий». (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



13.50 «СЕРДЦЕ НЕ КАМЕНЬ»

- 06.30 07.00 07.30 10.00 12.30 17.00 19.30
Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Невский ковчег. Теория невозможного»
07.35 «Кто написал Библию? Разгадка одной из величайших тайн истории»
08.30 «Жизнь и судьба»
08.50 «СЫН»
10.15 «Наблюдатель»
11.15 00.15 XX век
12.10 18.00 Цвет времени
12.45 Новости. Подробно. АРТ
13.00 «Михаил Абрамов. Русское наследие»
13.50 «СЕРДЦЕ НЕ КАМЕНЬ»
16.05 Линия жизни
17.15 «Гардемарины, вперед!». Невидимые слезы»
18.10 01.00 Пианисты XX века
19.00 «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро»
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 «Хранители жизни»
21.30 «Сати. Нескучная классика...»
22.15 «ОБИТЕЛЬ»
23.15 Рэгтайм, или Разорванное время
23.45 «Магистр игры»
01.50 «Подземные дворцы для вояды и синицы»
02.30 «И оглянулся я на дела мои...»

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 07.00 09.30 «Новости МО»
06.00 «Школа архитектуры»
06.25 08.05 08.35 14.40 16.20 17.40 «Внимание! Еда!»
06.50 18.15 «Наставники». (12+)
08.00 08.30 09.00 11.30 12.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 20.00 21.00 22.00
«Новости 360». (16+)
10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
11.00 «Жеребцова и точка»
11.40 «Быстрые деньги». (12+)
12.30 «Кругосветка по Подмоскovie». (12+)
13.05 «Вкусно 360». (12+)
14.10 «Самое вкусное». (12+)
15.10 15.35 16.10 00.00 00.30
«Открытие Китая». (12+)
16.30 «Вкусно, как в кино»
17.10 «Поездка со вкусом»
18.25 «Семь веков Сергия Радонежского». (12+)
20.15 21.05 01.00 «Невероятная наука-2». (12+)
22.15 «Шестое чувство». (12+)

СТС СТС



22.10 «ЛУЛУ И БРИГГС». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Лунтик». (0+)
08.00 Уральские пельмени. (16+)
08.10 Битва каверов. (16+)
10.10 «ФОРРЕСТ ГАМП». (16+)
13.05 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
Полина в трауре по поводу смерти отца. Дед разыскивает женщину, в которую влюбился с первого взгляда, но не успел познакомиться.
16.45 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
20.00 Премьера! Суперниндзя. Секреты сезона. (16+)
21.05 Премьера! Суперниндзя. Разбор сезона. (16+)
22.10 «ЛУЛУ И БРИГГС». (12+)
США, 2021 г. Драма. В ролях: Ченнинг Татум, Джейн Адамс, Кевин Нэш. Профессиональный военный Джексон Бриггс всеми силами безуспешно пытается вернуться в строй после ранения. Когда умирает один из его сослуживцев, Бриггсу дают задание...
00.15 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
01.15 «БЕЗ ГРАНИЦ». (12+)
02.50 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
04.45 «6 кадров». (16+)
05.20 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)
06.00 06.10 06.20 06.45 06.55
02.00 Мой район. (12+)
07.05 «Юмор на все времена». (12+)
07.55 14.40 «ВИЗИТ К МИНОТАВРУ». (12+)
09.10 16.00 03.30 «Тайны кино». (12+)
10.00 21.25 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». (12+)
11.35 20.00 «ДЕРЕВЕНСКИЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
13.05 «ЧЕЛОВЕК - ОРКЕСТР». (12+)
16.50 «Мой район. Ток-шоу». (12+)
17.50 Звёзды советского экрана. (12+)
18.15 00.30 «ЗАГАДОЧНЫЕ УБИЙСТВА АГАТЫ КРИСТИ». (16+)
23.00 «ЗАКОН ЕСТЬ ЗАКОН». (12+)

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>20.00 «ДЕНЬ НЕЗАВИСИМОСТИ». (12+)</p> <p>05.00 18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Военная тайна». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>17.00 03.20 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «ДЕНЬ НЕЗАВИСИМОСТИ». (12+)</p> <p>22.45 «Водить по-русски». (16+)</p> <p>23.30 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>00.30 «ПРИБЫТИЕ». (16+)</p>	<p>09.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p> <p>09.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>18.00 «ОЛЬГА». (16+)</p> <p>21.00 «ДРУГ НА ЧАС». (16+)</p> <p>22.00 «Женский стендап. Дайджесты-2022». (16+)</p> <p>Шоу, в котором женщины честно и откровенно шутят обо всем, что их волнует и веселит</p> <p>23.00 «Конфетка». (16+)</p> <p>Шоу соберёт непрофессиональных музыкантов и поможет их пока ещё не признанным шедеврам по-настоящему зазвучать. Новое музыкальное сопровождение, профессиональная запись и звёздные исполнители превратят любую песню в настоящую «конфетку».</p> <p>01.00 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>03.30 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>05.00 «Открытый микрофон». (16+)</p> <p>06.35 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p>	<p>22.45 «ВОЛКОДАВ ИЗ РОДА СЕРЫХ ПСОВ». (16+)</p> <p>06.00 Утренние гадания. (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>07.15 «Стражи Арктики». (6+)</p> <p>09.15 Утренние гадания. (16+)</p> <p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>11.15 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>12.20 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 Охотники за привидениями. (16+)</p> <p>14.00 Любовная магия. (16+)</p> <p>14.30 Гадалка. (16+)</p> <p>17.20 «Слепая». (16+)</p> <p>20.30 «ПО ТУ СТОРОНУ СМЕРТИ». (16+)</p> <p>Неизвестный ценой своей жизни спасает Юлию Демину из-под поезда. При погибшем не было никаких документов, лишь армейский жетон...</p> <p>22.45 «ВОЛКОДАВ ИЗ РОДА СЕРЫХ ПСОВ». (16+)</p> <p>«ЧТЕЦ». (12+)</p> <p>01.30 «Мультифильмы». (0+)</p>	<p>14.30 Вне закона. (16+)</p> <p>06.00 Анекдоты. (16+)</p> <p>08.00 «+100500». (16+)</p> <p>10.30 Решала. (16+)</p> <p>12.30 Охотники. (16+)</p> <p>13.30 Решала. (16+)</p> <p>Каждый день тысячи россиян становятся жертвами аферистов. О подобных преступлениях редко заявляют в полицию, а те, которые все-таки попадают в сводки, раскрыть почти невозможно.</p> <p>14.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)</p> <p>16.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться каждого зрителя.</p> <p>20.00 Решала. (16+)</p> <p>21.00 Охотники. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>03.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)</p> <p>05.00 Идеальный ужин. (16+)</p>	<p>14.25 «Лучшие из лучших». (12+)</p> <p>06.00 Профилактика на канале с 06:00 до 10:00</p> <p>10.00, 12.55, 14.55, 16.40, 02.55 Новости</p> <p>10.05, 12.35, 00.35 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>10.25 Спортивный дайджест. (0+)</p> <p>11.25 Смешанные единоборства. (16+)</p> <p>13.00 «Есть тема!»</p> <p>14.25 «Лучшие из лучших». (12+)</p> <p>15.00 География спорта. (12+)</p> <p>15.30 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. Обзор тура. (0+)</p> <p>16.45 «Громко»</p> <p>17.55 Плавание. Чемпионат России. Пр.тр.</p> <p>19.00 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. Кубок Гагарина. Пр.тр.</p> <p>21.45 Футбол. «Фиорентина» - «Аталанта». Пр.тр.</p> <p>23.45 Все на Матч!</p> <p>00.55 Баскетбол. (0+)</p>	<p>14.35 «ПРЯНЫЙ ВКУС ЛЮБВИ». (16+)</p> <p>06.30 «6 кадров». (16+)</p> <p>06.40 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>08.05 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>09.05 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>11.15 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>12.25 «Порча». (16+)</p> <p>12.55 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.30 04.25 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.05 04.55 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.35 «ПРЯНЫЙ ВКУС ЛЮБВИ». (16+)</p> <p>19.00 «ДАЛЁКАЯ И БЛИЗКАЯ». (16+)</p> <p>22.05 Забота о важном. (16+)</p> <p>22.10 «ДАЛЁКАЯ И БЛИЗКАЯ». (16+)</p> <p>23.15 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)</p> <p>03.35 «Порча». (16+)</p> <p>04.00 «Знахарка». (16+)</p> <p>05.20 «6 кадров». (16+)</p> <p>05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)</p>	

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

ПОМОЩЬ В РАСТОРЖЕНИИ:

- Договоров ренты
- Договоров с юристами

ПОМОЩЬ В ВОЗВРАТЕ ДЕНЕГ:

- Из МФО, КПК, Банков
- Решение жилищных и земельных споров

8 (800) 555-20-16

Реклама

СУПЕРЗАЩИТА МОЗГА И СОСУДОВ

Комплекс GEMOTENOL®



Малоподвижный образ жизни, неправильное питание и постоянный стресс многократно повышают риск развития различных проблем с сосудами головного мозга. Что делать в этой ситуации? Есть прекрасный комплекс Гемотенол. Он оказывает благотворное воздействие на сосуды головного мозга, сердечно-сосудистую систему, желудочно-кишечный тракт, сосуды глазного дна, когнитивные функции, сон и память, приводит в порядок обмен веществ. Гемотенол помогает организму правильно регулировать тонус артерий, защищает сосуды и разгружает сердечную мышцу. Этот специально разработанный комплекс состоит из двух элементов – растительной капсулы с действующими веществами и особой бустерной средой, в которой эта капсула хранится. Бустерная среда является активатором, то есть механизм, который запускает действие главных элементов капсулы под воздействием соков поджелудочной железы в двенадцатиперстной кишке. Применять комплекс следует в течение двух месяцев. Благотворный эффект вы сможете ощутить уже через несколько дней, а через два месяца вы сами поразитесь, насколько изменилось ваше физическое состояние.

ОБРАТИТЬСЯ ЗА КОНСУЛЬТАЦИЕЙ (звонки по России бесплатно)

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

РЕКЛАМА

ПЕНСИОНЕРАМ!

- до 4 000 000 рублей сразу
- до 30 000 рублей ежемесячно
- помощь по дому
- патронаж

ПО ДОГОВОРУ РЕНТЫ

ЖИЛСОЦГАРАНТИЯ

«Жилсоцгарантия» является непосредственным плательщиком ренты*

Звоните: **(495) 626 45 55**

*ООО "Жилсоцгарантия" ИНН 7701090069, ОГРН 1157746172220

РЕКЛАМА

БЫВАЕТ И ТАКОЕ

Запасливые выдры

Выдры – очень умные животные. Они питаются моллюсками и, чтобы расколоть раковину и добраться до лакомства, используют различные подручные средства. Например, камушки. Если зверек найдет удобный «инструмент», он может хранить его в специальном кармашке из кожи и использовать годами. Когда выдра находит раковину, она всплывает на поверхность, переворачивается на спину, кладет на живот камушек и с размаху бьет о него свою добычу. Раковины разлетаются на мелкие кусочки, а моллюск достаётся догадливому животному.



Пустыня-старожил

Пустыня Намиб – одно из самых малообитаемых мест планеты Земля. Она имеет множество невероятных особенностей. Во-первых, песчаные барханы на протяжении более чем 1500 километров соприкасаются с Атлантическим океаном. Во-вторых, возраст пустыни Намиб около 80 миллионов лет. А это говорит о том, что она появилась еще в те времена, когда по планете ходили динозавры.



Алоэ или столетник?

Алоэ – травянистое многолетнее растение, известное людям своими целебными свойствами. Невежливо, но это растение может расти и давать новые побеги, даже если его не поливать семь лет! Из-за этой способности алоэ нарекли символом терпения. Также среди людей можно встретить второе имя растения – столетник. Появилось оно из-за поверья, что алоэ цветет всего раз в сто лет.



Сколько телефонов – столько проводов

В конце XIX века люди оценили удобство использования телефонов, и телефонные сети начали активно распространяться – сначала в крупных городах. Например, в Стокгольме для этой цели была построена специальная башня. Провода от нее тянулись к каждому аппарату в городе. Всего их насчитывалось больше 5 тысяч. Правда, внешний вид улиц многочисленных проводов очень сильно портили, поэтому вскоре перешли на прокладку телефонных кабелей под землей.

Светлана СИДОРЧУК

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
06.15 «ХОРОШО СИДИМ!» (16+)
07.30 Мультфильмы. (0+)

TV1000 VIJU TV1000
05.30 «Три и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «ДиноСити». Мультсериал. (6+)

ДОМ КИНО
06.10 «Три кота». Мультсериал. (6+)

ИЛЛЮЗИОН+
01.20 «СПАСИБО ЗА ОБМЕН». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
06.45 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ
01.25 «УПРАВЛЕНИЕ ГНЕВОМ». (12+)

РОДНОЕ КИНО
01.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ СЕМЕРКА». (16+)

РУССКИЙ РОМАН
07.30 «НЕСЛУЧАЙНЫЕ ВСТРЕЧИ». (16+)

CINEMA
06.20 «ДЭННИ ЦЕПНОЙ ПЕСЬ». (18+)

red .RED
06.00 «БЛЮДО С ДУШОЙ». (16+)

РЕТРО
06.15 «ЭТОТ НЕГОДЯЙ СИДОРОВ». (16+)

суббота! СУББОТА!
05.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь». Машинные песенки, «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)

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

СТС LOVE
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

TV 21 ВЕК
07.00 Профилатика на канале до 10.00

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00 «АННА ГЕРМАН. ТАЙНА БЕЛОГО АНГЕЛА». (12+)

ПОБЕДА
04.50 «Путь к Победе». (16+)

ПЯТНИЦА
05.00 «Ну, погоди! Каникулы». Мультсериал. (0+)

Ю
05.35, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
00.00 Час истины. (12+)

HISTORY VIJU HISTORY
06.00, 06.45 Военные заводы. (12+)

ДОКТОР
06.00, 12.55, 18.15, 23.40 О самом главном. Всё о каше. (12+)

Усадьба
06.00 История одной культуры. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА
08.25 Карпфишеры. (16+)

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

СПОРТ

ВРЕМЯ	НАЗВАНИЕ	ОЦЕНКА
06.00	Профилактика на канале с 06.00 до 10.00	
10.00	Новости	
10.05	Плавание. Чемпионат России. Трансляция из Казани. (0+)	
11.45	«Жизнь после спорта». (12+)	
12.15	Спортивная неделя. Итоги. (12+)	
12.45	«Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)	
13.00	Новости	
13.05	Волейбол. Чемпионат России. Рәги Суперлига. Женщины. 1/2 финала. (0+)	
14.50	«Сборная России. Павел Панков». (12+)	
15.05	Спортивный дайджест. (0+)	
15.55	Новости	
16.00	«Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)	
16.15	Специальный репортаж. (12+)	
16.35	Неделя КХЛ. (12+)	
17.05	Баскетбол. Единая лига ВТБ. 1/2 финала. УНИКС (Казань) - «Зенит» (Санкт-Петербург). (0+)	
18.55	Волейбол. Чемпионат России. Рәги Суперлига. 1/2 финала. Прямая трансляция	
20.55	Спортивная неделя. Итоги. (12+)	
21.25	«Громко». (12+)	
22.25	Специальный репортаж. (12+)	
22.45	«Есть тема!» (16+)	
00.00	Плавание. Чемпионат России. Трансляция из Казани. (0+)	
02.20	Баскетбол. Единая лига ВТБ. 1/2 финала. ЦСКА - «Локомотив-Кубань» (Краснодар). (0+)	
04.10	Неделя КХЛ. (12+)	
04.40	«Жизнь после спорта». (12+)	
05.10	Спортивный дайджест. (0+)	

МУЗЫКА

ВРЕМЯ	НАЗВАНИЕ	ОЦЕНКА
05.00	Профилактика до 08.00	
08.00	Топ чарт. (16+)	
08.30	PRO-новости. Лучшее. (16+)	
09.00	МУЗ-ТВ чарт. (16+)	
10.00	Я попал, и ты попал: Фабричные тайны. (16+)	
11.00	#ЯНАМУЗТВ. (16+)	
12.00	Прогноз по году. (16+)	
13.00	Моя волна. (16+)	
14.00	Русский чарт. (16+)	
15.00	10 самых горячих треков страны. (16+)	
15.00	PRO-новости. Лучшее. (16+)	
15.30	Лига свежих клипов. (16+)	
16.00	Топ-15 Like FM. (16+)	
17.00	Ждите ответа. (16+)	
18.00	PRO-новости. (16+)	
18.20	Плейлист Весна. (16+)	
19.00	Яндекс.Музыка чарт. (16+)	
20.00	Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)	
22.00	Виниры на полку: Звёзды на мели. (16+)	
23.00	PRO-новости. (16+)	
23.20	Плейлист Весна. (16+)	
00.30	Муз'итив. (16+)	
01.30	Наше. (16+)	
03.00	Караокинг. (16+)	

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

ВРЕМЯ	НАЗВАНИЕ	ОЦЕНКА
06.00, 14.30	«Смешарики». (0+)	
06.30, 11.30, 19.20	«Ми-Ми-Мишки». (0+)	
07.00, 12.00, 16.00	«Время малышей». (0+)	
08.00, 13.00, 21.00	«Барбоскины». (0+)	
08.25, 13.25, 20.25	«Маша и Медведь». (0+)	
09.00	«Бобр добр». (0+)	
09.25, 18.30	«Простоквашино». (0+)	
10.00, 14.00, 22.00	«Фиксики. Новенькие». (0+)	
10.30, 20.00	«Лунтик». (0+)	
11.00	«Кошечки-собачки». (0+)	
15.00	«Спина к спине». (0+)	
15.30	«Ну, погоди! Каникулы». (6+)	
17.00	«Привередливая мышка», «Умная собачка Соня». (0+)	
17.25	«Фиксики. Дай пять! Очки». (0+)	
18.00	«ДиноСити». (0+)	
19.00	«Геройчики». (0+)	
20.55	«Машины сказки». (0+)	
21.30	«Турбозавры». (0+)	
22.30	«Смешарики. Пин-код». (0+)	
23.00	«Бодо Бородо. БОДОбутешествия». (0+)	
02.30	«Каша-малаша». (0+)	
04.40	«Приключения Ам Няма». (0+)	
05.00, 22.50	«Мир за минутку». (0+)	
05.05	«Тима и Тома». (0+)	
06.00, 23.50	«Эмми и Гуру». (0+)	
07.00	«Жужжалка». (0+)	
07.05, 02.45	«Смешарики». (0+)	
09.00	«Казупс». (0+)	
10.00	«ТриО!» (0+)	
10.20	«Три кота». (0+)	
12.40	«Царевны». (0+)	
14.00	«Суперкрылья. Суперпомощники». (0+)	
15.50, 00.50	«Динозавры». (0+)	
15.55, 00.55	«Простая арифметика». (0+)	
16.00, 01.00	«Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+)	
16.05, 01.05	«Спроси у ТриО!» (0+)	
16.10	«Фиксики». (0+)	
17.40	«Оранжевая корова». (0+)	
18.40	«Три кота». (0+)	
21.00	«ДиноСити». (0+)	
22.55	«Команда Флоры». (0+)	
01.10	«Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)	
02.30	«Каша-малаша». (0+)	
04.40	«Приключения Ам Няма». (0+)	
05.00	«Буба». (0+)	
07.00	«Ералаш». (6+)	
08.00, 04.00	«Буба». (0+)	
08.30	«Джиги и Гулу». (0+)	
09.05	«Робин Гуд: Проказник из Шервуд». (6+)	
09.35	«Идефикс и неукротимые». (6+)	
10.00	«Простоквашино». (0+)	
12.00	«Фиксики. Новенькие». (0+)	
13.35	«Приключения Пети и Волка». (12+)	
14.00	«Ералаш». (6+)	
15.30	«РОДИТЕЛИ». (12+)	
16.45	«МАНЮНЯ». (6+)	
17.30	«Академия сверхъестественного». (12+)	
18.15	«Простоквашино». (0+)	
19.30	«Плюшевый монстр». (6+)	
21.15	«РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ». (12+)	
23.05	«Приключения Пети и Волка». (12+)	
23.45	«Ералаш». (6+)	
01.25	«Маша и Медведь». (0+)	
02.25	«Ералаш» (субтитры). (6+)	

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

ВРЕМЯ	НАЗВАНИЕ	ОЦЕНКА
05.00	День Патриарха. (0+)	
05.10	Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)	
07.00, 08.30	Утро на СПАСЕ. (0+)	
10.00	Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)	
12.30	Светлая неделя. (0+)	
13.00	Завет. (6+)	
14.05, 14.30	Монастырская кухня. (0+)	
15.00	Самая счастливая Пасха в моей жизни. (0+)	
16.45	«СТАЛЬНАЯ КОЛЫБЕЛЬ». (12+)	
17.00	«ПОП». (16+)	
19.30	Вечер на СПАСЕ. (0+)	
21.30	Светлая неделя. (0+)	
22.00	Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)	
22.35	Оптинские новомученики. (0+)	
23.20	Прямая линия жизни. (16+)	
00.15	День Патриарха. (0+)	
00.30	Батюшка Ипполит. (0+)	
01.45	Святые России. (6+)	
02.45	Светлая неделя. (0+)	
03.15	Вечер на СПАСЕ. (0+)	

Православный календарь

17 апреля
Светлая седмица, сплошная.
Прп. Иосифа песнописца.



Прп. Георгия, иже в Малеи. Мцц. Фервуфы девы, сестры и рабыни ее. Прп. Зосимы, обретешего прп. Марию Египетскую в пустыне Иорданской. Прп. Иосифа многоболезненного, Печерского. Прп. Зосимы Ворбозомского. Прмчч. Вениамина и Никифора. Сщмч. Николая, еп. Вельского, прмц. Марии.

Сщмч. Иоанна пресвитера. Мч. Иоанна. Иконы Божией Матери, именуемой «Герондисса».

Поста нет.

« Не теряя Божества, Господь стал человеком и, с другой стороны, не через постепенное преуспеяние из человека сделался Богом, но, будучи Словом, Он стал плотью, так что естество Его осталось неизменным по своему бесстрастию».

Свт. Иоанн Златоуст



НА ДОСУГЕ

Найди 9 отличий
Угощайтесь от души!

Каждая хозяйка с гордостью встречает гостей своими кулинарными шедеврами.

«...цвет являлся вазе, а вазе являлся цвет...»

ДОРОГИЕ БРАТЬЯ И СЁСТРЫ!

Православная община храма Прп. Серафима Саровского Можайского района просит вас оказать посильную финансовую помощь в утеплении фасада храма и внутренней росписи храма

МЫ ОЧЕНЬ НУЖДАЕМСЯ В ВАШЕЙ ПОДДЕРЖКЕ!

Храни вас Господь!

Присылайте свои записки, мы будем молиться о вас и ваших близких.

С уважением и благодарностью, община Серафимовского храма!
Да пребудет мир и Божья благодать в Ваших сердцах и в Ваших семьях!

Телефоны для справок: 8 (905) 746-19-51, Василий Николаевич;
8 (919) 107-67-80, Ирина

ПЕРЕВЕСТИ ПОЖЕРТВОВАНИЯ МОЖНО СЛЕДУЮЩИМИ СПОСОБАМИ:

- на карту Сбербанка по номеру телефона настоятеля храма, священника Ярослава Ерофеева: 8 (926) 185-00-57 (сюда же можно прислать записки о поминовении Ваших родственников);
- почтовым переводом по адресу: 143260, Московская область, Можайский район, поселок Уваровка, ул. Торговая 8-а, Серафимовский храм, священнику Ярославу Олеговичу Ерофееву;
- по банковским реквизитам храма

Наименование организации: МЕСТНАЯ РЕЛИГИОЗНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРАВОСЛАВНЫЙ ПРИХОД СЕРАФИМОВСКОГО ХРАМА ПОС. УВАРОВКА МОЖАЙСКОГО РАЙОНА МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ МОСКОВСКОЙ ЕПАРХИИ РУССКОЙ ПРАВОСЛАВНОЙ ЦЕРКВИ

Номер счета (в российских рублях) в ПАО Сбербанк:
40703810240000001454
ИНН / КПП 5028023906 / 502801001

При перечислении средств, просьба обязательно указывать «целевое пожертвование на ремонт и содержание храма».

1 ПЕРВЫЙ



10.45 Информационный канал. (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!» (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «ЗА ПОЛЧАСА ДО ВЕСНЫ».** (12+)
- 22.45 «Большая игра». (16+)
- 23.45 ПОДКАСТ.ЛАБ «Жизнь замечательных». (16+)
- 00.25 ПОДКАСТ.ЛАБ «Легкие деньги». (16+)
- 01.05 ПОДКАСТ.ЛАБ «Песняры» моей жизни». (16+)
- 01.45 ПОДКАСТ.ЛАБ «Психика». (16+)
- 02.20 ПОДКАСТ.ЛАБ «20 лет спустя». (16+)
- 03.00 Новости

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «ЛЕНИНГРАД, 46».** (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ЛЕНИНГРАД, 46».** (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «ЛЕСНИК».** (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 18.00 «ЛЕСНИК».** (16+)
- 19.50 «СЛЕД».** (16+)
- В Сурикатово жестоко убит кандидат юридических наук Денис Ольшанский...
- 22.25 «СВОИ-5».** (16+)
- 23.10 «СВОИ-3».** (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД».** (16+)
- 03.05 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА».** (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



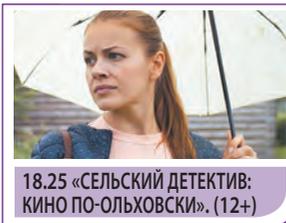
21.20 «ЛЮБОВЬ ПРЕОДОЛЕЕТ ВСЁ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «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 «ЛЮБОВЬ ПРЕОДОЛЕЕТ ВСЁ».** (16+)
- Биологический отец продолжает общаться с Сашей, предлагает ему дорогие подарки. Таня просит сына не верить ему. Она уверяет, что за внешним обликом его отца скрывается монстр. Потапова задерживают по липовому обвинению: ему подбрасывают наркотики.
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.05 «ДУЭТ ПО ПРАВУ».** (12+)
- Во дворе частного дома ударом ножа убит ранее судимый Денис Дягилев. Его мать шокирована смертью сына - у него через неделю свадьба.
- 03.55 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА».** (16+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.05 13.20 15.05 03.30 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ!»** (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 13.00 18.00 20.30 Новости дня. (16+)
- 09.20 «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА».** (12+)
- 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 15.00 Военные новости. (16+)
- 18.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.55 «Освобождая Родину. Битва за Север. (16+)
- 19.40 «Улика из прошлого». (16+)
- 22.55 «Между тем» с Наталей Метлиной. (12+)
- 23.25 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНЦИЙ ВЕСНЫ».** (12+)

ТВУ ТВЦ



18.25 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: КИНО ПО-ОЛЬХОВСКИ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.45 «ТАЁЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ: ТАЙНА ЧЁРНОГО БОЛОТА».** (12+)
- 10.40 «Ну и ню! Эротика по советски». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ: СМЕРТЬ ПО СЦЕНАРИУ».** (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 03.15 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ».** (12+)
- 16.55 «Звезды против воров». (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «Петровка, 38». (16+)
- 18.25 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: КИНО ПО-ОЛЬХОВСКИ».** (12+)
- 22.00 События
- 22.40 «Закон и порядок». (16+)
- 23.10 «Отцы-невидимки». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Андропов против Политбюро. Хроника тайной войны». (12+)
- 01.25 «Замуж за иностранца». (16+)
- 02.05 «Элеонора Рузвельт. Жена умирающего президента». (12+)
- 02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)
- 04.40 «Ну и ню! Эротика по советски». (12+)
- 05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 17.00 «Очень личное». (12+)
- 06.40 16.05 00.05 «Вхутемас. Четвёртая мировая революция». (12+)
- 07.30 11.00 «Календарь». (12+)
- 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 13.00 14.00 15.00 19.00 Новости
- 08.05 08.35 09.05 09.35 13.10 14.05 19.20 ОТРажение
- 10.10 18.05 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ-2».** (16+)
- 11.30 «СДАЁТСЯ ДОМ СО ВСЕМИ НЕУДОБСТВАМИ».** (12+)
- 15.10 23.10 «БЕРЁЗКА».** (12+)
- 17.45 «Конструкторы будущего». (12+)
- 21.00 «ОДНА ВОЙНА».** (16+)
- 22.30 «За дело! Поговорим». (12+)

НТВ НТВ



22.10 «МЕТОД МИХАЙЛОВА». (16+)

- 04.45 «ПЛЯЖ. ЖАРКИЙ СЕЗОН».** (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ».** (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ».** (16+)
- Генерал Игнатов приказывает группе «Смерч» разыскать похищенную со склада взрывчатку.
- 13.00 «Сегодня»
- 13.30 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «НЕВСКИЙ. РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ».** (16+)
- Вера, жена Любимова, хочет удочерить Женю, но Любимов против. Вера действует наперекор мужу и подает директору детдома заявление на удочерение девочки. Семенов случайно узнает о том, что Белова зарабатывала на жизнь поиском преступников за вознаграждение.
- 22.10 «МЕТОД МИХАЙЛОВА».** (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «МЕТОД МИХАЙЛОВА».** (16+)
- 00.35 «УГРО».** (16+)
- 03.50 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР».** (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
- 11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.35 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 21.00 21.40 22.00 22.25 23.00 00.00 01.00 02.00 (16+)
- 04.00 «Новости». (16+)
- 11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
- 12.45 15.45 18.25 «Время новых». (12+)
- 13.40 16.50 20.50 01.20 «The City». (12+)
- 13.45 16.45 «Доктор 24». (12+)
- 18.15 «Интервью». (12+)
- 18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
- 21.20 23.40 04.20 «Московский патруль». (16+)
- 23.15 02.15 «Рейд 112». (16+)
- 00.10 «Ночью москелторий»

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



22.15 «ОБИТЕЛЬ»

- 06.30 07.00 07.30 10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35 «Математика и подъем цивилизации»
- 08.30 «Жизнь и судьба»
- 08.50 «СЫН»**
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 23.40 XX век
- 12.15 01.45 Цвет времени
- 12.45 Новости. Подробно. Книги
- 13.00 «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро»
- 13.30 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
- 14.10 «Кто написал Библию? Разгадка одной из величайших тайн истории»
- 15.05 «Сати. Нескучная классика...»
- 15.50 «Подземные дворцы для вождя и синицы»
- 16.30 23.15 Рэгтайм, или Разорванное время
- 17.15 «Передвижники»
- 17.40 «Забытое ремесло»
- 18.00 00.45 Пианисты XX века
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 Искусственный отбор
- 21.30 «Белая студия»
- 22.15 «ОБИТЕЛЬ»**
- В лагере началась череда расстрелов, казнены десятки человек.

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 07.00 09.30 «Новости МО»
- 06.00 «Школа архитектуры»
- 06.25 08.05 08.35 13.40 14.40 16.20 17.40 «Внимание! Еда!» (12+)
- 06.50 18.15 «Наставники». (12+)
- 08.00 08.30 09.00 11.30 12.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 20.00 21.00 22.00 «Новости 360». (16+)
- 10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
- 11.05 11.40 «Быстрые деньги»
- 12.30 «Кругосветка по Подмоскovie». (12+)
- 13.00 «Викторина 360».
- 14.10 «Самое вкусное». (12+)
- 15.10 15.35 16.10 00.00 00.30 «Открытие Китая». (12+)
- 16.30 «Вкусно, как в кино»
- 17.10 «Поездка со вкусом»
- 18.25 «Семь веков Сергия Радонежского». (12+)
- 20.15 21.05 01.00 «Невероятная наука-2». (12+)
- 22.15 «Шестое чувство». (12+)

СТС СТС



08.00 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Лунтик». (0+)
- 08.00 «ПРОТИВ ВСЕХ».** (16+)
- 09.00 Уральские пельмени. (16+)
- 09.10 «Принцесса и дракон». (6+)
- 10.40 Большой побег. (16+)
- 11.55 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ».** (12+)
- Оганян ставит Антону задачу уволить кого-нибудь из сотрудников. Лёша организывает продажу дедовской медовухи. Лёша с дедом решают заработать на старых вещах Антона.
- 18.30 «ПРОТИВ ВСЕХ».** (16+)
- 20.00 Премьера! Большой побег. (16+)
- 21.00 ПРЕМЬЕРА! «ОДИНАДЦАТЬ МОЛЧАЛИВЫХ МУЖЧИН».** (12+)
- Россия, 2022 г. Спортивная драма. В ролях: Макар Запорожский, Алёна Коломина, Павел Крайнов. Осенью 1945 года футбольная ассоциация Англии пригласила чемпиона СССР - московское «Динамо» - сыграть несколько товарищеских матчей с британскими клубами.
- 23.35 ПРЕМЬЕРА! «ЛЕВ ЯШИН. ВРАТАРЬ МОЕЙ МЕЧТЫ».** (6+)
- 01.50 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН».** (12+)
- 04.55 «6 кадров». (16+)
- 05.20 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.00 «Мультитро». (0+)
- 06.15 06.25 06.35 07.00 16.50 23.45 Мой район. (12+)
- 07.10 «Это было смешно». (12+)
- 07.35 «Юмор на все времена». (12+)
- 08.25 14.50 «ВИЗИТ К МИНОТАВРУ».** (12+)
- 09.35 «Тайны нашей эстрады». (12+)
- 10.00 16.00 «Тайны кино»
- 10.50 20.00 «АНИСКИН И ФАНТОМАС».** (12+)
- 13.10 «ЗАКОН ЕСТЬ ЗАКОН».** (12+)
- 17.50 Звезды советского экрана. (12+)
- 18.20 00.20 «ЗАГАДОЧНЫЕ УБИЙСТВА АГАТЫ КРИСТИ».** (16+)
- 22.15 «ЧЕЛОВЕК - ОРКЕСТР».** (12+)

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

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

REN	ТНТ	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 00.30 «ПРИНЦЕССА ЯКУДЗА». (18+)	 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)	 04.45 «Властиители». (16+)	 07.10 Улётное видео. Топ-35. (16+)	 19.25 Баскетбол.	 15.00 «УСПЕТЬ ВСЁ ИСПРАВИТЬ». (16+)	
05.00 18.00 02.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрым утром!» 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Военная тайна». (16+) 10.00 «СОВБЕЗ». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (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 03.10 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «ДЕНЬ НЕЗАВИСИМОСТИ: ВОЗРОЖДЕНИЕ». (12+) 22.15 «Водить по-русски». (16+) 23.30 «Знаете ли вы, что?» 00.30 «ПРИНЦЕССА ЯКУДЗА». (18+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 08.25 «Бьюти баттл». (16+) Премьера! 16 молодых стилистов-парикмахеров со всей страны будут бороться за звание лучшего мастера. 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+) 18.00 «ОЛЬГА». (16+) 21.00 «ДРУГ НА ЧАС». (16+) 22.00 «Женский стендап. Дайджесты-2022». (16+) 23.00 «Музыкальная интуиция». (16+) Уникальное шоу, в котором 10 незнакомцев делают вид, что умеют петь, хотя на самом деле это утверждение правдиво лишь наполовину. 01.00 «Импровизация. Команды». (16+) 03.30 «Студия «Союз». (16+) 05.00 «Открытый микрофон». (16+) 06.35 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)	06.00 Утренние гадания. (16+) 06.15 «Мультфильмы». (0+) 07.45 «Снежная королева». (6+) 09.15 Утренние гадания. (16+) 09.30 «Слепая». (16+) 11.15 Знаки судьбы. (16+) 12.20 Мистические истории. (16+) 13.30 Охотники за привидениями. (16+) 14.00 Любовная магия. (16+) 14.30 Гадалка. (16+) 17.20 «Слепая». (16+) 20.30 «ПО ТУ СТОРОНУ СМЕРТИ». (16+) Демина находит невесту Быстрова, разговор с ней наводит Юлю на разгадку тайны воскрешения. 22.30 «ШПИОН, КОТОРЫЙ МЕНЯ КИНУЛ». (16+) 01.00 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+) 04.45 «Властиители». (16+) 05.30 «Мультфильмы». (0+)	06.00 Идеальный ужин. (16+) 06.30 Улётное видео. Самое смешное. (16+) 07.10 Улётное видео. Топ-35. (16+) 08.00 «+100500». (16+) 10.30 Решала. (16+) 12.30 Охотники. (16+) Ведущие проекта «Охотники» под предводительством Влада Чижова выходят на борьбу с мошенниками. Их задача не просто вернуть деньги и проучить аферистов. 13.30 Решала. (16+) 14.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+) 16.00 Улётное видео. (16+) 20.00 Решала. (16+) 21.00 Охотники. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 03.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+) 05.00 Идеальный ужин. (16+)	06.00, 14.25 «Лучшие из лучших». (12+) 06.30 География спорта. (12+) 07.00, 10.00, 12.55, 14.55, 02.55 Новости 07.05, 15.30, 21.25, 00.00 Все на Матч! 10.05, 12.35 Специальный репортаж. (12+) 10.25 Еврофутбол. Обзор. (0+) 11.25 Бокс. (16+) 13.00 «Есть тема!» 15.00 «Ты в бане!» (12+) 16.00 Профессиональный бокс. Пр.тр. 17.55 Плавание. Чемпионат России. Пр.тр. 19.25 Баскетбол. УНИКС - «Зенит». Единая лига ВТБ. Пр.тр. 21.40 Футбол. «Челси» (Англия) - «Реал» (Мадрид, Испания). Лига чемпионов. Пр.тр. 00.55 Футбол. «Наполи» - «Милан». (0+) 03.00 Волейбол. (0+)	06.30 05.15 По делам несовершеннолетних. (16+) 08.20 Давай разведёмся! (16+) 09.20 Тест на отцовство. (16+) 10.35 Забота о важном. (16+) 10.40 Тест на отцовство. (16+) 11.35 «Понять. Простить». (16+) 12.40 «Порча». (16+) 13.10 «Знахарка». (16+) 13.45 04.20 «Верну любимого». (16+) 14.25 04.50 «Голоса ушедших душ». (16+) 15.00 «УСПЕТЬ ВСЁ ИСПРАВИТЬ». (16+) 19.00 «ВСЁ РАВНО ТЫ МОЯ». (16+) 22.05 Забота о важном. (16+) 22.10 «ВСЁ РАВНО ТЫ МОЯ». (16+) 23.15 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+) 03.30 «Порча». (16+) 03.55 «Знахарка». (16+)	



ГОРОДСКАЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ СЛУЖБА ПО ВОПРОСАМ ПОХОРОННОГО ДЕЛА

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

Важно знать: что делать в экстренной ситуации

Порядок действий в случае смерти человека:

1. После того как факт смерти установлен, вызовите сотрудника Городской специализированной службы по вопросам похоронного дела по круглосуточному телефону **8 (495) 300-3-300**.
2. Запишите ФИО и табельный номер сотрудника, которые вам сообщит диспетчер Городской Специализированной службы. Подготовьте свой паспорт и паспорт покойного.
3. Дождитесь сотрудника Городской Специализированной службы для:
 - оформления заказа на организацию похорон (кремации) по установленным ценам;
 - транспортировки тела умершего в патологоанатомическое отделение;
 - получения консультации по вопросам бесплатного места на кладбище в соответствии с Федеральным Законом №8.

Индексация льгот с 1 февраля 2023 г.

Получить социальное пособие на погребение в размере **7 793 руб. 48 коп.** можно в течение 6 месяцев с момента смерти. Его выплачивают на основании гербового свидетельства о смерти и справки по форме №11. В случае смерти безработного москвича (включая пенсионеров) предоставляется доплата в размере **13 888 руб. 00 коп.**

Важно!

Информационная справочная 24/7

8 (495) 300-3-300

Операторы Городской специализированной службы бесплатно консультируют по вопросам, связанным с потерей близкого. Позвонив по круглосуточному телефону информационной справочной, вы получите исчерпывающую информацию о порядке предоставления ритуальных услуг, необходимых документах и положенных льготах.

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

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
06.35 «САМОГОНЩИКИ». (12+)
06.55 Мультфильмы. (0+)

TV1000 VIJU TV1000
05.30 «Тру и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «ДиноСити». Мультсериал. (6+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО
06.55 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)

ИЛЛЮЗИОН+
01.35 «СЕРДЦА И КОСТИ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
06.30 «ПЯТЬ НЕВЕСТ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ
01.05 «БЕЛЫЕ ЦЫПОЧКИ». (12+)

РОДНОЕ КИНО
00.00 «КОРОЛЕВА МАРГО». (12+)

РУССКИЙ РОМАН
07.35 «НА ПЕРЕКРЕСТКЕ РАДОСТИ И ГОРЯ». (12+)

CINEMA
06.10 «АМУНДСЕН». (12+)

red .RED
06.00, 06.25, 06.50 «БЛЮДО С ДУШОЙ». (16+)

РЕТРО
06.25 «ВРЕМЯ ЕЕ СЫНОВЕЙ». (12+)

суббота! СУББОТА!
05.00 «Маша и Медведь». Машинные песни, «Машины сказки».

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ».

СТС LOVE СТС LOVE
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

TV 21 ВЕК
07.00, 15.00, 23.00 «СЕКРЕТНАЯ СЛУЖБА ЕГО ВЕЛИЧЕСТВА».

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (12+)

ПОБЕДА
05.20 «Путь к Победе». (16+)

ПЯТНИЦА
05.00 «Ну, погоди! Каникулы». Мультсериал. (0+)

Ю
05.10, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
00.00 Час истины. (12+)

HISTORY VIJU HISTORY
06.10, 07.00 Боевые корабли. (12+)

ДОКТОР
06.00, 12.55, 18.10, 23.50 О самом главном. Ответы на вопросы о гриппе.

06.55, 07.20 Еда. (12+)

Усадьба
07.25 Соусы. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА
10.30 Рыболовное путешествие с чемпионом.

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

00.30, 13.30, 19.30 Shuffle Dance. (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00** Волейбол. Чемпионат России. РПЛ Суперлига. 1/2 финала. (0+)
- 07.50, 10.00, 11.50** Новости
- 07.55** «Громко». (12+)
- 08.50** «Операция «Динамо». Документальный фильм. (0+)
- 09.20** «Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)
- 09.35, 20.55** Неделя КХЛ. (12+)
- 10.05** Баскетбол. Единая лига ВТБ. 1/2 финала. ЦСКА - «Локомотив-Кубань» (Краснодар). (0+)
- 11.55** Шахматы. Матч за звание чемпиона мира. Ян Непомнящий - Дин Лижэнь. Прямая трансляция из Казахстана
- 16.00** «Небесная грация». (12+)
- 16.15, 22.25** Специальный репортаж. (12+)
- 16.35** «БХБ». Волейбольное обозрение. (0+)
- 17.00** «Зима позади-3». Специальный репортаж. (12+)
- 17.30** «География спорта. Саратов». (12+)
- 18.00** Фестиваль экстремальных видов спорта «Прорыв». Трансляция из Москвы. (0+)
- 18.55** Волейбол. Чемпионат России. РПЛ Суперлига. 1/2 финала. Прямая трансляция
- 21.25** «Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)
- 21.40** «Лица страны. Владлена Бобровникова». (12+)
- 21.55** «БХБ». Волейбольное обозрение. (0+)
- 22.45** «Есть тема!». (16+)
- 00.00** Плавание. Чемпионат России. Трансляция из Казани. (0+)
- 01.35** Баскетбол. Единая лига ВТБ. 1/2 финала. УНИКС (Казань) - «Зенит» (Санкт-Петербург). (0+)
- 03.25** «География спорта. Саратов». (12+)
- 03.55** Шахматы. Матч за звание чемпиона мира. Ян Непомнящий - Дин Лижэнь. Трансляция из Казахстана. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00** Муз'итив. (16+)
- 06.00** Каждое утро. (16+)
- 06.40** PRO-новости. (16+)
- 07.00** Каждое утро. (16+)
- 07.15** PRO-клип. (16+)
- 07.20** Каждое утро. (16+)
- 08.40** PRO-новости. (16+)
- 09.00** WEB чарт. (16+)
- 10.00** Плейлист | Весна. (16+)
- 11.00** ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00** Юмор FM чарт. (16+)
- 13.00** Консервы. (16+)
- 14.00** МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 15.00** PRO-новости. (16+)
- 15.20** В десятку! (16+)
- 16.00** Плейлист по кайфу. (16+)
- 16.30** Приехали! Шри-Ланка. (16+)
- 17.00** Прогноз по году. (16+)
- 18.00** PRO-новости. (16+)
- 18.20** Плейлист | Весна. (16+)
- 19.00** Русский чарт. (16+)
- 20.00** Лайкер. (16+)
- 22.00** Рэл. Начало женской эры. (16+)
- 23.00** PRO-новости. (16+)
- 23.20** Плейлист | Весна. (16+)
- 00.30** Хиты по-русски. (16+)
- 01.30** Лайкер. (16+)
- 03.00** Золотая лихорадка. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

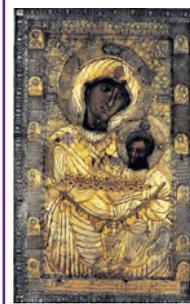
- МУЛЬТ**
- 06.00, 14.30** «Смешарики». (0+)
- 06.30, 11.30, 19.20** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 07.00, 12.00, 16.00** «Время малышей». (0+)
- 08.00, 13.00, 21.00** «Барбоскины». (0+)
- 08.25, 13.25, 20.25** «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00** «Бобр добр». (0+)
- 09.25, 18.30** «Простоквашино». (0+)
- 10.00, 17.25, 22.00** «Фиксики. Новенькие». (0+)
- 10.30, 20.00** «Лунтик». (0+)
- 11.00** «Кошечки-собачки». (0+)
- 14.00** «Фиксики. Дай пять! Очки». (0+)
- 15.00** «Спина к спине». (0+)
- 15.30** «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 17.00** «Хомячок Фрош. Друзья в поисках клада», «Крошка енот». (0+)
- 18.00** «ДиноСити». (0+)
- 19.00** «Геройчики». (0+)
- 20.55** «Машины сказки». (0+)
- 21.30** «Турбозавры». (0+)
- 22.30** «Смешарики. Пин-код». (0+)
- 23.00** «Бодо Бородо. БОДПутешествия». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00, 22.50** «Мир за минутку». (0+)
- 05.05** «Тима и Тома». (0+)
- 06.00, 23.50** «Эмми и Гуру». (0+)
- 07.00** «Жужжалка». (0+)
- 07.05, 02.45** «Смешарики». (0+)
- 09.00** «Казупс». (0+)
- 10.00** «ТриО!» (0+)
- 10.20, 18.40** «Три кота». (0+)
- 12.40** «Царевны». (0+)
- 14.00** «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 15.50, 00.50** «Малыши дикой природы». (0+)
- 15.55, 00.55** «Звёздная логика». (0+)
- 16.00, 01.00** «Доктор Малышкина». (0+)
- 16.05, 01.05** «Весёлый алфавит». (0+)
- 16.10** «Фиксики». (0+)
- 17.40** «Оранжевая корова». (0+)
- 21.00** «Суперкрылья. Суперпомощники». (0+)
- 22.55** «Команда Флоры». (0+)
- 01.10** «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
- 02.30** «Каша-малаша». (0+)
- 04.40** «Приключения Ам Няма». (0+)
- ДЕТСКИЙ МИР**
- 06.00, 13.00, 18.00, 01.00** «Фиксики». (6+)
- 06.30, 12.00, 18.30, 00.00** «Панда и Крош». (0+)
- 07.05, 12.35, 19.05, 00.35** «Смешарики». (6+)
- 07.30, 19.30** «Ювик спланеты Ю». (12+)
- 07.40, 13.30, 19.40, 01.30** «Тру и Радужное королевство». (6+)
- 08.25, 15.55, 20.25** «Окноавты». (0+)
- 08.50, 16.20, 20.50** «Олли: Веселый грузовичок». (0+)
- 08.55, 16.25, 20.55** «Металлоны». (6+)
- 09.30, 17.00, 21.30** «Консуни». (6+)
- 10.00, 17.30** «ДиноСити». (0+)
- 10.30, 22.30** «Садко». (12+)
- 11.50, 15.40, 23.50** «Енотки». (0+)
- 14.15, 02.15** «Команда Флоры». (6+)
- 14.25, 02.25** «Про Федота-стрельца, удалого молодца». (12+)
- 22.00** «Бабушкины сказки». (12+)
- 22.10** «Granny's Fairytales». (12+)
- СОЛНЦЕ**
- 05.00** «Буба». (0+)
- 07.00** «Ералаш». (6+)
- 08.00** «Буба». (0+)
- 08.30** «Джили и Гулу». (0+)
- 09.05** «Робин Гуд: Проказник из Шервуд». (6+)
- 09.35** «Идефикс и неукротимые». (6+)
- 10.00** «Простоквашино». (0+)
- 12.00** «Фиксики. Новенькие». (0+)
- 13.35** «Приключения Пети и Волка». (12+)
- 14.00** «Ералаш». (6+)
- 15.35** «РОДИТЕЛИ». (12+)
- 16.50** «МАНЮНЯ». (6+)
- 17.30** «Академия сверхъестественного». (12+)
- 18.25** «Простоквашино». (0+)
- 19.30** «Махнем на Луну!» (12+)
- 21.05** «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ». (12+)
- 23.00** «Приключения Пети и Волка». (12+)
- 23.40, 02.25** «Ералаш» (субтитры). (6+)
- 01.25** «Маша и Медведь». (0+)
- 04.00** «Буба». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00** День Патриарха. (0+)
- 05.10** «ЮНОСТЬ КОМАНДИРОВ». (0+)
- 06.50** Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.30, 09.00** Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30** «Светлая неделя». (0+)
- 11.00** Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 11.35** В поисках Бога. (6+)
- 12.05** Расскажи мне о Боге. (6+)
- 12.40** Профессор Осипов. (0+)
- 13.15** Простые чудеса. (12+)
- 14.05, 14.30** Монастырская кухня. (0+)
- 15.00** Батюшка Ипполит. (0+)
- 16.30** Оптикинские новомученики. (0+)
- 17.15** «ОСТРОВ». (16+)
- 19.30** Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30** Светлая неделя. (0+)
- 22.00** Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 22.35** «Умлажение злых сердец» Донецкая. Часть 1. (0+)
- 23.20** Служба спасения семьи. (16+)
- 00.15** День Патриарха. (0+)
- 00.30** Лики Богородицы. Иверская икона Божией Матери. Икона Божией Матери «Троеручица». (0+)
- 01.00** Романовы. Судьба русского Крыма. 1 серия. (0+)
- 01.45** Святыни России. (6+)
- 02.45** Светлая неделя. (0+)
- 03.15** Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

18 апреля
Светлая седмица, сплошная.
Иверской иконы Божией Матери.



Мчч. Агафопода диакона, Феодула чтеца и иже с ними. Перенесение мощей свт. Иова, патриарха Московского и всея России. Прп. Пуллия Египетского. Прп. Марка Афинского, Фраческого. Прпп. Феоны, Симеона и Форвина. Прп. Платона, исп. Студийского. Прп. Феодоры Солунской. Преподобномучеников 600 отцов Давидо-Гареджийских (Груз.). Мчч. Христула и Анастасия Патриарших, убиенных в Ахаии. Сщмч. Алексия пресвитера. Сщмч. Николая пресвитера. Шуйской иконы Божией Матери «Одигитрия».

Поста нет.

«Для того и пришел Господь, чтобы изгнать диавола и возратить Себе Свой собственный дом и храм – человека».
Прп. Макарий Великий

Уважаемые читатели! С 10 по 20 апреля 2023 года «Почта России» проводит «Всероссийскую декаду подписки» на 2-е полугодие 2023 года. Успейте подписаться в этот период на газету «ТЕЛЕК pressa.ru»* ПО ЛЬГОТНОЙ ЦЕНЕ.

СКИДКА
**
8%

** От цены основной подписки на 2-е полугодие 2023 г.



Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Газета выходит 1 раз в неделю

Подписной индекс **П2939** в каталоге «Почта России»

Стоимость ПОДПИСКИ в период Декады на газету «ТЕЛЕК pressa.ru»* на 2-е полугодие 2023 г.

Срок подписки	В основной период	В период с 10 по 20 апреля	Срок подписки	В основной период	В период с 10 по 20 апреля
на 1 месяц	251,83 ₽	231,04 ₽	на 4 месяца	1 007,32 ₽	924,16 ₽
на 2 месяца	503,66 ₽	462,08 ₽	на 5 месяцев	1 259,15 ₽	1 155,20 ₽
на 3 месяца	755,49 ₽	693,12 ₽	на 6 месяцев	1 510,98 ₽	1 386,24 ₽

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

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

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика
МОЖНО ТАКЖЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

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

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

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

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

Выберите город, чтобы узнать цену на подписку для данного населенного пункта.

Выберите газету * (по индексу – П2939 или названию – «ТЕЛЕК Pressa.ru»).

Выберите способ доставки.

Введите данные получателя: адрес доставки, ФИО.

Выберите период подписки.

Пройдите простую процедуру регистрации, если оформляете подписку на сайте впервые, или авторизуйтесь на сайте.

Оплатите заказ банковской картой.

П2939
«ТЕЛЕК Pressa.ru»

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

1 ПЕРВЫЙ



22.45 «Большая игра». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!» (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «ЗА ПОЛЧАСА ДО ВЕСНЫ».** (12+)
- 22.45 «Большая игра». (16+)
- 23.45 ПОДКАСТ.ЛАБ «Психика». (16+)
- 00.25 ПОДКАСТ.ЛАБ «Креативные индустрии». (16+)
- 01.05 ПОДКАСТ.ЛАБ «Пусть не говорят, пусть читают». (16+)
- 01.45 ПОДКАСТ.ЛАБ «Неформат». (16+)
- 02.20 ПОДКАСТ.ЛАБ «Мелодии моей жизни». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА».** (16+)
- 06.55 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ. СХВАТКА».** (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ. СХВАТКА».** (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+)
- 03.05 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА».** (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



02.05 «ДУЭТ ПО ПРАВУ». (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+)
Аня Калинина живёт в посёлке Солнечный с бабушкой Нюрой. Она учится в выпускном классе, впереди экзамены в институт. А пока Аня подрабатывает: помогает соседке тётке Гале разнести почту. У Ани есть близкая подруга Марта Кузнецова, которая живёт с пьющей матерью.
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.05 «ДУЭТ ПО ПРАВУ».** (12+)
В собственном доме убит бизнесмен Борисов. Работник его службы безопасности Михаил Гусаров, получивший пулю в живот, в тяжёлом состоянии находится в реанимации. Что произошло между двумя мужчинами?
- 03.55 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА».** (16+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.05 «СМЕРТЬ ШПИОНАМИ!»** (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 13.00 18.00 20.30 Новости дня. (16+)
- 09.20 «ССОРА В ЛУКАШАХ».** (12+)
- 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 13.20 15.05 03.30 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. КРЫМ».** (16+)
- 18.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.40 «ГУКР «СМЕРШ». 80 лет». (16+)
- 19.40 «Секретные материалы». (16+)
- 22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.25 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕННЫЙ ВЕСНЫ».** (12+)

ТВУ ТВЦ



18.25 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: ДНЕМ С ОГНЕМ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.45 «ТАЕЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ: ОХОТА НА МАМОНТА».** (12+)
- 10.40 «Увидеть Америку и умереть». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ: ЧЁРНАЯ КОШКА В ТЁМНОЙ КОМНАТЕ».** (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 03.10 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ-2».** (12+)
- 16.55 «Проклятые звёзды». (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «Петровка, 38». (16+)
- 18.25 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: ДНЕМ С ОГНЕМ».** (12+)
Россия, 2022 г. Детектив. В ролях: Олеся Фаттахова, Алексей Демидов.
- 22.00 События
- 22.40 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.10 Прощание. (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Ельцин против Горбачёва. Крушение империи». (12+)
- 01.25 «Знак качества». (16+)
- 02.05 «Проклятие рода Бхутто». (12+)
- 02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)
- 04.40 «Увидеть Америку и умереть». (12+)
- 05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 17.00 «За дело! Поговорим». (12+)
- 06.40 16.00 00.05 «Вхутемас. Четвёртая мировая революция». (12+)
- 07.30 11.00 «Календарь». (12+)
- 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 13.00 14.00 15.00 19.00 Новости
- 08.05 08.35 09.05 09.35 13.10 14.05 19.20 ОТРажение
- 10.10 18.05 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ-2».** (16+)
- 11.30 «ОДНА ВОЙНА».** (16+)
- 15.10 23.10 «БЕРЁЗКА».** (12+)
- 17.45 «Отчий дом». (12+)
- 21.00 «КСЕНИЯ, ЛЮБИМАЯ ЖЕНА ФЁДОРА».** (12+)
- 22.30 «На приёме у главного врача». (12+)
- 01.05 ОТРажение. Главное. (12+)

НТВ НТВ



22.10 «МЕТОД МИХАЙЛОВА». (16+)

- 04.50 «ПЛЯЖ. ЖАРКИЙ СЕЗОН».** (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ».** (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ».** (16+)
В собственном кабинете инженер секретного химического завода Сергеев. Вслед за этим совершается нападение на колонну.
- 13.00 «Сегодня»
- 13.30 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «НЕВСКИЙ. РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ».** (16+)
Семенов ищет дорожную иномарку, которую угнали вместе с поросёнком. На автосервисе в спальном районе он встречает Зиновьеву и Сомова, которые сами ее ищут за вознаграждение.
- 22.10 «МЕТОД МИХАЙЛОВА».** (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «МЕТОД МИХАЙЛОВА».** (16+)
- 00.35 «УГРО».** (16+)
- 03.50 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР».** (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
- 11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.35 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 21.00 21.40 22.00 22.25 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 04.00 «Новости». (16+)
- 11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
- 12.45 15.45 18.25 «Время новых». (12+)
- 13.40 16.50 20.50 01.20 «The City». (12+)
- 13.45 16.45 «Доктор 24». (12+)
- 18.15 «Интервью». (12+)
- 18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
- 21.20 23.40 04.20 «Московский патруль». (16+)
- 23.15 02.15 «Рейд 112». (16+)
- 00.10 «Ночью The City». (18+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



19.45 Главная роль

- 10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 23.40 ХХ век
- 12.45 Новости. Подробно. Кино
- 13.00 19.00 «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро»
«Николай Бердяев. Пленник свободы». Москва. Самый разгар февральской революции 1917 года.
- 13.30 Искусственный отбор
- 14.10 «Математика и подьем цивилизации»
- 15.05 «Белая студия»
- 15.50 «Путешествие из Дома на набережной»
- 16.30 23.15 Рэгтайм, или Разорванное время
- 17.15 «Библейский сюжет»
- 17.45 «Забытое ремесло»
- 18.00 00.50 Пианисты ХХ века
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 Абсолютный слух
- 21.30 Власть факта
- 22.15 «ОБИТЕЛЬ»**
Обесилевший и отчаявшийся Артем на Секирке еще надеется, что Галина спасет его, но вера тает с каждым днем. И вот Горяинова под конвоем забирают из изолятора - так заключенных выводят на расстрел.
- 01.45 «Человек эры Кольца. Иван Ефремов»
- 02.25 «Роман в камне»
- 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 07.00 09.30 «Новости МО»
- 06.00 «Школа архитектуры»
- 06.25 08.05 08.35 13.40 14.40 16.20 17.40 «Внимание! Еда!» (12+)
- 06.50 18.15 «Наставники». (12+)
- 08.00 08.30 09.00 11.30 12.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 20.00 21.00 22.00 «Новости 360». (16+)
- 10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
- 11.05 11.40 «Быстрые деньги»
- 12.30 «Кругосветка по Подмосковию». (12+)
- 13.00 «Викторина 360».
- 14.10 «Самое вкусное». (12+)
- 15.10 15.35 16.10 00.00 00.30 «Открытие Китая». (12+)
- 16.30 «Вкусно, как в кино»
- 17.10 «Поездка со вкусом»
- 18.25 «Семь веков Сергия Радонежского». (12+)
- 20.15 21.05 01.00 «Невероятная наука-2». (12+)
- 22.15 «Шестое чувство». (12+)

СТС СТС



00.40 «ЭТЕРНА. ЧАСТЬ ПЕРВАЯ». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Лунтик». (0+)
- 08.00 «ПРОТИВ ВСЕХ».** (16+)
- 09.00 Уральские пельмени. (16+)
- 09.25 «ОДИННАДЦАТЬ МОЛЧАЛИВЫХ МУЖЧИН».** (12+)
Россия, 2022 г. Спортивная драма. В ролях: Макар Запорожский, Алёна Коломина, Павел Крайнов. Осенью 1945 года футбольная ассоциация Англии пригласила чемпиона СССР - московское «Динамо» - сыграть несколько товарищеских матчей с британскими клубами.
- 11.55 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ».** (12+)
- 18.30 «ПРОТИВ ВСЕХ».** (16+)
- 20.00 «ВОЙНА МИРОВ 2».** (12+)
- 22.20 «ВОЙНА МИРОВ».** (16+)
США, 2005 г. Фантастический триллер. В ролях: Том Круз, Дакота Фаннинг, Миранда Отто. Никто не поверил бы в начале XXI столетия, что за всем происходящим на Земле зорко следят существа более развитые, чем человечество, но не с мирной целью...
- 00.40 «ЭТЕРНА. ЧАСТЬ ПЕРВАЯ».** (12+)
- 02.10 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН».** (12+)
- 05.15 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.00 «Мультитро». (0+)
- 06.20 06.30 06.40 07.05 16.55 23.55 00.15 01.55 02.05 03.25 Мой район. (12+)
- 07.15 «Юмор на все времена». (12+)
- 08.00 14.40 «ВИЗИТ К МИНОТАВРУ».** (12+)
- 09.20 «Тайны нашей эстрады». (12+)
- 09.50 16.00 02.40 «Тайны кино». (12+)
- 10.35 21.05 «ЧАСТНОЕ ЛИЦО».** (12+)
- 11.50 20.00 «И СНОВА АНИСКИН».** (12+)
- 13.00 22.15 «НЕЖНЫЙ ПРОХОДИМЕЦ».** (16+)
- 17.50 Звёзды советского экрана. (12+)
- 18.20 00.25 «ЗАГАДОЧНЫЕ УБИЙСТВА АГАТЫ КРИСТИ».** (16+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

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

День общей радости

Радоница отмечается на девятый день после Пасхи – во вторник Фоминой седмицы (следующей после Пасхальной недели). Слово «Радоница» со словом «радость» – однокоренное, в честь общей радости – нашей и наших почивших близких. В этот день (а не на Пасху) рекомендуется посетить могилы умерших родственников и помолиться о них.

Перед посещением кладбища следует прийти в храм, подать записку с именами усопших. На кладбище прибрать могилу, вспомнить покойного. Церковь не рекомендует есть и пить на кладбище, оставлять пищу на могиле. Поминальную трапезу проводят дома, к столу подают кутью (сладкую рисовую кашу с изюмом), пекучие блины, которые подают с медом или творогом. Кроме этого на стол можно подать рыбные блюда, пасхальные кушанья, холодец, пироги, шпроты, яичницу.

Кутья из риса с изюмом



6 порций
Время: 50 минут
Калорийность (на 100 г): 362 ккал
ИНГРЕДИЕНТЫ:
 1 стакан риса,
 0,5 стакана грецких орехов, 0,5 стакана изюма, 6 шт. кураги, 1 ст. л. мака, мед или сахар

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1** В кипящие 2 л воды высыпать рис, помешать, добавить немного соли.
- 2** Варить рис 15 минут, откинуть на дуршлаг, промыть холодной водой.
- 3** Орехи слегка измельчить, изюм и курагу запарить кипятком, выдержать 10 минут. Воду слить. Курагу нарезать кусочками. Мак запарить кипятком, после разбухания процедить и растереть в ступке до появления макового молочка.
- 4** Смешать остывший рис, орехи, изюм и курагу. Добавить 4 ст. л. меда.
- 5** Добавить мак, все перемешать. Дать кутье настояться.

Рыба, фаршированная овощами



3 порции. Время: 1 час
Калорийность (на 100 г): 47 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 кг рыбы (форели, дорады), 1 болгарский перец, 1 морковь, 6-7 помидоров черри, 1 луковичка, зелень по вкусу

Для соуса:

3 ст. л. растительного масла, 3 зубчика чеснока, 1 лимон, молотый черный перец, соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1** Лук очистить, порезать полукольцами.
- 2** Морковь очистить, натереть на крупной терке.
- 3** Перец очистить от семян. Помидоры помыть. Помидоры и пе-

рец нарезать мелкими кубиками. Зелень мелко порубить. Лук обжарить на подсолнечном масле. Добавлять поочередно морковь, помидоры, зелень, обжаривать на каждом этапе около 3 минут. В конце посолить и перемешать.

4 Сделать соус. Чеснок почистить, выдавить через чесночницу, смешать с подсолнечным

Спецпроект «ТЕЛЕКА»

ПАСХА: встречаем Праздник праздников

только в день после завершения Страстной седмицы (в 2023 году – 16 апреля). Верующими вся следующая неделя, до 23 апреля, воспринимается как один день.

В храмах будут звонить колокола, напоминая о великом событии и призывая православных христиан совершать добрые дела. Потому что очень важно провести Пасхальную неделю в радости, но не в разгуле. Это период не долготрапезного креповодничества, а радостной молитвы и сохранения благочестия, которого удалось достичь постом и добровольно принятыми на себя ограничениями. Скоро мы вновь скажем близким и знакомым людям:

«Христос воскрес!», и в ответ услышим: «Воистину воскрес!» А пока давайте подготовимся к Празднику праздников – приготовим традиционные блюда, освятим их, накроем на стол и соберемся все вместе, чтобы приумножить накопленную благодать. Мы подготовили для вас сборник рецептов, которые, надеемся, помогут вам создать настоящую атмосферу праздника.

С уважением и любовью, ваш «ТЕЛЕК»



Пасхальную седмицу называют Светлой, Святой неслучайно. Считалось, что после Воскресения Христа солнце не заходило за горизонт целую неделю, до Красной горки. Поэтому праздник традиционно отмечается не

асхальную седмицу называют Светлой, Святой неслучайно.

Считалось, что после Воскресения Христа солнце не заходило за горизонт целую неделю, до Красной горки. Поэтому праздник традиционно отмечается не

Пасха – самый светлый праздник в православном календаре, в этот день нельзя злиться, ходить хмурым и конфликтовать.

Важно также помнить, что Пасха – это не 24 часа, а как минимум целая неделя – Светлая седмица. Лучше всего, если эти дни станут примером того, как нужно вести себя по отношению к себе и окружающим.

Это значит, что нужно радоваться, угощать других, проявлять сочувствие к страждущим – делать то, что помогает людям стать чище и добрее. При этом обильная еда «до отвала» вовсе не является обязательным условием. Не стоит забывать, что за семь недель поста организм привык к малокалорийной, легкой пище, не содержащей тяжёлый для переваривания белок.

Как правильно провести день Пасхи?

Розговиньи

Разговление, или розговиньи, – первая скоромная трапеза после окончания поста. Традиционно она проходит после литургии и причастия. Если вы были в храме на литургии ночью, то разговеться можно по возвращении с нее. Если вы пришли на литургию воскресным утром, то точно так же – после причастия – можно разговеться. Главное – ко всему нужно подходить с чувством меры.



Христосование

В христосовании существуют свои традиции и этикет. Праздничное воскресенье начинается с вручения ближнему человеку крашеного (и, по возможности, освященного) яйца со словами «Христос Воскресе!». Получивший яйцо должен ответить: «Воистину Воскресе!». После этого происходит христосование – троекратный поцелуй в щеки. Первым произносить пасхальное приветствие должен более молодой член семьи, а отвечать старший.

Отправляясь поздравить родных или друзей в гости, возьмите с собой несколько яиц. Для красоты и сохранности положите их в жесткую корзинку, выстеленную салфеткой. В середину можно поставить кулич. Корзинка вручается хозяйке дома, а яйца раздаются во время христосования. Первыми начинают пасхальное приветствие гости.

зательными являлись три блюда, которыми начинают разговляться: крашеные яйца, куличи и пасха из творога. Дополняют их мясные блюда – запеченные и жареные окорока, телятина, фаршированная индейка, гусь, поросенок, всевозможные заливные и холодец, буженина, паштеты, рулеты, закуски из овощей, грибов, каш (с мя-

Утошение

Русский пасхальный стол традиционно был богат и разнообразен. В зажиточных семьях подавалось до 40 блюд – по числу дней Великого поста. Пасха праздновалась долго: в любой момент могли прийти гости, и величайшим позором для хозяйки был бедно накрытый стол. Обы-

сом и сладкие), дичь. Особое внимание уделялось сладкому столу. Помимо обязательных куличей и творожных пасок пеклись пасхальные булочки, медовые пряники в виде птиц и зверей. Готовились пироги, мазурки, нежные «пуховые» бабы, варилась киселин и сбитни, многослойные желе из соков и варенья.

соем и сладкие), дичь. Особое внимание уделялось сладкому столу. Помимо обязательных куличей и творожных пасок пеклись пасхальные булочки, медовые пряники в виде птиц и зверей. Готовились пироги, мазурки, нежные «пуховые» бабы, варилась киселин и сбитни, многослойные желе из соков и варенья.

АНТИПАСХА: праздничный жизненный

Первое воскресенье после Пасхи называется Антипасхой, а в народе – Красной горкой. На Руси она всегда была днем молодежных гуляний, хороводов и сатовства. В этих празднествах должны были принимать участие девушки и юноши, достигшие брачного возраста. По церковным традициям, начиная с Красной горки верующие могут вступать в брак.

Праздничный стол на Красную горку обязательно должен быть заполнен блюдами круглой формы: омлет, блины, оладьи и т. д. Они являются символом солнца, помогают обрести жизнелюбность и энергию.

Оладушки куриные

6 порций. Время: 25 минут
Калорийность (на 100 г): 140 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г куриного филе, 0,5 л молока, 2 яйца, 3 ст. л. манной крупы, 2 ст. л. растительного масла, мускатный орех, сухой чеснок по вкусу, молотый черный перец, соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Куриное филе нарезать, добаивать желтки, манную крупу, мускатный орех и остальные специи, влить немного молока. Все измельчить блендером, долить остальное молоко.



Круглый омлет с картошкой и беконом

6 порций. Время: 30 минут
Калорийность (на 100 г): 213 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г картофеля, 6 яиц, 100 г бекона, 3 ст. л. сметаны, 3 ст. л. растительного масла, 50 г твердого сыра, 2 ч. л. горчицы, молотый черный перец, соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Обжарить картофель, нарезанный небольшими ломтиками, в масле.
2 С появлением корочки крешкой и жарить еще 10 минут на слабом огне.
3 Яйца смешать со сметаной и горчицей, посолить по вкусу и перемешать.
4 Форму смазать тертым сыром и выложить горячий картофель.
5 На сковороде слегка обжарить бекон и добавить к картофелю.
6 Сверху все залить яйцами, выпекать в духовке при 170 градусах 20 минут.
7 Готовый омлет можно украсить свежей зеленью.



КАТАЛОЧКИ

ЖИТЕЙСКИЕ СОВЕТЫ

Порой возникает проблема: что делать с наклеяками на пасхальные яйца с изображением Христа и Божией Матери? Выбрасывать такую скорлупу в мусорное ведро неблагоприятно. Лучше всего такие наклейки вообще не использовать, а если это случилось – можно отнести в церковь, там их особым образом утилизируют. Также можно самостоятельно сечь наклейки, а пепел впоследствии закопать в землю.

«КАТАЛОЧКИ»

Любимым развлечением на Пасху было катание яиц, или «каталочки». Игры начинались в первый день Пасхи и продолжались иногда всю Светлую неделю. Правила были следующими. Крашеное яйцо скатывали по наклонной деревянной дощечке или по земле – с некрутой горки. Внизу все участники забавы расставляли другие яйца полукругом, каждый по одному. Цель была – сбить яйцо с места. Если это получалось, участник брал сбитое яйцо себе и продолжал игру. Если промахивался, в игру вступал следующий участник, а неудачно скатывшееся яйцо оставалось на кону.



Десерт из зефира

6 порций. Время: 1 час 10 минут
Калорийность (на 100 г):
233 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

6 зефирок, 2 киви, 2 банана, 120 г песочного печенья, 90 г шоколада, 3 ст. л. сметаны

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Из каждой половинки зефира вынуть середину.
2 Измельчить в крошку песочное печенье, мелко нарезать киви.

3 Блендером взбить остатки зефира, банан и сметану.

4 В каждую половинку зефира уложить печенье и киви.
На киви выложить взбитые бананы с зефиром и сметаной и полить расплавленным шоколадом. Отправить десерт в холодильник на 60 минут.



Мандариновый кекс



3 Высыпать 1 ст. л. муки с миндалем. Продолжать взбивать.

4 Цедру на тереть на мелкой терке, из лимона выжать сок.

Сахарно-масляную массу с яйцами ввести в муку, добавить лимонную цедру и все смешать.

5 В тесто влить молоко и вымесить еще раз – тесто по консистенции должно получиться, как густая сметана. Форму для выпечки выстелить бумагой, смазанной оставшимся сливочным маслом, выложить тесто, разровнять и выпекать в разогретой до 180 градусов духовке 25-30 минут.

6 Приготовить сироп: из мандаринов выжать сок, соединить его в небольшой кастрюле с соком лимона и сахаром, добавить бадьян и слегка уварить сироп на небольшом огне.

7 Готовый горячий кекс перевернуть на тарелку, часто наколоть зубочисткой и полить частью горячего сиропа.

8 Оставшиеся мандарины порезать, выложить на кекс, сверху еще раз полить сиропом.

6 порций. Время: 50 минут
Калорийность (на 100 г):
238 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

3 мандарина, 200 г сливочного масла, 3 яйца, 140 г корицевого сахара, 0,5 стакана муки, 1 лимон, 50 г миндаля, 3 ст. л. молока, соль

Для сиропа:

4 мандарина, 100 г корицевого сахара, 2 звездочки бадьяна

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Миндаль измельчить в блендере. Муку просеять, перемешать с измельченным миндалем и солью.

2 Сахар взбить с яйцами. Постепенно добавляя 180 г предварительно размягченного сливочного масла, взбить в однородную массу.

Пасхальное мороженое

10 порций

Время: 2 часа 30 минут
Калорийность (на 100 г):
313 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 литр сливок 35 %, 200 г жидкого меда, 200 г смеси обжаренных орехов, 8 белков, 100 г сахара, 100 г светлого изюма, 100 г цукатов

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Охлажденные сливки взбить в пену и поставить в холодильник.

2 Взбить в густую пену белки с 30 г сахара. Мед растопить с оставшимся сахаром и греть 3 минуты. Размешивая, влить во взбитые белки. Мешать 15 минут, добавить сливки, орехи, изюм и цукаты.

3 Застелить порционные формочки фольгой, разложить массу и поставить в морозильник на 2 часа.

Перед подачей украсить цукатами или орехами.



Дорого яичко ко Христову дню

Традиция красить яйца уходит корнями в глубокую древность. Яйца символизируют собой начало новой жизни, воскресение Христа, а красный цвет – символ крови, жертвы, которую принесли за нас Сын Божий.

Легенда гласит, что однажды женщина с корзинкой яиц в руках рассказала неверующему мужчине о случившемся чуде воскресения. Тогда мужчина сказал: «Если это правда, пусть яйца в твоей корзине станут красными». И в тот же миг все яйца окрасились в красный цвет.

КАК ПОКРАСИТЬ ЯЙЦА

Природный декор

Чтобы украсить яйца отпечатками растений, к ним прикрепляют листики петрушки или других растений. Заматывают их туго и варят в луковой шелухе.



СОВЕТ. Чтобы во время варки листики прилегли достаточно плотно, удобно примотать их кусочками картона. Для этой цели купите и предварительно постирайте самые дешевые колготки.

Благородный мрамор
Окрасьте яйца в светлый оттенок. Для этого можно взять менее концентрированный краситель, или держать в обычном недолго. Потом добавьте в краску немного растительного масла. Размешайте его хорошенько вилкой и окунайте по очереди яйца.

Узоры и фигуры

Можно сделать яйцо в горошек или в клеточку, наклеив кружочки или полоски изоленты. Того же эффекта можно добиться, если закрасить фигурки восковыми мелками. Только делайте их плот-



ХОЗЯЮШКЕ НА ЗАМЕТКУ

Готовим яйца к окрашиванию

- 1 Чтобы яйца не полопались при варке, достаньте их из холодильника заранее: примерно за час.
- 2 Чтобы краска легла ровно, вымойте яйца с мылом или протрите спиртом.
- 3 После окрашивания вытрите яйца насухо и натрите растительным маслом. Легкий глянец придаст им завершенный вид.

Сладкие украшения

Необычные выпуклые узоры можно нанести при помощи сахарной пудры. Смешайте ее с водой до пастообразной консистенции. При помощи кондитерского шприца нанесите на уже окрашенные яйца.

С помощью пены для бритья

Выдавите на тарелку немного пены, накапайте на нее красителем и аккуратно обмакивайте яйца. Получатся необычные и непредсказуемые красочные разводы.

Пищевые красители

Пищевые красители из пасхальных наборов позволяют окрашивать яйца легко и просто. На упаковке обычно указан порядок действий. Если упаковка потеряна, поступайте следующим образом: краситель нужно развести водой в небольшой миске и добавить немного уксуса. Жидкость должна полностью покрывать яйца, которые предварительно необходимо сварить вкрутую и остудить. Яйца должны находиться в красителе до тех пор, пока не приобретут желаемый цвет. Если красителей несколько, разложите каждый в отдельной миске.

СОВЕТ. Пока капля воска не застыла, можно головкой английской булавки сделать от нее лучики.

При помощи свечки

Для этого способа подойдет только восковая свечка. Зажгите ее и капельки расплавленного воска капайте на поверхность скорлупы. Затем опустите яйцо в емкость с красителем (вода, в которой разведен краситель, должна быть теплой или холодной). Процедура можно повторить еще несколько раз, меняя красители. В завершение яйцо надо нагреть над свечкой и стирать салфеткой капельки воска. Яйцо получится в горошек.

СОВЕТ. Пока капля воска не застыла, можно головкой английской булавки сделать от нее лучики.



Пасха с грецкими орехами и взбитыми сливками

6 порций. Время: 2 часа 10 минут + 12 часов
Калорийность (на 100 г): 372 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

600 г творога,
200 г сахара,
100 г грецких орехов, 3 желтка, 50 г взбитых сливок, 2 г тертой лимонной цедры, ванилин на кончике ножа

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1 Ядра грецких орехов истолочь.
- 2 Протереть творог через сито, всыпать сахар, добавить взбитые сливки, ванилин, желтки. Тщательно взбить.
- 3 Все ингредиенты соединить, добавить цедру, хорошо перемешать.
- 4 Выложить в форму, выложенную марлей, перевернуть, поставить в емкость для слива жидкости.
- 5 Сверху поставить груз.
- 6 Оставить на ночь. Готовую пасху украсить половинками грецких орехов.

Шафрановая пасха

12 порций. Время: 2 часа 30 минут + 12 часов
Калорийность (на 100 г): 207 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

2 кг жирного творога, 2 стакана сахара, 2 стакана миндаля, 1 стакан несоленых фисташек без скорлупы, 1 стакан светлого изюма, 1 стакан темного изюма, 1 стакан цукатов, 9 желтков, 300 г сливочного масла, 5 ст. л. сметаны, 0,5 стакана крепкого чая с жасмином, 10 тычинок шафрана

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1 Сначала нужно повесить творог стекать через марлю примерно на 10-12 часов. Отжатый творог протереть через сито.
- 2 Изюм и цукаты залить чаем, оставить на 2 часа, слить и просушить.
- 3 Взбить масло, постепенно добавляя сначала сахар, затем – желтки. Так же аккуратно подмешать сметану. Все смешать с тво-



Ореховая пасха

СОВЕТ
Чтобы пасха легко вынималась и сохраняла форму, пасочницу перед заполнением необходимо выстлать чуть влажной марлей.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1,5 кг творога, 4 стакана сливок 30%, 4 яйца, 200 г сливочного масла, 200 г любых орехов, 1 стакан сахара, 0,5 ч. л. ванильного сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1 Орехи порубить и прокалить. Творог протереть через сито. Смешать все с сахаром и ванильным сахаром.
- 2 Добавить яйца, влить сливки, снова все перемешать.
- 3 Выложить массу в пасочницу под



- рогом. Орехи порубить и вместе с цукатами добавить в творожную массу. Оставить немного для украшения.
- 4 Шаfran растереть в порошок, вмешать в пасху.
 - 5 Пасочницу выстелить марлей, выложить творог, поставить под гнет в холодильник.
 - 6 За пару часов до подачи на стол пасху вынуть, украсить орехами и цукатами.

гнет на 10-12 часов. Поставить в холодильник.

- 4 Достать пасху и украсить свой вкус, например, орехами.

Если в пасху кладут изюм, то его нужно хорошо промыть, перебить, просушить на полотенце или салфетке.

СОВЕТ
Апельсиновые цукаты для пасхи нужно мелко нарезать, цедру лимона натереть на терке, пряные добавки смолотить в кофемолке и просеять через частое ситечко.



Баба пасхальная нежная

4 порции. Время: 1 час
Калорийность (на 100 г): 284 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 стакан муки, 6 яиц + 3 желтка, 100 г сахара, 100 г сахарной пудры, 100 г топленого масла, 100 мл воды, 0,5 лимона для цедры, 1 ч. л. ванильного сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1 Взбить яйца с желтками и сахарной пудрой на паровой

бане. После увеличения в несколько раз и затухания снять массу с огня и взбивать до охлаждения.

- 2 Вмешать муку, ванильный сахар, цедру и масло. Осторожно размешать и замесить тесто.
- 3 Вылить тесто в форму, обманную маслом. Выпекать в духовке при температуре 180 градусов 30 минут. Готовую бабу вынуть, перевернуть и дать остыть. В воде растворить сахар, на слабом огне сварить сироп. Остывшую бабу вылить из формы, облить сиропом.

Ромовая баба с цукатами

6 порций. Время: 3 часа
Калорийность (на 100 г): 263 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

2 стакана муки, 2 яйца, 0,5 стакана молока, 100 г инжира, 50 г цукатов, 50 г изюма, 50 г рома или коньяка, 3 ст. л. сливочного масла, 1 ст. л. сахара, 1 ч. л. лимонной цедры, 8 г сухих дрожжей, 5 г ванильного сахара, сахарная пудра для украшения, соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1 Смешать теплое молоко, 1 ст. л. муки, сахар, дрожжи. Поставить в теплое место на 30 минут.
- 2 Смешать опару с оставшейся мукой, взбитыми яйцами, солью, цедрой и ванилью.



КСТАТИ ЧТО ТАКОЕ ПАСХАЛЬНАЯ БАБА?

Бабы – это традиционное славянское лакомство. Их готовят из сдобного дрожжевого или бисквитного теста с большим содержанием яиц. Хозяйки пекут их на Пасху, а также на престольные праздники. При собождении всех предписаний бабы получаются особенно нежными, красивыми и вкусными. Неслучайно в кулинарном мире они снижали себе заслуженную славу и ласковые имена: толпева, кружевная, нежная, атласная, муслиновая, пуховая.

СОВЕТ КАК ПРОВЕРИТЬ ГОТОВНОСТЬ БАБЫ И ИЗВЛЕЧЬ ЕЕ ИЗ ФОРМЫ?



- Тонкой деревянной иглой проткнуть бабу до половины. Если игла сухая – баба готова.
- Для сохранения воздушности и пористости испеченную бабу в форме положить вверх дном на подушку (на пекарскую бумагу) и оставить до полного охлаждения. Осторожно поворачивать до полного остывания. Затем извлечь.
- При желании бабу можно украсить различными глазурями: шоколадной, клюквенной, лимонной, мятной, облепиховой и другими.
- Сверху посыпать ядрами орехов, цукатами, украсить изюмом, черносливом, курагой.



Кальмар с начинкой из риса и крабовых палочек

4 порции. Время: 40 минут
Калорийность (на 100 г): 157 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

4 тушки кальмара, 200 г крабовых палочек, 150 г риса, 1 луковичка, 100 г твердого сыра, пучок зелени, 1 ст. л. майонеза, 1 ст. л. растительного масла, соль, 2 лавровых листа

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Кальмара обдать кипятком, снять пленку. Отварить в течение 1 минуты в подсоленной воде с добавлением лаврового листа. Рис промыть и отварить в подсоленной воде.

2 Лук мелко нарезать, обжарить на подсолнечном масле до прозрачности. Крабовые палочки нарезать. Зелень помыть и мелко порубить.

3 Смешать рис, лук, нарезанные крабовые палочки и зелень. Добавить майонез и соль по вкусу, перемешать.

4 Тушки заполнить полученным фаршем, поместить в форму для запекания. Выпекать 10 минут при температуре 180 градусов. Достать из духового шкафа, смазать майонезом, посыпать тертым сыром, поместить в духовку еще на 7-10 минут.

Семга, запечённая в сливках

5 порций
Время: 50 минут
Калорийность (на 100 г): 203 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 кг филе семги, 2 помидора, 400 мл сливок, 1 стебель лука-порея, 2-3 веточки укропа, 2-3 пера зеленого лука, 1 ст. л. острой горчицы, 1 ст. л. сливочного масла, щепотка тимьяна, молотый черный перец, соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Духовку разогреть до 180 градусов.

2 Филе освободить от кожицы. Натереть с обеих сторон солью и перцем, смазать горчицей, посыпать тимьяном и уложить в смазанную маслом форму.

3 Порей нарезать кружочками, потомить до мягкости на

сливочном масле. Выложить на рыбу.

4 Сверху прикрыть кружками помидоров. Залить теплыми сливками, выпекать в духовке при 180 градусах 30 минут.

5 Вынуть, остудить, посыпать измельченной зеленью и подавать к столу, лучше с картофелем.



Заварная пасха «Три шоколада»

4 порции. Время: 1 час + 12 часов.
Калорийность (на 100 г): 254 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

600 г творога, 150 г сливок 33%, 3 желтка, 100 г сахара, 50 г сливочного масла, 60 г темного шоколада, 50 г молочного шоколада, 30 г белого шоколада, пакетик ванильного сахара, курага, цукаты, чернослив – для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Творог перетереть блендером, добавить подтаявшее масло и продолжить перетирать. Желтки взбить с сахаром.

2 К однородной массе из творога и масла добавить взбитые желтки, снова перетереть блендером.

3 Полученную массу переложить в кастрюлю или большую сотейник и варить на среднем огне. Смесь постоянно помешивать, не давая кипеть, и выключить при появлении первых признаков закипания.

4 Готовую массу разделить по разным емкостям на три части: большую, среднюю и маленькую.

5 Шоколад по отдельности растопить на водяной бане. Каждой части творожной массы добавить шоколад. К маленькой – белый, к средней – молочный, к большой – темный. Перемешать и остудить.

6 Сливки взбить до пиков средней плотности, добавить к трем частям шоколадно-творожной массы. И снова смешать до однородности.

СОВЕТЫ

• Вместо творога, чтобы протирать творог через сито, можно дважды пропустить его через мясорубку.

• Пасху следует не менее 12 часов держать в холоде под гнетом.

8 Пасочницу поместить в глубокую тарелку узкой частью вниз, застелить влажной тканью или марлей.

Поочередно выкладывать слои из творога: нижний – с белым шоколадом, средний – с молочным, верхний – с темным. Накрывать сверху оставшейся марлей, поставить груз и отправить на 12 часов в холодильник.

9 Когда пасха будет готова, аккуратно перевернуть ее на плоское блюдо и снять пасочницу. В результате слой с темным шоколадом окажется внизу.

10 Украсить шоколадной глазурью.

РЕЦЕПТ ГЛАЗУРИ

Один из вариантов приготовления глазури. Понадобится 25 г темного шоколада, 25 г жирных сливок. Шоколад растопить, смешать со сливками, полить сверху пасху.



Томлёная пасха

10 порций
Время: 5 часов + 2 суток
Калорийность (на 100 г): 164 ккал



ИНГРЕДИЕНТЫ:

1,5 кг творога из топленого молока, 5 желтков, 250 г вареной студени, 150 г сливочного масла, 2 ст. л. лоббого сиропа, соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Застелить сито или дуршлаг марлей и поставить творог стекать как минимум на 4 часа.

2 Размягчить масло при комнатной температуре. В глубокой миске взбить творог с маслом блендером, постепенно добавляя желтки с солью и по 1 столовой ложке стуженку.

3 Пасочницу застелить марлей, смоченной в сиропе, выложить творожную массу. Поставить в холодильник под гнет на 2 суток.

4 Перед подачей украсить на свое усмотрение.

ДОБРЫЕ СОВЕТЫ

- Творог должен быть жирный и абсолютно не кислый.
- Сметану для пасхи лучше всего брать густую, жирную.



Кулич на заварном тесте

8 порций. Время: 4 часа
Калорийность (на 100 г): 306 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

2 стакана молока, 150 мл сметаны, 260 г сливочного масла, 1,5 пакета сухих дрожжей (объем пакета 11 г), 0,5 ч. л. соли, 2 г ванилина, 8 яиц, 2 стакана сахара, 6 стаканов пшеничной муки, 200 г изюма, 200 г сахарной пудры, кондитерская посыпка для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Подготовить опару. В 40 мл теплого молока размешать дрожжи и чайную ложку сахара. Оставить до тех пор, пока дрожжи не поднимутся. Оставшееся молоко

и треть объема сливочного масла поместить в кастрюлю, довести до кипения.

2 После закипания смесь снять с огня и всыпать 100 г просеянной муки, активно перемешать венчиком. Разбить все комочки. Полученное заварное тесто остудить.

3 Желтки отделить от белков. Разтерть с солью и дать постоять 15 минут. Добавить к смеси стакан сахара и ванилин. Взбить до небольшой пышности. Смешать желтковую массу и заварное тесто.

4 В отдельной чаше взбить венчиком 6 белков и второй стакан сахара. Добавить сметану и оставить часть масла. Предваритель-

но масло растопить. Добавить дрожжевую опару. Все смешать.

5 Выпалить оставшуюся муку. Выложить тесто в полиэтиленовый пакетик и завязать на узелок. Оставить на 1,5 часа при комнатной температуре.

6 Изюм промыть и обсушить на бумажной салфетке. После того, как тесто подойдет, обмять его и вмешать изюм. Выложить тесто по смазанным формам. Подождайте 30 минут, пока куличи поднимутся. Выпекать в течение часа при температуре 180 градусов.

7 Подготовить глазурь. Сахарную пудру взбить с оставшимся яичными белком. Верхушки остывших куличей смазать глазурью и украсить кондитерской посыпкой.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Пасхальный кулич – один из символов Воскресения Христа. Принято считать, что, когда Христос был распят, апостолы во время трапезы оставили его место за столом свободным, а на стол, подле того места, клали хлеб, показывая, что Христос незримо находится с ними.

Кулич царский

12 порций. Время: 5 часов
Калорийность (на 100 г): 303 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для теста:
1,2 кг муки, 50 г дрожжей, 10 желтков, 2 стакана сливок, 200 г сахара, 200 г сливочного масла, 10 зерен кардамона, толченый мускатный орех, 50 г измельченного миндаля, 100 г цукатов, 100 г изюма, 1 ст. л. толченых сухарей

Для глазури:

2 белка, 1,5 стакана сахарной пудры, 1 ст. л. сока лимона

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Развести дрожжи в стакане теплых сливок, добавить половину муки.

2 Когда опара поднимется, ввести в нее растертые со сли-

ЧЕМ УКРАСИТЬ ПРАЗДНИЧНУЮ СДОБУ

- Помадка для кулича с основой из ягода – красной смородины, ежевики, клюквы, вишни – придаст и красоту и яркий вкус.
- Для приготовления шоколадной глазури нужно ввести в ее состав какао-порошок.
- Вооружившись кулинарным пакетом или шприцем, можно нарисовать надписи темным кремом, предварительно легко легонько прочертив контур ХВ.



вочным маслом и сахарным песком желтки, добавить оставшуюся муку, сливки, толченый кардамон, толченый мускатный орех, миндаль, мел-

ко нарезанные цукаты и промытый, высушенный изюм.

3 Хорошо вымесить тесто и оставить подниматься на 1,5-2 часа.

4 Потом снова вымесить тесто, положить в смазанную маслом и обсыпанную толчеными сухарями высокую форму, заполнив ее до половины. Дать тесту снова подняться до ¾ высоты формы и поставить в духовку, нагретую до 180 градусов.

5 Куличи из такого сдобного теста лучше выпекать в небольших формах.

Куриные «колобки»

6 порций. Время: 1 час
30 минут. Калорийность (на 100 г): 247 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

6 куриных бедер, 12 полосок бекона, 50 г копченой грудки, 1 луковица, 1 морковь, 1 ст. л. соевого соуса, 50 г сливочного сыра, 1 ст. л. растительного масла, 2 ч. л. специй, молотый черный перец, соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Куриные бедра обмыть, оставить. Морковь натереть, лук нашинковать. Обжарить на растительном масле до мягкости, остудить. Грудку нарезать мелкими кубиками.

2 Отбить бедрышки, не повреждая кожу. Лишнее мясо обрезать и мелко порубить ножом. Смешать с обжаренными овощами, соевым соусом, нарезанной грудкой и специями. Поперчить и посолить по вкусу.



3 Бедра натереть специями, чуть-чуть присолить, смазать сыром.

4 На середину выложить начинку. Аккуратно сформировать мешочек, закрепить зубочисткой. Обернуть беконом, еще раз скрепить зубочисткой.

5 «Колобки» выложить на противень и запекать в духовке при 200 градусах 40-50 минут. Куриная кожа должна приобрести красивый золотистый цвет.

6 Вынуть из духовки, удалить зубочистки и подать к столу.

Индейка в сливочном соусе с шампиньонами

4 порции. Время: 40 минут
Калорийность (на 100 г): 117 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г филе индейки, 300 г свежих (или замороженных) шампиньонов, 1 луковица, 3-4 зубчика чеснока, 1 стакан жирных сливок, 30 г сливочного масла, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, специи, соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Птицу нарезать небольшими брусочками, лук – перьями, грибы – тонкими пластинками, чеснок раздавить плоской стороной ножа (не очищая).

2 В сотейнике разогреть растительное масло, распуścić в нем сливочное, бросить в масло чеснок, жарить 2-3 минуты, добавить индейку, обжарить до легкой золотистой корочки (3-5 минут).

3 Добавить в сотейник лук, жарить, помешивая, до прозрач-



ности. Извлечь чеснок, добавить грибы, жарить до подрумянивания (4-5 минут).

4 Влить 0,5 стакана горячей воды, накрыть сотейник крышкой, тушить на среднем огне 7-10 минут.

5 Содержимое сотейника посолить, поперчить, добавить лимбимые специи, влить сливки, перемешать, томить под крышкой еще 5-7 минут.

Рагу из птичьих потрохов

8 порций. Время: 1 час 20 минут
Калорийность (на 100 г): 106 ккал



ИНГРЕДИЕНТЫ:

600 г потрохов домашней птицы (курица, гусь, индейка, утка), 1 кг картофеля, 2 моркови, 1 луковица, 1 корень петрушки, 60 г сливочного масла, 2 ст. л. томатной пасты, 2 ст. л. муки, пучок зелени, молотый черный перец, соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Потроха обжарить на сливочном масле до румяной корочки (крупные предварительно нарезать).

2 Переложить потроха в кастрюлю, залить горячей водой так, чтобы она их полностью покрывала, добавить томатную пасту и тушить на среднем огне под крышкой до мягкости.

3 Овощи почистить, нарезать крупными кубиками, лук мелко нашинковать, обжарить все вместе до готовности.

4 На сухой сковороде обжарить муку до изменения цвета и появления орехового запаха.

5 Извлечь потроха из кастрюли (переложить в другую), засыпать в нее муку, хорошо перемешать, немного проварить и процедить.

6 В кастрюлю с потрохами добавить овощи, посолить, поперчить, залить процеженным бульоном с мукой, поставить в разогретую до 200 градусов духовку на 30 минут. Подавать, посыпав рубленой зеленью.



Телятина с чесноком и розмарином, запечённая в рукаве

4 порции
Время: 2 часа
Калорийность (на 100 г): 177 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:
850 г телячьего окорока,
3 зубчика чеснока, 2 веточки розмарина, сушеный базилик, оливковое масло, бальзамический уксус, молотый черный перец, соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1 Промытое и высушенное мясо натереть солью, перцем, базиликом, оливковым маслом и бальзамическим уксусом.
- 2 Нашпиговать мясо чесноком. Накрыть пищевой пленкой, оставить на ночь в холодильнике.
- 3 Быстро обжарить мясо со всех сторон до румяной корочки. Выложить в рукав для запекания вместе с веточками розмарина, закрыть, проколоть рукав зубочисткой.
- 4 Запекать в духовке на противне при 180 градусах в течение 1 часа 20 минут.



Буженина «К пасхальному столу»

6 порций. Время: 2 часа + сутки
Калорийность (на 100 г): 380 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 кг свиной шейки, 1 головка чеснока, 150 г морской соли, 2 лавровых листа, 1 ч. л. сухого розмарина, 1 ч. л. кориандра, 1 ч. л. базилика, 10 горошин черного перца, специи по вкусу (пряные травы)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1 Промыть и обсушить мясо. Чеснок очистить и нарезать лепестками, нашпиговать чесноком свинину.
- 2 В 1,5 л воды добавить соль, погрузить в рассол кусок свинины.
- 3 Приготовить маринад: 1,5 л воды вскипятить с добавлением пряностей, после закипания остудить и добавить в кастрюлю с рассолом. Накрыть крышкой и убрать в холодильник на сутки.
- 4 Вынуть мясо, обвалять в смеси розмарина и кориандра, уложить в пакет для запекания и герметично завязать. Сверху затянуть веревкой для придания формы.



5 Опустить буженину в подсолённый (чтобы температура кипения была чуть выше 100 градусов) кипяток и варить 1 час.

6 Вареную домашнюю буженину выложить в дуршлаг, чтобы стекла вода, остудить, убрать на 10 часов в холодильник «дозреть».

СОВЕТ

- Для шпигования буженины годится чеснок, имбирь, морковь, черный перец горошком.



Пасхальный мясной рулет, фаршированный яйцами

5 порций. Время: 1 час
Калорийность (на 100 г): 233 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г говядины, 500 г свинины, 5 яиц, 2 луковицы, 100 г хлеба, 1 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1 Свинину и говядину пропустить через мясорубку, добавить яйцо, вымоченный в воде и отжатый хлеб.
- 2 Добавить мелко нарезанный лук, перец и соль по вкусу, тщательно перемешать.
- 3 Оставшиеся яйца отварить вкрутую. Глубокоую прямоугольную форму для выпечки застелить фольгой, смазать расти-

тельным маслом и выложить часть фарша.

4 В центр выложить 4 отваренных и очищенных яйца, накрыть оставшимся фаршем, слегка утрамбовать. Запекать в разогретой духовке полчаса.



Монастырский кулич

Время: 2 часа + 8 часов
6 порций. Калорийность (на 100 г): 296 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:
Для теста:
1 кг муки, 400 мл молока, 12 г сухих дрожжей, 2 яйца, 150 г сливочного масла, 200 г сахара, 400 г сушеной клюквы

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Замочить в воде изюм и клюкву, обсушить и смешать с мукой.



Кулич воздушный на топленом молоке

8 порций. Время: 12 часов
Калорийность (на 100 г): 315 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для теста:
0,5 литра топленого молока, 0,5 кг сахара, пакетик ванилина, 250 г сливочного масла, 6 яиц, 1,5 пачки сухих дрожжей, 0,5 ч. л. соли, 100 г изюма, 50 г цукатов, 1 ст. л. коньяка, 1,2 кг муки

Для глазури:

2 белка, 1,5 стакана сахарной пудры, 1 ст. л. лимонного сока

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1 Вынуть масло, порубить на небольшие кубики, дать постоять, чтобы оно стало мягким.
- 2 Подготовить дрожжи. В небольшую емкость – банку или стакан – высыпать дрожжи, налить до четверти емкости теплой, но не горячей воды, добавить 1 ч. л. сахара, тщательно перемешать. Оставить на 5 минут, чтобы дрожжи подошли.
- 3 Яйца взбить до небольшой пены. Добавить сахар и перемешать.



4 Топленое молоко подогреть до 40-42 градусов, чтобы оно было слегка горячим, добавить размягченное масло, смесь яиц с сахаром и дрожжи. Перемешать до однородного состояния. Прикрыть емкость и оставить на 8-10 часов или на ночь, чтобы опара подошла. Муку просеять через сито.

5 После того, как опара будет готова, добавить соль, ванилин, коньяк, перемешать. Добавлять небольшими частями муку и вымешивать тесто не менее 30 минут. Накрыть емкость крышкой, поставить в теплое место и оставить

2 С вечера замесить тесто из всех компонентов, накрыть полотенцем и оставить подниматься до утра.

3 Утром тесто выложить на стол и хорошо вымесить.

4 Готовое тесто разделить на части нужного размера, разложить по смазанным растительным маслом формам и дать расстояться до увеличения объема в два раза.

5 Смазать куличи желтком, разведенным с 1 ч. л. воды, и выпекать в предварительно разогретой до 180 г духовке до готовности.

6 Для глазури слегка взбить белки, постепенно ввести в них сахарную пудру и перемешивать до образования глянцевой белой массы. В последнюю очередь вмешать лимонный сок.

7 Готовые куличи остудить на боку на мягкой поверхности и покрыть глазурью.



тесто подходит на 1,5 часа.

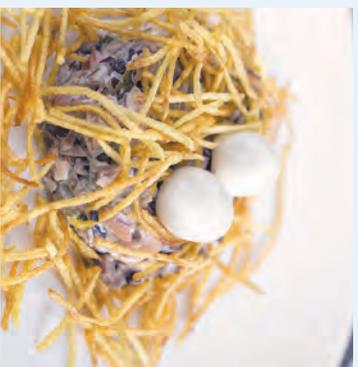
6 Изюм замочить в теплой воде на 10-15 минут. Воду слить, изюм обсушить.

7 Цукаты и изюм смешать с мукой, добавить к готовому настоявшемуся тесту, смешать. Тесто разделить на части и заполнить формы, смазанные растительным маслом или выложенные бумагой для выпечки. Формы заполнять не более чем на треть – тесто во время выпекания еще поднимется.

8 Подготовленные куличи поставить в разогретую до 180 градусов духовку, выпекать около часа.

9 Подготовить глазурь. Взбить белки до состояния пены, медленно вводить сахарную пудру, тщательно взбить до получения однородной белой массы. Добавить сок лимона, снова взбить.

10 Готовые остывшие куличи украсить глазурью.



Салат с курицей и картофелем «Гнёздышки»

4 порции. Время: 1 час
Калорийность (на 100 г): 167 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г картофеля, 200 г куриного филе, 200 г болгарского перца, 100 г лука, 12 отварных перепелиных яиц, зелень для украшения, майонез, соль, растительное масло для фритюра, молотый черный перец

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1 Мелко нарезать лук. Залить кипятком и оставить на 10 минут. Затем промыть холодной водой.
- 2 Перец очистить от семян, нарезать кубиками. Зелень мелко нарезать.
- 3 Куриное филе нарезать тонкими полосками, обжарить в небольшом количестве масла.
- 4 Смешать курицу, перец, лук, зелень. Добавить немного майонеза (около 1-2 ст. л.), перемешать.
- 5 Картофель почистить и нашинковать тонкими брусочками. В большом количестве разогретого масла пожарить картофель до золотистого цвета. Жарить лучше небольшими порциями.
- 6 Готовый картофель выложить на бумажное полотенце, чтобы убрать излишки жира.
- 7 На тарелки выложить картофель, а в середину положить очищенные перепелиные яйца.

Картофельный салат

4 порции. Время: 20 минут
Калорийность (на 100 г): 156 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

250 г отварного картофеля, 150 г помидоров черри, 100 г смеси салатных листьев, 1 авокадо, 80 г салыма, 80 г ветчины, 3 редиски, 1/4 огурца, 2 зубчика чеснока, 3 ст. л. оливкового масла, 0,5 ст. л. белого винного уксуса, 1 ч. л. горчицы, соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1 Отварные мелкие клубни картофеля порезать ломтиками по 0,5 см. Обжарить ломтики с двух сторон в масле до золотистого цвета. Положить на салфетку, чтобы удалить излишки жира, посолить.
- 2 В миске смешать листья салата, нарезанные ломтиками помидоры, нарезанные авокадо и лук, тонко нарезанные огурец и редис, картофель. Все перемешать.
- 3 Добавить нарезанные ломтики ветчины и салыма, порезанный кубиками сыр.
- 4 В отдельной емкости смешать оливковое масло, уксус, горчицу, пропустить через пресс чеснок, смешать. Полить готовую заправкой и перемешать.



Салат «Весенний»

4 порции. Время: 1 час 15 минут
Калорийность (на 100 г): 155 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

400 г говядины, 300 г дайкона (или редьки), 2 яйца, 1 белая луковичка, 1 лавровый лист, 8 горошин черного перца, растительное масло, майонез, молотый черный перец, соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1 Довести до кипения 1 л воды, положить мясо, перец горошком и лавровый лист, варить до готовности. Яйца сварить вкрутую, остудить, почистить, нарезать каждое вдоль на 4 части.
- 2 Лук нарезать перьями, обжарить на растительном масле до



Салат с солёными груздями

4 порции. Время: 1 час
Калорийность (на 100 г): 62 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

200 г соленых груздей, 1 красное яблоко, 1 помидор, 2 огурца, 1 луковичка, 1 свекла, 1 ч. л. сахара, растительное масло, молотый черный перец, соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1 Картофель и свеклу сварить до готовности, остудить, почи-

тить, нарезать мелкими кубиками. Помидор и яблоко нарезать тонкими ломтиками, лук – тонкими четвертькольцами. Крупные грузди нарезать на 4-6 частей, мелкие можно не резать.

- 2 Огурцы нарезать такими же кубиками, как и свеклу.
- 3 Все овощи и грибы переложить в одну миску, посолить, поперчить, перемешать, посыпать сахаром, заправить маслом.

Заливное из рыбы

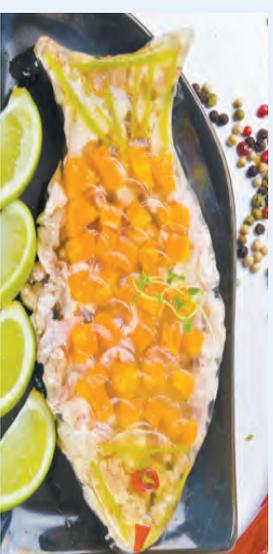
4 порции. Время: 4 часа 30 минут
Калорийность (на 100 г): 94 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 толстолобик, 1,5 л воды, 2 лавровицы, 1 морковь, 15 г быстросхватываемого желатина, 3 лавровых листа, соль, специи

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1 Рыбу очистить от чешуи, отрезать голову, плавники и хвост. Из головы удалить жабры. Очистить рыбу от внутренностей. Помыть гушку и порезать на куски. В кастрюле варить вымытые части рыбы в течение 30 минут на небольшом огне.
- 2 Положить в навар куски рыбы, соль, очищенные лук и морковь целиком. Варить еще 30 минут.
- 3 За 10 минут до окончания варки вынуть рыбу из бульона, дать остыть. Развести желатин в 100 мл горячего бульона, ввести его в процеженный навар.
- 4 Куски рыбы разложить по формам и залить процеженным бульоном с желатином. Украсить зеленью и кусочками моркови. Поставить тарелки в холодное место на 3 часа, чтобы заливное застыло.



Чернослив, запечённый в беконе

4 порции. Время: 15 минут
Калорийность (на 100 г): 380 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

350 г бекона, 150 г вяленого чернослива

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1 Чернослив хорошо промыть, обсушить на полотенце.
- 2 Завернуть каждую черносливину в полосу бекона. Проткнуть насквозь деревянной шпажкой, скрепив края.
- 3 Разложить чернослив в беконе на противне, за-



Яйца с пикантным муссом

6 порций. Время: 20 минут
Калорийность (на 100 г): 124 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

6 яиц, 150 г красной рыбы горячего копчения, 140 г замороженного сыра, 100 г замороженного зеленого горошка, 0,5 лимона, 3 веточки укропа, 10 г сливочного хрена, 10 г дижонской горчицы

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1 Яйца сварить и остудить. Очистить и разрезать пополам. Отделить желток от белка.
- 2 Сложить рыбу в чашу блендера. Натереть лимонную цедру. Добавить творожный сыр, горчицу, хрен, желтки, цедру и рубленый укроп. Посолить, поперчить. Измельчить в однородную массу.
- 3 Вскипятить в чайнике 1 л воды. Перелить в кастрюлю. Добавить горошек. Варить 2-3 минуты, откинуть на дуршлаг. Добавить горошек к муссу из рыбы, перемешать. Наполнить половинки яиц начинкой. Подавать закуску холодной.



Закуска из шампиньонов

4 порции. Время: 60 минут
Калорийность (на 100 г): 115 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г свежих шампиньонов, 300 г филе куриной грудки, 1 луковичка, 50 г подсолнечного масла, соль, перец

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1 Лук почистить, нарезать мелкими кубиками. Куриную грудку помыть, пропустить через мясорубку.
- 2 Шампиньоны помыть, отрезать ножки, аккуратно вынуть середину. Ножки грибов мелко порезать.
- 3 Смешать грудку, лук, измельченные ножки грибов. Добавить соль и перец. Полученной начинкой заполнить шампиньоны.
- 4 Противень смазать маслом. Выложить грибы открытой частью вверх. Запекать в духовке при температуре 200 градусов в течение 30-40 минут до полной готовности.



REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>00.30 «ПОХИЩЕНИЕ». (18+)</p> <p>05.00 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «СТЕЛС». (12+) США, 2005 г. Фантастический боевик. В ролях: Джош Лукас, Джессика Бил, Джейми Фокс, Сэм Шепард, Ричард Роксбург.</p> <p>22.15 «Смотреть всем!» (16+)</p> <p>00.30 «ПОХИЩЕНИЕ». (18+)</p>	<p>18.00 «ОЛЬГА». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p> <p>08.30 «Модные игры». (16+)</p> <p>09.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)</p> <p>18.00 «ОЛЬГА». (16+)</p> <p>21.00 «ДРУГ НА ЧАС». (16+)</p> <p>22.00 «Женский стендап. Дайджесты-2022». (16+)</p> <p>23.00 «Новые Звёзды в Африке». (16+) Новые правила, новые участники, новые испытания - это «Новые звезды в Африке»! В новом шоу у участников вообще не будет никакой еды! Даже маис и бобы, которые обычно всегда присутствовали на кухне, теперь необходимо зарабатывать.</p> <p>01.00 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>03.30 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>05.00 «Открытый микрофон». (16+)</p> <p>06.35 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p>	<p>06.00 Утренние гадания. (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>07.45 «Снежная королева: Перезаморозка». (6+)</p> <p>09.15 Утренние гадания. (16+)</p> <p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>11.15 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>12.20 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 Охотники за привидениями. (16+)</p> <p>14.00 Любовная магия. (16+)</p> <p>14.30 Гадалка. (16+)</p> <p>17.20 «Слепая». (16+)</p> <p>20.30 «ПО ТУ СТОРОНУ СМЕРТИ». (16+) Давняя знакомая Деминой приводит к ней на консультацию дочь соседки Настю: после трагической гибели матери девочка иногда ведет себя не вполне адекватно.</p> <p>22.45 «ТЕМНОЕ НАСЛЕДИЕ». (16+)</p> <p>01.00 «Психосоматика». (16+)</p> <p>04.30 «Властиители». (16+)</p>	<p>10.30 Решала. (16+)</p> <p>06.00 Идеальный ужин. (16+)</p> <p>06.30 Улётное видео. Самое смешное. (16+)</p> <p>07.10 Улётное видео. Топ-35. (16+)</p> <p>08.00 «+100500». (16+)</p> <p>10.30 Решала. (16+)</p> <p>12.30 Охотники. (16+)</p> <p>13.30 Решала. (16+)</p> <p>14.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+) Легендарный остросюжетный документальный детектив возвращается! Каждый выпуск расскажет о резонансном преступлении, раскрытом профессиональными следователями.</p> <p>16.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>20.00 Решала. (16+)</p> <p>21.00 Охотники. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>03.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)</p> <p>05.00 Идеальный ужин. (16+)</p>	<p>13.00 «Есть тема!»</p> <p>06.00 «Лучшие из лучших». (12+)</p> <p>06.30 «Ты в бане!» (12+)</p> <p>07.00, 10.00, 12.55, 14.55, 02.55 Новости</p> <p>07.05, 15.30, 21.00, 00.00 Все на Матч!</p> <p>10.05, 12.35 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>10.25 Футбол. Лига чемпионов. Обзор. (0+)</p> <p>11.25, 12.10 Смешанные единоборства. (16+)</p> <p>13.00 «Есть тема!»</p> <p>14.25 «Вид сверху». (12+)</p> <p>15.00 Что по спорту? (12+)</p> <p>16.00 Футбол. «Акрон» - «Спартак». FONBET Кубок России. Пр.тр. FONBET Кубок России.</p> <p>18.30 Футбол. ЦСКА - «Урал». FONBET Кубок России. Пр.тр. Лига чемпионов. Пр.тр.</p> <p>21.40 Футбол. «Бавария» - «Манчестер Сити». Лига чемпионов. Пр.тр.</p> <p>00.55 Футбол. «Интер» - «Бенфика». (0+)</p> <p>03.00 Волейбол. (0+)</p>	<p>23.10 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА». (16+)</p> <p>06.30 05.20 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>08.00 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>09.00 10.40 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>10.35 Завтра о важном. (16+)</p> <p>11.10 04.10 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>12.20 «Порча». (16+)</p> <p>12.50 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.25 03.15 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.00 03.45 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.35 «ДАЛЕКАЯ И БЛИЗКАЯ». (16+)</p> <p>19.00 «Я ТЕБЯ НЕ ОТПУЩУ». (16+)</p> <p>22.05 Завтра о важном. (16+)</p> <p>22.10 «Я ТЕБЯ НЕ ОТПУЩУ». (16+)</p> <p>23.10 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА». (16+)</p> <p>02.25 «Порча». (16+)</p> <p>02.50 «Знахарка». (16+)</p> <p>05.00 «6 кадров». (16+)</p>

ПРАВОСЛАВНЫЕ!

Ты хочешь милости, добра?
Будь сам его источником на свете.
Построим храм – пусть добрые дела
Помогут всем: и нам, и нашим детям!

Подворье Лужецкого Богородицерождественского Ферапонтова мужского монастыря, расположенного в деревне Новопокров Можайского района Московской области после пожара, произошедшего 28 февраля 2014 года оказалось в бедственном положении. Сгорел братский корпус и домик настоятеля.

На сегодняшний день с Божьей помощью и благодаря вашим пожертвованиям многое удалось сделать.

Но на окончательное завершение работ нет средств.

Будем признательны всем неравнодушным людям за любую посильную помощь. Храни вас Господь!

Реквизиты Подворья
для перевода денег через банк:

ИНН 5028997962
КПП 502801001

Религиозная организация
«Подворье Лужецкого монастыря»
Р/с 40703810740000002238

Банк: ПАО СБЕРБАНК
БИК 044525225

К/с 30101810400000000225

Адрес: 143263, Московская обл., Можайский р-н, д. Новопокров

Адрес для перевода денег по почте:

143263, Московская обл., Можайский р-н, д. Новопокров,
Почтовое отделение «Поречье»,
Храм Покрова Пресвятой Богородицы
Настоятелю подворья монастыря иеромонаху Димитрию
(Леонову Анатолию Сергеевичу)

8-915-216-76-77

Телефон для справок:
8-965-391-33-91, р.Б. Фотинья

МОСКОВСКОМУ ПЕНСИОНЕРУ

РЕКЛАМА

Старость в радость с Гупсоцгарантией!

Заклучите договор пожизненной ренты и вы можете получить:

- Крупную денежную выплату;
- Ежемесячную ренту (вторую пенсию);
- Бесплатный уход и помощь по хозяйству;
- Полную оплату ЖКХ;
- Пожизненное проживание в своей квартире.



ООО «ГУПСОЦГАРАНТИЯ» ИНН 9717122898

Звоните! Тел.: 8 (495) 727-28-28

Договор ренты заключается с ООО «Гупсоцгарантия», без посредников.
Расторгнем договор ренты с недобросовестным рентоплательщиком.

Московская меховая фабрика Мех-экспо

Производство и продажа с территории фабрики по цене производителя огромного ассортимента меховой продукции
ЖЕНСКИЕ ШУБЫ ИЗ МЕХА НОРКИ, МУТОНА, КАРАКУЛЯ И КРОЛИКА
ЖЕНСКИЕ И МУЖСКИЕ ГОЛОВНЫЕ УБОРЫ

РАСПРОДАЖА!

Время работы: понед. – субб. с 10:00 до 17.00, вых. – воскр.
Проезд от ст. м. «Преображенская площадь», посл. вагон из центра,
авт. 86, 171 до остановки «2-й Электрозаводский переулоч»,
ул. Электрозаводская, 21, проходная № 4.
При себе иметь документ, удостоверяющий личность.

ПРАЗДНИЧНЫЕ СКИДКИ!
АКЦИЯ ПРОДЛИТСЯ ДО 30 АПРЕЛЯ

8 (495) 971-55-55,
8 (926) 843-95-55

Внутренний телефон 43-53

Предъявителю купона
скидка на шубы
3000
рублей

Полную информацию об условиях и организаторе акции, порядке ее проведения, количестве подарков, порядках, сроках и месте их получения узнавайте по телефону.
Акция действительна с 01.01.23 до 30.04.23 г. Реклама

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
10.00 «ИСПЫТАТЕЛЬ». (12+)
10.20 «ГОРОД ЗЕРО». (16+)
12.15 «ДРУГ МОЙ, КОЛЫКА!». (12+)

TV1000 VIJU TV 1000
05.30 «Тру и Радужное королевство». (6+)
06.45 «Дикие скричеры». Мультсериал. (6+)

TV1000 VIJU TV 1000 РУССКОЕ
05.40 «ДиноСити». Мультсериал. (6+)
06.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО
06.40 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)

МИР
05.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (12+)
10.00 Новости
10.10 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (12+)

ПОБЕДА
05.10 «Путь к Победе». (16+)
06.10 «СМЕРТЕЛЬНЫЙ НОМЕР». (16+)

ПЯТНИЦА
05.00 «Ну, погоди! Каникулы». Мультсериал. (0+)

Ю
05.10, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ИЛЛЮЗИОН+
00.10 «МОЙ ПАРЕНЬ - КИЛЛЕР». (18+)
01.40 «ГОЛОГРАММА ДЛЯ КОРОЛЯ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
06.15 «ДЕВЯТАЯ». (16+)
07.50 «БАТЯ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ
01.05 «ОБЕЩАТЬ - НЕ ЗНАЧИТ ЖЕНИТЬСЯ». (16+)

РОДНОЕ КИНО
01.25 «КАМЕНСКАЯ: ШЕСТЕРКИ УМИРАЮТ ПЕРВЫМИ». (16+)

02.40 «БЕЛЫЙ КЛЫК». (0+)
04.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЯМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)

02.40 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+)

03.10 Инсайдеры. (16+)

03.30 Моя свекровь - монстр. (16+)

РУССКИЙ РОМАН
10.00 «ПОЛНЫЙ КОНТАКТ». (16+)

CINEMA
10.05 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)

red .RED
06.00, 06.25, 06.50 «БЛЮДО С ДУШОЙ». (16+)

РЕТРО
06.10 «ЧАСЫ ОСТАНОВИЛИСЬ В ПОЛНОЧЬ». (12+)

365 ДНЕЙ ТВ
00.00 Час истины. (12+)

HISTORY VIJU HISTORY
06.30, 07.15 Охотники на нацистов. (16+)

ДОКТОР
10.00, 10.30 Большой скачок. (12+)

10.55 Шифры нашего тела. Известные органы. Гипоталамус. Гипофиз. Эпифиз. (12+)

суббота! СУББОТА!
05.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилишки». Мультсериалы. (0+)

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

СТС LOVE
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

TV 21 ВЕК
07.00, 15.00, 23.00 «СЕКРЕТНАЯ СЛУЖБА ЕГО ВЕЛИЧЕСТВА». (16+)

УСАДЬБА
07.50 Лучки&Пучки. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА
10.55 Рыбалка в России. (16+)

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

00.30, 13.30, 19.30 Shuffle Dance. (12+)

ПЕРВЫЙ



05.00 Телеканал «Доброе утро»

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
16.50 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Информационный канал. (16+)
19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
21.45 «ЗА ПОЛЧАСА ДО ВЕСНЫ». (12+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 ПОДКАСТ.ЛАБ «Космические истории». (16+)
00.40 ПОДКАСТ.ЛАБ «Собрались с мыслями». (16+)
01.25 ПОДКАСТ.ЛАБ «Песняры» моей жизни». (16+)
02.05 ПОДКАСТ.ЛАБ «Жизнь замечательных». (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ «Легкие деньги». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
05.25 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА». (16+)
06.05 «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+)
Любой человек в Ламани может купить себе мясо, которое бегаёт. Он может его съесть...
22.25 «СВОИ-5». (16+)
23.10 «СВОИ-3». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «СЛЕД». (16+)
03.05 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

РОССИЯ 1



17.30 «60 минут». (12+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Кто против?» (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
Чем живёт большая страна, каких свершений добиваются наши люди, какие испытания приходится им преодолевать, какие духовные открытия происходят в их жизни - обо всём этом открыто расскажут гости.
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ДОРОГА К СЧАСТЬЮ». (12+)
После выпускного на Аню нападает неизвестный с ножом. Она заявляет в полицию об изнасиловании. Это уже не первый случай в посёлке, две девушки до неё были убиты. Но примет преступника нет. Бывшая девушка Артёма - Наташа - после расставания находится в глубокой депрессии.
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.00 «45-й Московский Международный кинофестиваль. Торжественное открытие»
03.10 «ОТЕЦ». (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.05 13.20 15.05 03.10 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. КРЫМ». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 18.00 20.30 Новости дня. (16+)
09.20 «ДВА КАПИТАНА». (12+)
11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
15.00 Военные новости. (16+)
18.20 «Специальный репортаж». (16+)
18.55 «Битва оружейников». (16+)
19.40 «Код доступа». (12+)
22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
23.25 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕННЫЙ ВЕСНЫ». (12+)

ТВУ



18.25 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: ЧЕМ СЕРДЦЕ УСПОКОИТСЯ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...». (16+)
08.45 «ТАЕЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ: ОХОТА НА МАМОНТА». (12+)
10.40 «Большие деньги советского кино». (12+)
11.30 События
11.50 «ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ: НИЧЕГО ЛИЧНОГО». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ-2». (12+)
16.55 «Дети против звездных родителей». (16+)
17.50 События
18.10 «Петровка, 38». (16+)
18.25 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: ЧЕМ СЕРДЦЕ УСПОКОИТСЯ». (12+)
Россия, 2022 г. Детектив.
22.00 События
22.40 «10 самых...». (16+)
23.10 «Дорогие товарищи. Зять генсека». (12+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «90-е. Золото партии». (16+)
01.25 «Никита Хрущёв. Как сказал, так и будет!» (12+)
02.05 «Лени Рифеншталь. Остаться в Третьем рейхе». (12+)
02.50 «Осторожно, мошенники!» (16+)
04.40 «Большие деньги советского кино». (12+)
05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР

- 06.00 22.30 «Моя история». (12+)
06.30 16.05 00.05 «Вхутемас. Четвёртая мировая революция». (12+)
07.30 11.00 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 13.00 14.00 15.00 19.00 Новости
08.05 08.35 09.05 09.35 13.10 14.05 19.20 ОТражение
10.10 18.05 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ-2». (16+)
11.30 «КСЕНИЯ, ЛЮБИМАЯ ЖЕНА ФЁДОРА». (12+)
15.10 23.10 «БЕРЕЗКА». (12+)
17.00 «Коллеги». (12+)
17.45 «Большая страна: территория тайн». (12+)
21.00 «ОРЁЛ И РЕШКА». (12+)
01.05 ОТражение. Главное. (12+)

НТВ



22.10 «МЕТОД МИХАЙЛОВА». (16+)

- 04.50 «ПЛЯЖ. ЖАРКИЙ СЕЗОН». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
В КТЦ готовится операция по ликвидации лагеря террористов, изготавливающих взрывчатку из боеприпасов, оставшихся после Второй мировой войны.
13.00 «Сегодня»
13.30 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «НЕВСКИЙ. РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (16+)
Лесник выясняет, что его машину с охранником взорвал авторитет по кличке Черкас, находит его и убивает. Криминальные авторитеты решают избавиться от Лесника.
22.10 «МЕТОД МИХАЙЛОВА». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «МЕТОД МИХАЙЛОВА». (16+)
00.50 «Поздняков». (16+)
01.00 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
01.50 «УГРО». (16+)

МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.35 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 21.00 21.40 22.00 22.25 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 «Новости». (16+)
11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
12.45 15.45 18.25 «Время новых». (12+)
13.40 16.50 20.50 01.20 «The City». (12+)
13.45 16.45 «Доктор 24». (12+)
18.15 «Интервью». (12+)
18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
21.20 23.40 04.20 «Московский патруль». (16+)
23.15 02.15 «Рейд 112». (16+)
00.10 «Ночью The City». (18+)

РОССИЯ К



22.15 «ОБИТЕЛЬ»

- 06.30 07.00 07.30 10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 Легенды мирового кино
07.35 14.10 «Математика и подъем цивилизации»
08.20 «Дороги старых мастеров»
08.30 «Жизнь и судьба»
08.50 «ИРКУТСКАЯ ИСТОРИЯ»
10.15 «Наблюдатель»
11.15 23.40 ХХ век
12.45 Новости. Подробно. Театр
13.00 19.00 «Почерк эпохи с Кириллом Кяро»
13.30 Абсолютный слух
15.00 «2 Верник 2»
15.50 02.05 «Твербуль, или Пушкинская верста»
16.30 23.15 Рэгтайм, или Разорванное время
17.15 «Пряничный домик»
17.45 00.55 Пианисты XX века
19.45 Главная роль
20.05 Открытая книга
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 «Сталкер». Кого же мне водить туда?»
21.30 «Энигма»
22.15 «ОБИТЕЛЬ»
Артем получает шанс отомстить своим мучителям. Приехавшая из Москвы комиссия отправляет его в карцер...
02.45 Цвет времени
03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 07.00 09.30 «Новости МО»
06.00 «Школа архитектуры»
06.25 08.05 08.35 13.40 14.40 16.20 17.40 «Внимание! Еда!» (12+)
06.50 18.15 «Наставники». (12+)
08.00 08.30 09.00 11.30 12.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 20.00 21.00 22.00 «Новости 360». (16+)
10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
11.05 11.40 «Быстрые деньги»
12.30 «Кругосветка по Подмосковию». (12+)
13.00 «Викторина 360».
14.10 «Самое вкусное». (12+)
15.10 15.35 16.10 00.00 00.30 «Открытие Китая». (12+)
16.30 «Вкусно, как в кино»
17.10 «Поездка со вкусом»
18.25 «Семь веков Сергея Радонежского». (12+)
20.15 «Док. кино». (16+)
21.05 «Невероятная наука-2»
22.15 «Шестое чувство». (12+)

СТС



12.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Лунтик». (0+)
08.00 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
09.00 Уральские пельмени. (16+)
09.40 «ЛЕВ ЯШИН. ВРАТАРЬ МОЕЙ МЕЧТЫ». (6+)
Россия, 2019 г. Биографическая спортивная драма. В ролях: Александр Фокин, Юлия Хлынина, Александр Ермаков. 1949 год. Заменяв знаменитого Хомича, молодой вратарь Лев Яшин играет первую игру в основном составе московского «Динамо» и пропускает гол в пустые ворота.
12.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
18.30 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
20.00 «БОГИ ЕГИПТА». (16+)
США - Австралия, 2016 г. Фэнтези. В ролях: Брентон Туэйтс, Джерард Батлер, Николай Костер-Вальдау. Некогда мирное и процветающее Египетское царство погружается в хаос: беспощадный бог тьмы Сет убивает своего брата Осириса и узурпирует трон.
22.30 «ВОЙНА БОГОВ. БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)
00.40 «ВОЙНА МИРОВ». (16+)
02.35 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
05.00 «6 кадров». (16+)
05.20 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.10 06.20 06.30 07.00 07.15 16.50 23.50 02.10 03.35 04.05 Мой район. (12+)
07.30 «Юмор на все времена». (12+)
08.15 14.45 «ВИЗИТ К МИНОТАВРУ». (12+)
09.25 «Тайны нашей эстрады». (12+)
09.55 16.00 02.50 05.20 «Тайны кино». (12+)
10.45 21.05 «ЧАСТНОЕ ЛИЦО». (12+)
11.55 20.00 «И СНОВА АНИСКИН». (12+)
13.10 22.20 «ВЫСОКИЙ БЛОНДИН В ЧЁРНОМ БОТИНКЕ». (12+)
17.50 Звёзды советского экрана. (12+)
18.15 00.25 «ЗАГАДОЧНЫЕ УБИЙСТВА АГАТЫ КРИСТИ». (16+)

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>05.00 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Неизвестная история». (16+)</p> <p>17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «ВЛАСТЬ ОГНЯ». (12+)</p> <p>22.00 «Смотреть всем!» (16+)</p> <p>00.30 «ПО ДОЛГУ СЛУЖБЫ». (18+)</p>	<p>09.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p> <p>08.30 «Хочу перемен». (16+)</p> <p>09.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)</p> <p>18.00 «ОЛЬГА». (16+)</p> <p>21.00 «ДРУГ НА ЧАС». (16+)</p> <p>22.00 «Женский стендап. Дайджесты-2022». (16+)</p> <p>23.00 «Концерты». (16+)</p> <p>Ваше любимое шоу возвращается в эфир. Пока вы по несколько раз пересматривали все предыдущие выпуски, TNT решил порадовать вас чем-то новеньким. Это второй сезон вашего любимого проекта.</p> <p>00.00 «Импровизация». (16+)</p> <p>01.00 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>02.40 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>05.00 «Открытый микрофон». (16+)</p> <p>06.35 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p>	<p>11.15 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>06.00 Утренние гадания. (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>07.30 «Снежная королева: Огонь и лёд». (6+)</p> <p>09.15 Утренние гадания. (16+)</p> <p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>11.15 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>12.20 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 Охотники за привидениями. (16+)</p> <p>14.00 Любовная магия. (16+)</p> <p>14.30 Гадалка. (16+)</p> <p>17.20 «Слепая». (16+)</p> <p>20.30 «ПО ТУ СТОРОНУ СМЕРТИ». (16+)</p> <p>Солдаты под руководством Точилина безуспешно ищут бункер. На острове появляются трое японских рыбаков, спасенные с тонущего судна.</p> <p>22.45 «ЭФФЕКТ КОЛИБРИ». (16+)</p> <p>00.45 «ТВОЙ МИР». (16+)</p> <p>04.00 «Властители». (16+)</p> <p>05.30 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>06.00 Идеальный ужин. (16+)</p> <p>06.30 Улётное видео. Самое смешное. (16+)</p> <p>07.10 Улётное видео. Топ-35. (16+)</p> <p>Новое остросюжетное шоу на телеканале «Че!». Популярный ведущий Артем Хворостухин собрал для тебя самые яркие сюжеты со всего мира.</p> <p>08.00 «+100500». (16+)</p> <p>10.30 Решала. (16+)</p> <p>12.30 Охотники. (16+)</p> <p>13.30 Решала. (16+)</p> <p>14.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)</p> <p>16.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>20.00 Решала. (16+)</p> <p>21.00 Охотники. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>03.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)</p> <p>05.00 Идеальный ужин. (16+)</p>	<p>07.05 Все на Матч!</p> <p>06.00, 14.25 «Лучшие из лучших». (12+)</p> <p>06.30 «Вид сверху». (12+)</p> <p>07.00, 10.00, 12.55, 14.55, 16.50, 02.55 Новости</p> <p>07.05, 15.30, 00.00 Все на Матч!</p> <p>10.05, 12.35 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>10.25, 16.55 Футбол. Лига чемпионов. Обзор. (0+)</p> <p>11.25 Самбо. Чемпионат Европы. (0+)</p> <p>13.00 «Есть тема!»</p> <p>15.00 «Большой хоккей». (12+)</p> <p>17.55 Плавание. Чемпионат России. Пр.тр.</p> <p>19.40 Футбол. АЗ - «Андерлехт». Лига конференций. Пр.тр.</p> <p>21.45 Футбол. «Севилья» - «Манчестер Юнайтед». Лига Европы. Пр.тр.</p> <p>00.55 Футбол. «Спортинг» - «Ювентус». Лига Европы. (0+)</p> <p>03.00 Баскетбол. (0+)</p>	<p>13.25 «Верну любимого». (16+)</p> <p>06.30 05.20 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>08.05 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>09.05 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>10.35 Забота о важном. (16+)</p> <p>10.40 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>11.15 04.30 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>12.20 «Порча». (16+)</p> <p>12.50 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.25 03.35 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.00 04.05 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.35 «ВСЁ РАВНО ТЫ МОЯ». (16+)</p> <p>19.00 «АТЕЛЬЕ СЧАСТЬЯ». (16+)</p> <p>22.05 Забота о важном. (16+)</p> <p>22.10 «АТЕЛЬЕ СЧАСТЬЯ». (16+)</p> <p>23.05 «НАМ НЕ ЖИТЬ ДРУГ БЕЗ ДРУГА». (16+)</p> <p>02.45 «Порча». (16+)</p> <p>03.10 «Знахарка». (16+)</p>	

СТРАНА СОВЕТОВ

Положа руку на сердце, мало кто мечтает провести свободное время за уборкой.

Но когда необходимость в этом мероприятии все-таки наступает (перед Пасхой, например), можно пойти двумя путями: растянуть «удовольствие» на много часов или прислушаться к нашим советам и справиться с задачей легко и быстро. Если вы выбираете второй путь, гарантируем: генеральная уборка превратится в праздник! Потому что скорость и простота ее выполнения обязательно поднимут вам настроение.

Пункт за пунктом

Для начала определите для себя объем работы, который обязательно нужно выполнить, и распишите все по пунктам, постепенно вычеркивая те дела, которые позади. Возьмите коробку, в которую можно будет класть все, что лежит не на своем месте. Разобрать коробку в конце уборки будет легче, чем убирать каждую вещь сразу. Слишком велик будет соблазн переключиться на другой вид деятельности и затянуть с наведением порядка надолго.

Генеральная уборка как праздник к празднику

Не надо убирать лишнее

Пожалуй, первое, что стоит сделать, – избавиться от лишних вещей. Нет никакого смысла раскладывать по местам то, чем вы не пользуетесь. Лучше отдайте вещи тем, кто в них действительно нуждается.

Удобнее всего избавляться от лишнего по категориям. Например, можно начать с одежды. Переберите верхнюю одежду, потом свитера, джинсы и прочее. В ванной осмотрите все тюбики и флакончики. Скорее всего, некоторым уже давно пора переместиться в мусорное ведро. А сколько мелких бумажек можно найти в прихожей или на рабочем столе!

После того, как самый важный и длительный этап пройден, поздравьте себя с появлением свободного пространства и продолжайте двигаться к намеченной цели.



КСТАТИ

Места грязи

Не только генеральная, но и еженедельная уборка пойдет быстрее, если ежедневно убирать грязь и пыль в местах, где они больше всего скапливаются: около входной двери, в зоне лотка домашнего животного, около кухонной раковины и мусорного ведра.

Дом открывает глаза

Окна – глаза дома, а чистые окна – чистые глаза, в которых много света, тепла и счастья. Постирайте шторы, вымойте окна, и пусть они сверкают и блестят на солнце, зазывая в дом весну.

Помойте люстры, протрите пыль, начиная сверху, заканчивая нижними полками.

Далее снимите зеркала, картины и сотрите шваброй с насадкой из микрофибры со стен пыль и паутины в углах. Протрите картины с зеркалами и верните их на свое законное место. Протрите дверные ручки и выключатели влажной салфеткой.

Дело коллективное

Конечно, в каждой семье и дети разного возраста, и вопрос занятости разный. Но привлекать к уборке всех домочадцев – это правильно. Ведь квартирой пользуются все. Главное – нагрузка по силам.

Если организовать хранение небольших предметов в корзинах или контейнерах, то процесс уборки пойдет гораздо быстрее. Например, протереть полку, на которой косметика или игрушки сложены в органайзер, можно гораздо быстрее, чем переносить отдельно каждый предмет и возвращать на свое место после протирания поверхности.

Разделив процесс генеральной уборки на три этапа: сортировка вещей и выброс ненужного, сухая уборка (с помощью пылесоса, веника и салфетки) и влажная уборка (мытьё полов шваброй), а также действуя по написанному пунктам плана, можно гораздо быстрее и легче завершить процесс наведения чистоты.

Светлана СИДОРЧУК

КИНО И СЕРИАЛЫ

Table with columns: МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ, TV1000, VIJU TV1000, TV1000, VIJU TV1000 РУССКОЕ, ДОМ КИНО, ДОМ КИНО. Contains program listings for Mosfilm Golden Collection, TV1000, and Home Cinema.

Table with columns: ИЛЛЮЗИОН+, РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН, КИНОКОМЕДИЯ, РОДНОЕ КИНО. Contains program listings for Illuzion+, Russian Illuzion, Kinokomedia, and Rodnoe Kino.

Table with columns: РУССКИЙ РОМАН, CINEMA, red .RED, ПЕТРО. Contains program listings for Russian Roman, Cinema, Red, and Petro.

Table with columns: СУББОТА!, СУББОТА!, ФЕНИКС ПЛЮС КИНО, CTC LOVE, TV 21 ВЕК. Contains program listings for Subbota!, Feniks Plus Kino, CTC Love, and TV 21 Vek.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

Table with columns: МИР, ПОБЕДА, ПЯТНИЦА, Ю. Contains program listings for Mir, Pobeda, Pjattitsa, and Yu.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

Table with columns: 365 ДНЕЙ ТВ, HISTORY, VIJU HISTORY, ДОКТОР. Contains program listings for 365 Days TV, History, Viyu History, and Doktor.

Table with columns: УСАДЬБА, ОХОТА И РЫБАЛКА, ЖИВИ!. Contains program listings for Usad'ba, Ohoty i Rybalka, and Zivi!

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

1 ПЕРВЫЙ



19.45 «Поле чудес». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
 09.00 Новости (с субтитрами)
 09.20 «Ураза-Байрам». Трансляция из Уфимской соборной мечети
 10.00 «Жить здорово!» (16+)
 10.50 Информационный канал. (16+)
 12.00 Новости (с субтитрами)
 12.15 Информационный канал. (16+)
 15.00 Новости (с субтитрами)
 15.15 Информационный канал. (16+)
 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
 16.50 Информационный канал. (16+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)
 19.45 «Поле чудес». (16+)
 21.00 «Время»
 21.45 Премьера. «ГОЛОС» весны в обновленном составе. (12+)
 23.55 «Вызов. Первые в космосе». (12+)
 00.55 ПОДКАСТ.ЛАБ «Произвольная программа». (16+)
 01.35 ПОДКАСТ.ЛАБ «Неформат». (16+)
 02.15 ПОДКАСТ.ЛАБ «Антропология». (16+)
 02.55 ПОДКАСТ.ЛАБ «Пусть не говорят, пусть читают». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
 05.45 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА». (16+)
 07.20 «СВОИ-5». (16+)
 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+)
 23.10 «Светская хроника». (16+)
 00.15 Они потрясли мир. (12+)
 01.00 «БАРС». (16+)
 Россия, 2017 г. Детектив. В ролях: Алексей Чумаков, Анна Снаткина, Лариса Удовиченко. Александр Барс - автор серии невероятно популярных детективов.

РОССИЯ 1 РОССИЯ



14.55 «Кто против?» (12+)

- 05.00 Утро России
 09.00 Праздник Ураза-Байрам. Прямая трансляция из Московской Соборной мечети
 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 Прямой эфир. (16+)
 17.30 «60 минут». (12+)
 20.00 Вести
 21.05 Вести. Местное время
 21.20 «ДОРОГА К СЧАСТЬЮ». (12+)
 Матвей скорбит о потере друга и помощника Олега, которого взорвали в его машине. Теперь Матвей остался один в своём бизнесе. Артём вместе с другом Вовкой отправляются в кино и по дороге встречают Наташу. Умирает бабушка Ани. У её могилы Матвей обещает, что Аню в обиду не даст. Вскоре Аня узнаёт, что у Артёма есть невеста.
 23.25 «Улыбка на ночь». (16+)
 Как всегда в пятницу вечером, Евгений Петросян и его друзья сделают всё возможное, чтобы развеселить зрителей.
 00.30 «ПЕРЕКАТЫ СУДЬБЫ». (16+)
 03.45 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА». (16+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 04.45 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. КРЫМ». (16+)
 06.35 09.20 12.05 13.20 15.05 «ГАИШНИКИ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
 09.00 13.00 18.00 Новости дня. (16+)
 15.00 Военные новости. (16+)
 17.10 18.40 «ТОЧКА ВЗРЫВА». (16+)
 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
 23.00 Музыка+. (12+)
 00.10 «ВОЖДЬ БЕЛОЕ ПЕРО». (12+)
 01.30 «ДВА КАПИТАНА». (12+)
 03.05 «КОНТРАБАНДА». (12+)
 04.35 «Перелом. Хроника Победы». (16+)

ТВЦ ТВЦ



18.10 «Петровка, 38». (16+)

- 06.00 «Настроение»
 08.00 «Большое кино». (12+)
 08.35 11.50 «ТАЕЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ: ЖИВАЯ ВОДА». (12+)
 11.30 События
 12.35 «ИГРА В УБИЙСТВО». (12+)
 14.30 События
 14.50 Город новостей
 15.00 «ИГРА В УБИЙСТВО». (12+)
 16.55 «Закулисные войны. Центральное телевидение». (12+)
 17.50 События
 18.10 «Петровка, 38». (16+)
 18.25 «СЛЕПОЙ МЕТОД». (12+)
 Россия, 2022 г. Детектив. В ролях: Дмитрий Исаев, Евгения Вайс. Новый клиент сиделки Ксении Воронцовой - Анатолий Акимов, бывший следователь, чудом выживший после покушения. Пуля попала в голову и лишила его зрения, профессии, будущего. Осталась одна цель в жизни: найти и покарать того, кто это сделал.
 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
 «Хорошие песни». (12+)
 23.00
 00.10 «ТРЕМБИТА». (6+)
 01.40 «СВАДЕБНЫЕ ХЛОПОТЫ». (12+)
 04.35 «Петровка, 38». (16+)
 04.50 «10 самых...» (16+)
 05.15 «Королевы комедий». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 «Коллеги». (12+)
 06.40 «Вхутемас». (12+)
 07.30 10.55 «Календарь». (12+)
 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 13.00 14.00 15.00 19.00 Новости
 08.05 08.35 09.05 09.35 13.10 14.05 19.20 ОТражение
 «Преодоление». (12+)
 10.10 «Королевский бутерброд». (12+)
 11.20 «ОРЕЛ И РЕШКА». (12+)
 15.10 «Человек и судьба». (12+)
 15.35 «На приёме у главного врача». (12+)
 16.15 «Песня остаётся с человеком». (12+)
 16.30 «Вспомнить всё». (12+)
 17.00 «Полтора кота». (16+)
 17.25 «СЕМЬЯ ИВАНОВЫХ». (12+)
 21.00 «СОСЕДКА». (16+)
 22.45 «Свет и тени». (16+)
 23.10 «ВОЛЧОК». (18+)
 00.35 «ТЕЛЕЦ». (12+)

НТВ НТВ



22.10 «МЕТОД МИХАЙЛОВА». (16+)

- 04.45 «ПЛЯЖ. ЖАРКИЙ СЕЗОН». (16+)
 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
 08.00 «Сегодня»
 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
 10.00 «Сегодня»
 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
 К Бате за помощью обращается его сослуживец по горячим точкам полковник Сафонов, много лет назад поставивший под угрозу ответственную операцию.
 13.00 «Сегодня»
 13.30 «Чрезвычайное происшествие»
 14.00 «Место встречи»
 16.00 «Сегодня»
 16.45 «ДНК». (16+)
 17.55 «Жди меня». (12+)
 19.00 «Сегодня»
 20.00 «НЕВСКИЙ. РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (16+)
 Семенов встречается с Фомой, и тот ему рассказывает, что с ним произошло с того момента, когда он якобы умер у него на руках.
 22.10 «МЕТОД МИХАЙЛОВА». (16+)
 00.00 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)
 02.00 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
 02.25 «Квартирный вопрос». (0+)
 03.20 «УГРО». (16+)

МОСКВА 24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
 11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.35 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 21.00 21.40 22.00 22.25 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00
 04.00 «Новости». (16+)
 11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
 12.45 15.45 18.25 «Время новых». (12+)
 13.40 16.50 20.50 01.20 «The City». (12+)
 13.45 16.45 01.15 «Доктор 24». (12+)
 18.15 «Интервью». (12+)
 18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
 21.20 23.40 04.20 «Московский патруль». (16+)
 23.15 02.15 «Рейд 112». (16+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



10.15 Шедевры старого кино

- 06.30 07.00 07.30 10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
 06.35 «Пешком...»
 07.05 Легенды мирового кино
 07.35 14.10 «Математика и подъем цивилизации»
 08.30 «Жизнь и судьба»
 08.50 «ИРКУТСКАЯ ИСТОРИЯ»
 10.15 Шедевры старого кино
 11.45 «Первые в мире»
 12.00 Открытая книга
 12.45 17.40 «Забывтое ремесло»
 «Ловец пиваков». Это забытое ремесло ловца пиваков известно сейчас только по произведениям классической литературы.
 13.00 «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро
 13.30 Власть факта
 15.00 «Энигма»
 15.45 «Человек эры Кольца. Иван Ефремов»
 16.30 Рэгтайм, или Разорванное время
 17.15 Письма из провинции
 17.55 Пианисты XX века
 18.45 «Билет в Большой»
 19.45 «Смехоносталия»
 20.15 Линия жизни
 21.10 01.40 «Искатели»
 21.55 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ КЛОУН»
 23.20 «2 Верник 2»
 00.10 «ГАРОЛЬД И МОД»
 02.25 «Конфликт». «Легенды перуанских индейцев»
 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 09.30 «Новости МО». (16+)
 06.00 «Школа архитектуры»
 06.30 Ураза-байрам
 07.30 18.15 «Наставники». (12+)
 07.40 22.50 «Прогулка». (12+)
 08.00 08.30 09.00 11.30 12.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 20.00 21.00 «Новости 360». (16+)
 08.05 08.35 13.40 14.40 16.20 17.40 «Внимание! Еда!»
 10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
 11.05 11.40 «Быстрые деньги»
 12.30 «Кругосветка». (12+)
 13.00 «Викторина 360»
 14.10 «Самое вкусное». (12+)
 15.10 15.35 16.10 00.00 00.30 «Открытие Китая». (12+)
 16.30 «Вкусно, как в кино»
 17.10 «Поездка со вкусом»
 18.25 «Семь веков Сергея Радонежского». (12+)
 20.15 21.05 01.00 «Невероятная наука-2». (12+)
 22.00 «Подмосковные игрушки»

СТС СТС



08.00 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
 07.00 «Лунтик». (0+)
 08.00 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
 09.00 «ВОЙНА БОГОВ. БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)
 США, 2011 г. Фэнтезийный боевик. В ролях: Генри Кавилл, Микки Рурк. Одержимый жаждой власти царь Гиперион хочет уничтожить род людской и низвергнуть богов. С помощью божественного Эпирского Лука он освобождает Титанов от тысячелетнего заточения в горах Тартара.
 11.05 Уральские пельмени. (16+)
 11.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
 19.30 Премьера! Шоу «Уральских пельменей». (16+)
 21.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
 22.30 Премьера! Битва каверов. (16+)
 00.30 Премьера! Импровизаторы. (16+)
 01.30 «БЕЗ ГРАНИЦ». (12+)
 Россия, 2015 г. Романтическая комедия. В ролях: Инна Чурикова, Олег Басилашвили. Фильм о настоящей любви: яркой и страстной, зрелой и беспощадной, наивной и нелепой, счастливой и не очень.
 03.00 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
 05.00 «6 кадров». (16+)
 05.20 «Мультфильмы». (0+)
 05.50 Ералаш. (0+)
 06.10 06.20 06.30 06.55 07.15 16.50 17.20 00.30 02.15 02.25 Мой район. (12+)
 07.25 09.55 «Юмор на все времена». (12+)
 08.15 14.40 «ВИЗИТ К МИНОТАВРУ». (12+)
 09.30 «Тайны нашей эстрады». (12+)
 10.45 21.05 «ЧАСТНОЕ ЛИЦО». (12+)
 12.05 20.00 «И СНОВА АНИСКИН». (12+)
 13.15 22.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ ВЫСОКОГО БЛОНДИНА». (12+)
 16.00 «Тайны кино». (12+)
 17.50 Звёзды советского экрана. (12+)
 18.15 00.40 «ЗАГАДОЧНЫЕ УБИЙСТВА АГАТЫ КРИСТИ». (16+)
 23.45 «Золотая рыбка». (16+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

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

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>05.00 18.00 03.50 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Документальный проект». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>17.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «21 МОСТ». (16+)</p> <p>21.30 «БАРРАКУДА». (16+)</p> <p>23.00 Бойцовский клуб РЕН ТВ. Суперсерия. Прямая трансляция. (16+)</p> <p>00.30 «ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА». (18+)</p> <p>02.05 «СТЕЛС». (12+)</p>	<p>23.00 «Stand up». (18+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p> <p>09.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>17.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>Шоу «Однажды в России» честно рассказывает о наших российских реалиях, именно поэтому получается остро, реалистично и очень смешно. На две обычные российские беды - дураки и дороги - здесь приходится ещё минимум триста: кино, спорт, политика, шоу-бизнес... и так ещё 296 пунктов.</p> <p>21.00 «Комеди Клуб». (16+)</p> <p>23.00 «Stand up». (18+)</p> <p>00.00 «ЛЮБОВЬ И МОНСТРЫ». (16+)</p> <p>01.40 «Импровизация. Команды. Дайджест». (16+)</p> <p>03.20 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>04.50 «Открытый микрофон». (16+)</p> <p>06.30 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p>	<p>11.15 Новый день. (12+)</p> <p>06.00 Утренние гадания. (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>07.30 «Снежная королева: Зазеркалье». (6+)</p> <p>09.15 Утренние гадания. (16+)</p> <p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>11.15 Новый день. (12+)</p> <p>11.50 «Слепая». (16+)</p> <p>12.20 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 Охотники за привидениями. (16+)</p> <p>14.00 Гадалка. (16+)</p> <p>14.30 Вернувшиеся. (16+)</p> <p>15.40 Врачи. (16+)</p> <p>16.50 «ГЕНИАЛЬНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+)</p> <p>Испания, Франция, 2021 г. Боевик.</p> <p>21.45 «ОГРАБЛЕНИЕ ПО-ДЖЕНТЛЬМЕНСКИ». (16+)</p> <p>23.45 «ШПИОН, КОТОРЫЙ МЕНЯ КИНУЛ». (16+)</p> <p>01.45 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>05.15 «Властиители». (16+)</p>	<p>16.00 Утилизатор. (16+)</p> <p>06.00 Идеальный ужин. (16+)</p> <p>06.30 Утилизатор. (16+)</p> <p>Ведущий проекта Юрий Сидоренко продолжит избавлять города России от автохлама. Правила проекта остались прежними, но теперь к вопросам на автомобильную тематику добавится вопрос о родном городе участников. После викторины герои выбирают: забрать выигранную сумму и утилизировать свой автомобиль или подарить ему вторую жизнь, отремонтировав его.</p> <p>15.00 Утилизатор с Настей Туман. (16+)</p> <p>16.00 Утилизатор. (16+)</p> <p>18.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>20.40 «+100500». (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>03.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)</p> <p>05.00 Идеальный ужин. (16+)</p> <p>05.50 Утилизатор. (12+)</p>	<p>16.55 Плавание. Чемпионат России.</p> <p>06.00, 14.25 «Лучшие из лучших». (12+)</p> <p>06.30 «Большой хоккей». (12+)</p> <p>07.00, 10.00, 12.55, 14.55, 16.50, 02.55 Новости</p> <p>07.05, 15.30, 21.45 Все на Матч!</p> <p>10.05, 00.15 «Небесная грация». (0+)</p> <p>10.25 Футбол. Еврокубки. Обзор. (0+)</p> <p>11.25 Самбо. Чемпионат Европы. (0+)</p> <p>12.35, 00.35 Лица страны. (12+)</p> <p>13.00 «Есть тема!»</p> <p>15.00 Что по спорту? (12+)</p> <p>16.55 Плавание. Чемпионат России. Пр.тр.</p> <p>19.15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. Кубок Гагарина. Пр.тр.</p> <p>22.30 Смешанные единоборства. One FC. (16+)</p> <p>00.55 Баскетбол. «Зенит» - УНИКС. Единая лига ВТБ. 1/2 финала. (0+)</p> <p>03.00 Смешанные единоборства. Пр.тр.</p>	<p>14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>06.30 05.15 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>08.05 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>09.05 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>10.35 Забота о важном. (16+)</p> <p>10.40 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>11.15 04.10 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>12.20 02.25 «Порча». (16+)</p> <p>12.50 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.25 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.00 03.45 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.35 «Я ТЕБЯ НЕ ОТПУЩУ». (16+)</p> <p>19.00 «ДВОЕ НА КРАЮ». (16+)</p> <p>22.55 «ЛЮБОВЬ С ЗАКРЫТЫМИ ГЛАЗАМИ». (16+)</p> <p>02.50 «Знахарка». (16+)</p> <p>03.15 «Верну любимого». (16+)</p> <p>05.00 «6 кадров». (16+)</p>

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 17 ПО 23 АПРЕЛЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Коммуникабельность Овнов помогает легко заводить дружбу на рабочем месте, но порой именно это мешает выполнению профессиональных обязанностей. Поэтому старайтесь не отвлекаться слишком сильно на общение с коллегами. Нацеливайтесь на успех.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
Львам стоит уделить пристальное внимание получаемой информации. Не стоит верить всему, что вы слышите от коллег, друзей или родных. Тщательно обдумывайте свои слова и поступки. Помните, не стоит быть слишком доверчивым, дабы не попасть в неловкую ситуацию.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
Стрельцами на этой неделе будут править благоразумие и доброта. Прекрасное расположение духа поможет вам разрешить многие вопросы. Неожиданные встречи могут принести положительные вести. Также вас ожидают приятные сюрпризы от родных и любимых.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
У Водолеев неделя будет наполнена сюрпризами и романтическим настроением. Все, что вы будете делать, будет связано с вашей второй половинкой либо с ее поиском. Удачное время для культурного просвещения. Дарите себе отдых и больше положительных эмоций.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
У Тельцов наступает время, когда все накопленные знания вы сможете направить на улучшение своей жизненной ситуации и жизни окружающих. Активней передавайте свои открытия и навыки коллегам, им это сейчас необходимо. Родные также ждут позитивного общения с вами.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Жизненный потенциал Дев на этой неделе будет зависеть от их эмоционального состояния. Старайтесь быть милосердными и помогать нуждающимся. Вам воздастся сторицей. Проявляйте больше положительных эмоций и делитесь ими с близкими людьми.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
Звезды готовят Близнецам активную неделю, и не только в работе. Выезды на природу, дружеские встречи, шумные праздники подарят вам заряд позитивной энергии. Не стоит оставаться в одиночестве, проводите время в компании доброжелательных людей (родных, друзей).

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Эту неделю Весам не стоит проводить в одиночестве. Больше общайтесь с коллегами на работе, в свободное время старайтесь бывать в людных местах. Время, проведенное с единомышленниками, позитивно скажется на вашей дальнейшей деятельности.

РАК (22.06 – 22.07)
Раков ждет благоприятный период для завершения тех дел, которые по разным причинам откладывались. Результат действий будет зависеть от вашей целеустремленности и регулярности усилий. В выходные стоит насладиться спокойствием, уютом и теплотой домашнего очага.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Энергичность и остроумие Скорпионов будут радовать окружающих. Вы легко выполните любые поручения. Все намеченные планы будут реализованы. Будьте внимательны к мелочам, не позволяйте себе слишком откровенные разговоры.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Для Козерогов наступает ответственная неделя, когда важно внимательно относиться как к рабочему процессу, так и к личным отношениям. Гасите эмоции, ведь даже небольшая перепалка может вылиться в конфликт. В отношениях с коллегами и близкими проявляйте позитив.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
У Рыб – успешный период во всех сферах жизни. На работе вы можете найти единомышленников для развития нового проекта. В семейных отношениях все прекрасно, нет повода для беспокойства. Вы дарите родным уверенность, а они отвечают вам радостью и любовью.

ЗАМУЧИЛИ ЧАСТЫЕ ПОХОДЫ В ТУАЛЕТ И НЕДЕРЖАНИЕ? ВЫХОД ЕСТЬ!

УРОСТИМОЛ – ЭТО СИЛА И ЗДОРОВЬЕ НА ДОЛГИЕ ГОДЫ

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



Мочеполовая система мужчины и женщины всегда находится под ударом. Особенно часто проблемы возникают с возрастом, когда защитные свойства организма ослабевают, нарушается гормональный баланс, ухудшается регенерация тканей.

Частое мочеиспускание вызывают следующие заболевания мочеполовой системы:

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

Нужно вовремя принять меры и заранее позаботиться о своем здоровье. Не медлите и обратитесь за помощью к специалисту. Не отказывайте себе в здоровой, сексуально активной жизни в любом возрасте.

УРОСТИМОЛ — поможет отрегулировать функции репродуктивной, мочевыделительной, эндокринной, сердечно-сосудистой и нервной систем, поддержит иммунитет.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 17 ПО 23 АПРЕЛЯ

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00** Баскетбол. PARI Чемпионат России - Премьер-лига. Женщины. Финал. (0+)
- 07.50** Новости
- 07.55** Автоспорт. Кросс. Чемпионат России. Трансляция из Грозного. (0+)
- 08.45** «Человек из футбола. Вячеслав Колосков». (0+)
- 09.15** «Ломая правила». Специальный репортаж. (12+)
- 09.30** «Большой хоккей». (12+)
- 10.00, 11.50** Новости
- 10.05** Баскетбол. Единая лига ВТБ. 1/2 финала. «Локомотив-Кубань» (Краснодар) - ЦСКА. (0+)
- 11.55** Шахматы. Матч за звание чемпиона мира. Ян Непомнящий - Дин Лижэнь. Прямая трансляция из Казахстана
- 16.00** Автоспорт. Кросс. Чемпионат России. Трансляция из Грозного. (0+)
- 16.55** Баскетбол. PARI Чемпионат России - Премьер-лига. Женщины. Финал. Прямая трансляция
- 18.55** Страна смотрит спорт. (12+)
- Ведущие и эксперты в прямом эфире обсуждают самые значимые события недели в мире отечественного спорта.
- 19.25** Гандбол. Чемпионат России. OLIMPBET Суперлига. Женщины. ЦСКА - «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону). Прямая трансляция
- 21.00** «Мотобол. Спорт, который есть». Специальный репортаж. (12+)
- 21.20** «Магия большого спорта». (12+)
- 21.50** Автоспорт. Кросс. Чемпионат России. Трансляция из Ростовской области. (0+)
- 22.45** «Есть тема!». (16+)
- 00.00** Плавание. Чемпионат России. Трансляция из Казани. (0+)
- 02.15** Волейбол. Чемпионат России. Рунг Суперлига. Мужчины. 1/2 финала. (0+)
- 03.55** Шахматы. Матч за звание чемпиона мира. Ян Непомнящий - Дин Лижэнь. Трансляция из Казахстана. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00** Муз'итив. (16+)
- 06.00** Каждое утро. (16+)
- 06.40** PRO-новости. (16+)
- 07.00** Тееп чарт. (16+)
- 07.25** Каждое утро. (16+)
- 08.30** МузГорДвиж. (16+)
- 08.40** PRO-новости. (16+)
- 09.00** Русский чарт. (16+)
- 10.00** Брутальити: Эволюция музыкальной музыки. (16+)
- 11.00** #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00** Top-15 Like FM. (16+)
- 13.00** Лига свежих клипов. (16+)
- 13.30** Приехали! (16+)
- 14.00** Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 15.00** PRO-новости. (16+)
- 15.20** В десятку! (16+)
- 16.00** МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 17.00** Лайкер. (16+)
- 18.00** PRO-новости. (16+)
- 18.20** Плейлист | Весна. (16+)
- 19.00** Белые ночи Санкт-Петербурга-2022. (16+)
- 21.00** Танцпол. (16+)
- 23.15** МузГорДвиж. (16+)
- 23.30** DFM - Dance chart. (16+)
- 00.35** Танцпол. (16+)
- 01.00** Ловец слов. (16+)
- 02.00** Муз'итив. (16+)
- 03.00** Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

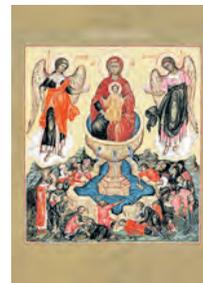
- МУЛЬТ**
- 06.00, 14.30** «Смешарики». (0+)
- 06.35** «Ми-Ми-Мишки. Охрана безопасности». (0+)
- 07.00, 12.00, 16.00** «Время малышей». (0+)
- 08.00, 13.00, 21.00** «Барбоскины». (0+)
- 08.25, 13.25, 20.25** «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00** «Бобр добр». (0+)
- 09.25, 18.30** «Простоквашино». (0+)
- 10.00, 14.00, 17.15, 22.00** «Фиксики. Новенькие». (0+)
- 10.30, 20.00** «Лунтик». (0+)
- 11.00** «Кошечки-собачки». (0+)
- 11.30** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 15.00** «Спина к спине». (0+)
- 15.30** «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 17.00** «Бюро находок». (0+)
- 18.00** «ДиноСити». (0+)
- 19.00** «Геройчики. Хвост О-Раша». (0+)
- 19.20** «Кошечки. Начало». (6+)
- 20.55** «Машины сказки». (0+)
- 21.30** «Турбозавры». (0+)
- 22.30** «Смешарики. Пин-код». (0+)
- 23.00** «Бодо Бородо. БОДПутешествия». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00, 22.50** «Мир за минутку». (0+)
- 05.05** «Тима и Тома». (0+)
- 06.00, 23.50** «Эмми и Гургу». (0+)
- 07.00** «Жужжалка». (0+)
- 07.05, 02.45** «Смешарики». (0+)
- 09.00** «Казупс». (0+)
- 10.00** «ТриО!» (0+)
- 10.20** «Три кота». (0+)
- 12.40** «Царевны». (0+)
- 14.00** «Летающие звери», «Малыши и летающие звери». (0+)
- 15.50, 00.50** «Динозавры». (0+)
- 15.55, 00.55** «Простая арифметика». (0+)
- 16.00, 01.00** «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+)
- 16.05, 01.05** «Спроси у ТриО!» (0+)
- 16.10** «Фиксики». (0+)
- 17.40** «Оранжевая корова». (0+)
- 18.40** «Три кота». (0+)
- 21.00** «Поезд динозавров». (0+)
- 22.55** «Команда Флоры». (0+)
- 01.10** «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
- 02.30** «Каша-малаша». (0+)
- 04.40** «Приключения Ам Няма». (0+)
- ДЕТСКИЙ МИР**
- 06.00, 13.00, 18.00, 01.00** «Фиксики». (6+)
- 06.30, 12.00, 18.30, 00.00** «Панда и Крош». (0+)
- 07.05, 12.35, 19.05, 00.35** «Смешарики». (6+)
- 07.30, 19.30** «Ювик с планеты Ю». (12+)
- 07.40, 13.30, 19.40, 01.30** «Тру и Радужное королевство». (6+)
- 08.25, 15.55, 20.25** «Окнонавты». (0+)
- 08.50, 16.20, 20.50** «Олли: Веселый зовичок». (0+)
- 08.55, 16.25, 20.55** «Металлоны». (6+)
- 09.30, 17.00, 21.30** «Консуни». (6+)
- 10.00, 17.30** «ДиноСити». (0+)
- 10.30, 22.30** «Принцесса и дракон». (12+)
- 11.40, 15.35, 23.40** «Енотки». (0+)
- 14.15, 02.15** «Команда Флоры». (6+)
- 14.25, 02.25** «Чудо-Юдо». (12+)
- 22.00** «Бабушкины сказки». (12+)
- 22.10** «Granny's Fairytales». (12+)
- СОЛНЦЕ**
- 05.00** «Буба». (0+)
- 07.00** «Ералаш». (6+)
- 08.00** «Буба». (0+)
- 10.00** «Простоквашино». (0+)
- 12.00** «Фиксики. Новенькие». (0+)
- 14.00** «Ералаш». (6+)
- 14.40** «КВН. Дети». (6+)
- Первое большое семейное шоу на телеканале «Солнце» про талантливых детей, которые играют во взрослую игру. На «Солнце» зажгутся будущие звезды юмора.
- 15.40** «МАНОНЯ». (6+)
- 17.30** «Академия сверхъестественного». (12+)
- 19.30** «Пришельцы в доме». (6+)
- 21.10** «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ». (12+)
- 23.00** «И СНОВА ГОРЬКО». (16+)
- 00.40** «Ералаш». (6+)
- 01.25** «Маша и Медведь». (0+)
- 02.25** «Ералаш» (субтитры). (6+)
- 04.00** «Буба». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00** День Патриарха. (0+)
- 05.10** «ПОДКИДЫШ». (0+)
- 06.35** Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 08.30** Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.00** Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45** Светлая неделя. (0+)
- 13.15** Простые чудеса. (12+)
- 14.05, 14.30** Монастырская кухня. (0+)
- 15.00** Лики Богородицы. Икона Божией Матери «Животный источник». Икона Божией Матери «Неупиваемая чаша». (0+)
- 15.35** Киево-Печерские Святые. Целители. (0+)
- 16.10** «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ». (0+)
- СССР, 1981 г.
- 17.45** «МАТРОС ЧИЖИК». (0+)
- СССР, 1955 г. В ролях: Михаил Кузнецов, Владимир Емельянов, Анатолий Мельников, Надежда Чередиенко
- 19.30** Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30** Светлая неделя. (0+)
- 22.00** Самая счастливая Пасха в моей жизни. (0+)
- 23.10** День Патриарха. (0+)
- 23.25** «Бесогог». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.15** Простые чудеса. (12+)
- 00.55, 01.50** Святые России. (6+)
- 02.45** Светлая неделя. (0+)
- 03.15** Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

21 апреля
Светлая седмица, сплошная.
Последование в честь Пресвятой Богородицы ради Ее «Животного Источника». Иконы Божией Матери «Животный Источник».



Апп. от 70 Иродиона, Агава, Асинкрита, Руфа, Флегонта, Ерма и иже с ними. Мч. Павлипа. Свт. Келестина, папы Римского. Свт. Нифонта, еп. Новгородского. Прп. Руфа, затворника Печерского. Сщмч. Сергия пресвитера.

Поста нет.

«Если бы не был Бог истинный, то не даровал бы нам искупления, а если бы не был человек истинный, то не преподал бы нам примера».

Свт. Лев Великий

НАША БОЛЬШАЯ ВИКТОРИНА

Психологи считают, что мы, вспоминая прошлое, отмечаем те моменты, когда были счастливы, успешны, молоды и энергичны. Поэтому, наверное, так любят наши бабушки и дедушки рассматривать старые фотографии. А когда фотографии не было, то особенно яркие моменты оставались на полотнах художников. Эту викторину мы решили посвятить русской живописи и графике, которая запечатлела для нас много важного и интересного.

1 В 1762 году к власти в России пришла Екатерина II. Через два года после коронации Екатерина Великая приобрела у берлинского купца коллекцию картин. Известно, что в дальнейшем она скупала по всему миру произведения искусства, чтобы поместить их в своё хранилище. Помогали ей в этом знатоки искусства. В их числе Дидро, скульптор Фальконе, один из братьев Гримм, русский посол во Франции Дмитрий Голицын. А как называется сегодня этот музейный комплекс (с французского переводится как «уединённое убежище отшельника»)?

- а) Кунстмузей. б) Фонтенбло. в) Эрмитаж.

2 В 1856 году свою картину «Искушение» Николай Шильдер ещё не закончил. Это была его первая жанровая картина. По мнению современников, в ней явно прослеживалось сходство с акварелью П.А. Фёдорова «Мышеловка, или Бедной девушке краса – смертная коса». Однако картина настолько понравилась русскому купцу, что он оставил 50 рублей в задаток и вскоре забрал свой первый заказ. Коллекция какого музея началась с картины Шильдера «Искушение»?

- а) Русского музея. б) Третьяковки. в) Музея изобразительных искусств им. Пушкина.



3 Это поистине самая длинная картина хранится в Эрмитаже. Написана она художником Павлом Яковлевичем Пясецким (1843-1921) по заказу Управления строительством Сибирской железной дороги. Панорамные виды строящейся Транссибирской магистрали автор объединил в огромные рулоны (длина некоторых свитков более 100 м). Технические сооружения XIX века соседствуют с сибирскими пейзажами, видами городов и селений от Волги до Владивостока. Картина Пясецкого «Великий Сибирский путь» на Всемирной выставке в Париже в 1900 году получила Большую золотую медаль. Сколько метров акварельного полотна было в панорамной картине первоначально?

- а) 942 м. б) 846 м. в) 798 м.

4 Братья Васнецовы, Василий Михайлович и Аполлинарий Михайлович, подарили нам много интересных работ. Руке Аполлинария принадлежит цикл видов старинной Москвы, эпические пейзажи Подмосковья, Урала, а Виктор приложил свою руку к проекту фасада главного здания Третьяковской галереи. Он же написал знаменитую картину «Богатыри», репродукция которой была помещена во многие учебники. Вспомните, какое оружие держит в левой руке центральный богатырь?

- а) Булаву. б) Копье. в) Меч.

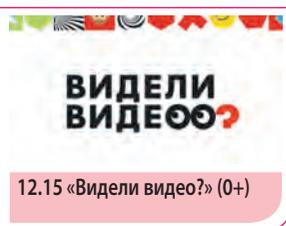
5 «Его художественная скрипка пропела нам о незабываемых красотах русской природы» – так писали современники о пейзажах Исаака Левитана. «Берёзовая роща», «Золотая осень», «Вечерний звон» и многие другие картины прославляют природу Русской земли. Но на одной картине художника – «Осенний день в Сокольниках» – есть одинокая женская фигура. Сам ли Левитан нарисовал её?

- а) Конечно сам, кто же еще. б) Доверил нарисовать другу. в) Попросил нарисовать знакомую женщину-художницу.

ОТВЕТЫ

- 1-в. Слово «эрмитаж» в переводе с французского означает «уединённое убежище».
2-б. Третьяковская галерея. 3-а. Первоначальная длина – 942 м, часть со временем оказалась утраченной, и сегодня длина картины составляет 846 м.
4-б. Копье. 5-б. Фигуру женщины нарисовал молодой художник Н.П. Чехов (брат А.П. Чехова).

1 ПЕРВЫЙ



12.15 «Видели видео?» (0+)

06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
 09.00 «Умницы и умники». (12+)
 09.45 «Слово пастыря». (0+)
 10.00 Новости (с субтитрами)
 10.15 Премьера. «Поехали!» (12+)
 11.10 Премьера. «ПроУют». (0+)
 12.00 Новости (с субтитрами)
 12.15 «Видели видео?» (0+)
13.50 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-4». (12+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 18.20 «Сегодня вечером». (16+)
 21.00 «Время»
 21.35 «Клуб Веселых и Находчивых». Высшая лига. (16+)
23.50 «ВИДИМОСТЬ». (16+)
 01.55 ПОДКАСТ.ЛАБ «Футбол не хоккей». (16+)
 02.35 ПОДКАСТ.ЛАБ «Психика». (16+)
 03.10 ПОДКАСТ.ЛАБ «Собрались с мыслями». (16+)
 03.50 ПОДКАСТ.ЛАБ «Космические истории». (16+)
 04.25 ПОДКАСТ.ЛАБ «Неформат». (16+)
 05.00 ПОДКАСТ.ЛАБ «Легкие деньги». (16+)
 05.35 ПОДКАСТ.ЛАБ «Мелодии моей жизни». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.00 «БАРС». (16+)
08.10 «СВОИ-5». (16+)
 09.45 «Светская хроника». (16+)
10.45 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
18.10 «СЛЕД». (16+)
 00.00 «Известия. Главное». (16+)
01.05 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
 Россия, 2013 г. Криминальный. В ролях: Павел Ильин, Дмитрий Белоголов, Михаил Кондратьев. Окончательно вжившись в свои образы и форменные синие мундиры, строгие, но справедливые телевизионные прокуроры теперь выйдут за пределы судебных залов. Дело неоправданно закрыто, осужден невиновный...

РОССИЯ **1** РОССИЯ



11.40 «Доктор Мясников». (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
 11.40 «Доктор Мясников». (12+)
12.45 «ДЕВЯТЬ ЖИЗНЕЙ». (16+)
 Молодая художница из небольшого городка Маша Трофимова мечтает уехать в Москву и поступить в Суриковское училище. Но у её матери Антонины другие планы - она задумала для дочери брак по расчёту.
 17.00 Вести
 18.00 «Привет, Андрей!» (12+)
 20.00 Вести
21.00 «СТАРое ПИАНИНО». (12+)
 Россия, 2022 г. Мелодрама. В ролях: Елена Аросьева, Виктор Васильев. Медсестра Лариса - дочка профессора, живёт в центре Москвы, в старом доме, где ещё ценят взаимное уважение и добрососедство. Но за последние годы состав жильцов «элитного дома» сильно изменился.
00.35 «БОЛЬ ЧУЖОЙ ПОТЕРИ». (12+)
04.20 «С ЧИСТОГО ЛИСТА». (12+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

05.00 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ». (12+)
06.35 «Я - ХОРТИЦА». (12+)
 08.00 13.00 18.00 Новости дня. (16+)
 08.15 «Морской бой». (6+)
09.40 «В ДОБРЫЙ ЧАС!» (12+)
 11.45 «Легенды музыки». (12+)
 12.10 «СССР. Знак качества». (12+)
 13.15 «Не факт!» (12+)
 13.40 «Война миров». (16+)
 14.30 «Легенды науки». (12+)
 15.15 «Время героев». (16+)
 15.35 «Главный день». (16+)
 16.20 «Битва оружейников». (16+)
17.15 18.30 «СЛУЧАЙ В КВАДРАТЕ 36-80». (16+)
19.20 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (12+)
20.55 «22 МИНУТЫ». (16+)
 22.30 «Звезда-2023». (6+)
00.05 «ДЕРЕВЕНСКИЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)

ТВУ ТВЦ



14.30 События.

06.00 «КАК ВЕРНУТЬ МУЖА ЗА ТРИДЦАТЬ ДНЕЙ». (12+)
 07.30 «Православная энциклопедия». (6+)
08.00 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: ЧЕМ СЕРДЦЕ УСПОКОИТСЯ». (12+)
 11.30 События
 11.45 «Петровка, 38». (16+)
11.55 «ТРЕМБИТА». (6+)
13.40 14.45 «МЕТОД УБОРЩИЦЫ-2». (12+)
 14.30 События
17.30 «МЕТОД УБОРЩИЦЫ-2». (12+)
 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
 22.05 «Право знать!» (16+)
 23.20 События
 23.30 «Хозяйки Белого дома». (16+)
 00.10 «90-е. Крестные отцы». (16+)
 00.55 Специальный репортаж. (16+)
 01.20 «Хватит слухов!» (16+)
 01.45 «Вдовьи слезы». (16+)
 02.25 «Звезды против воров». (16+)
 03.05 «Проклятые звёзды». (16+)
 03.45 «Дети против звездных родителей». (16+)
 04.25 «Закон и порядок». (16+)
 04.50 «Андропов против Политбюро. Хроника тайной войны». (12+)
 05.30 «Закулисные войны. Центральное телевидение». (12+)

ОТР ОТР

06.00 14.05 «Большая страна». (12+)
 06.55 17.00 «Иконы нашего времени». (12+)
 07.20 «Человек и судьба». (12+)
 07.45 «Мультфильмы». (12+)
 09.00 10.05 ОТражение
 09.30 15.05 «Календарь». (12+)
 12.05 «Коллеги». (12+)
 12.45 16.00 «Конструкторы будущего». (12+)
 13.00 «Волшебная флейта». Спектакль. (12+)
 15.30 «Двойной портрет. Самодержец и вождь». (12+)
 16.15 «Свет и тени». (16+)
 16.45 «Хроники быта». (6+)
 17.20 «Диалоги без грима». (6+)
17.35 «НЕПОДСУДЕН». (12+)
 19.05 «Очень личное». (12+)
 19.45 «Ректорат». (12+)
20.25 «КОНТРИБУЦИЯ». (12+)
23.10 «РЕЗНЯ». (16+)
00.25 «ТЕКСТ». (18+)

НТВ



15.20 «Игры разумов». (0+)

04.50 «Жди меня». (12+)
05.40 «ЧУЖОЙ ДЕД». (16+)
 07.25 «Смотр». (0+)
 08.00 «Сегодня»
 08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
 09.20 «Едим дома». (0+)
 10.00 «Сегодня»
 10.20 «Главная дорога». (16+)
 Ведущие покажут итоги длительного теста, который начали ещё в прошлом году! Они проверят, что будет с шинами, если их хранить вопреки всем рекомендациям.
 11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым». (12+)
 12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
 13.00 «Модный vs Народный». (12+)
 14.20 «Своя игра». (0+)
 15.20 «Игры разумов». (0+)
 16.00 «Сегодня»
 16.20 ЧП. Расследование. (16+)
 17.00 «Следствие вели...» (16+)
 19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым
 20.20 «Ты не поверишь!» (16+)
 21.20 «Страна талантов». Новый сезон. (12+)
 00.00 «Международная пилорама» с Тиграном Кеосаяном. (18+)
 00.45 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
 02.10 «Дачный ответ». (0+)
03.00 «УГРО». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

06.00 07.00 08.00 08.30 09.00
 09.30 10.00 10.15 11.00
 11.30 12.00 12.30 13.00
 14.00 15.00 16.00 17.00
 18.00 19.00 20.00 21.00
 22.00 23.00 00.00 01.00
 02.00 «Новости». (16+)
 06.20 17.15 «Время новых. Шоу». (12+)
 06.40 12.45 19.15 «The City прямо». (12+)
 07.30 20.30 «The City». (12+)
 10.25 18.15 «Москва сегодня». (16+)
 13.25 «Куки-внуки». (12+)
 14.30 00.15 «The City. Едим». (12+)
 15.20 «Спецрепортаж». (12+)
 16.30 23.20 04.15 «Сделано в Москве». (12+)
 19.30 02.15 «Доктор 24». (12+)
 21.25 «Откройте, Давид»
 22.25 «Дайджест «Рейд 112»

РОССИЯ **К** РОССИЯ К Культура



22.00 «Агора»

06.30 «Библейский сюжет»
 07.00 02.15 «Мультфильмы»
07.50 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ КЛОУН»
 09.15 «Мы - грамотеи!»
 10.00 19.30 Новости культуры
10.15 «НЕПОДСУДЕН»
 11.45 «Спасительница. Тайна буддийской иконы»
 12.30 «Передвижники»
 13.00 «Страх в саванне»
 14.00 «Рассказы из русской истории»
 15.25 «Феликс Вишневецкий. Меценат советского периода»
16.00 «ПРИВАЛОВСКИЕ МИЛЛИОНЫ»
 СССР, 1972 г. Драма. В ролях: Леонид Кулагин, Владислав Стржельчик, Людмила Хитяева, Андрей Файт. В родной город после длительного отсутствия возвращается молодой наследник уральских заводов - Сергей Привалов - Сергей Привалов. Он одержим идеей улучшить жизнь рабочих. Однако у его опекунов Половодова и Ляховского совсем другие намерения.
 18.40 «Анна Тимирёва. Возлюбленная Колчака»
19.50 «ГОРОДСКОЙ КОВБОЙ»
 22.00 «Агора»
 23.00 Клуб «Шаболовка, 37»
 00.10 Фильм-спектакль «Интимная жизнь»
 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 06.30 «Интервью 360». (12+)
 05.30 «МузейОн». (12+)
 06.00 «Наставники». (12+)
 06.10 «Прогулка». (12+)
 07.00 09.00 «Простая медицина». (16+)
 08.00 01.00 «Будни». (16+)
 10.05 11.10 «Вкусно 360». (12+)
 11.00 12.00 14.00 15.00 20.00 «Новости 360». (16+)
 12.30 «Внимание! Еда!» (12+)
 14.05 14.30 15.05 15.30 «Открытие Китая». (12+)
 16.00 18.00 19.05 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
 16.30 «Охлобыстин в Подмосковье». (12+)
 19.00 «ЧП 360». (16+)
 20.35 «Невероятная наука-2». (12+)
 00.00 «Подмосковные игрушки». (12+)
 02.00 «Шестое чувство». (12+)

СТС СТС



09.00 ПроСТО кухня. (12+)

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+)
 09.30 Премьера! ПроСТО кухня. (12+)
 10.00 Суперниндзя. Секреты сезона. (16+)
 11.10 Суперниндзя. Разбор сезона. (16+)
 12.15 «Принцесса и дракон». (6+)
 13.40 «Стражи терракоты». (12+)
15.55 «БОГИ ЕГИПТА». (16+)
18.25 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК. ВДАЛИ ОТ ДОМА». (16+)
 США, 2019 г. Фантастический боевик. В ролях: Том Холланд, Сэмюэл Л. Джексон, Джейк Джилленхол. Питер Паркер вместе с одноклассниками отправляется на летние каникулы в Европу. Однако отдохнуть вряд ли удастся - по прибытии в Венецию группа попадает в эпицентр сражения.
21.00 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК. ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ». (16+)
23.40 «ВОЙНА МИРОВ Z». (12+)
01.50 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
 05.20 «Мультфильмы». (0+)
 05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.10 01.30 03.20
 «Мой район». (16+)
 08.05 «Юмор на все времена». (12+)
 08.55 «Тайны души». (12+)
09.20 «ДРУГ МОЙ, КОЛЬКА!». (6+)
10.50 «ПУТЕШЕСТВИЕ БУДЕТ ПРИЯТНЫМ». (16+)
 12.10 «Раскрывая тайны звезд». (12+)
13.00 «БОЛЬШОЕ ЗЛО И МЕЛКИЕ ПАКОСТИ». (12+)
16.35 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». (12+)
18.05 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ». (12+)
 19.40 21.55 Тайны кино. (12+)
20.25 «НЕПОДСУДЕН». (12+)
22.40 «ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ». (12+)
00.00 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МТЧ!	ДОМАШНИЙ
09.00 «Минтранс». (16+)	09.00 «Бьюти баттл». (16+)	12.15 «ГЕРАКЛ: НАЧАЛО ЛЕГЕНДЫ». (12+)	09.30 Утилизатор с Настей Туман. (16+)	13.25 Новости	10.10 Пять ужинов. (16+)
05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	07.00 «Сашатаня». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.00 Утилизатор. (12+)	06.00 Смешанные единоборства. Пр.тр.	06.30 «6 кадров». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)	09.00 «Бьюти баттл». (16+)	09.30 Вкусно с Ляйсан. (16+)	09.30 Утилизатор с Настей Туман. (16+)	06.30 «Рецептура». (0+)	07.05 «МОЯ МАМА - НЕВЕСТА». (16+)
08.30 «Новости». (16+)	09.30 «Модные игры». (16+)	10.00 Гадалка. (16+)	10.00 «КАДЕТСТВО». (0+)	07.00, 13.25 Новости	08.25 «ТАРИФ НА ЛЮБОВЬ». (16+)
08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)	10.00 «Битва экстрасенсов». (16+)	12.15 «ГЕРАКЛ: НАЧАЛО ЛЕГЕНДЫ». (12+)	10.00 Россия, 2006 г. Драмеди. В ролях: Александр Головин, Иван Добронравов, Борис Корчевников, Александр Баринков. История о мальчишках, добровольно выбравших судьбу профессиональных военных. Главные герои - три подростка, курсанты Суворовского училища. Их судьбы несхожи - детдомовец, сын мэра города и сын потомственного военного, но все они знают, что значит быть курсантами, которым предстоит нести высокое звание русского офицера.	07.05, 13.30, 15.55, 23.00 Все на Матч!	10.10 Пять ужинов. (16+)
09.00 «Минтранс». (16+)	17.30 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)	14.15 «ТЕМНОЕ НАСЛЕДИЕ». (16+)	16.00 Улётное видео. (16+)	10.00 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. GT4. Пр.тр.	10.25 «РАЙСКИЙ УГОЛОК». (16+)
10.00 Самая полезная программа. (16+)	21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)	16.30 «ГЕНИАЛЬНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+)	20.10 «+100500». (16+)	11.05 Лица страны. (12+)	Россия, 2016 г. Мелодрама. В ролях: Таисия Вилкова, Александр Зарядин. В элитном коттеджном посёлке «Райский уголок» царят мир и покой. Вера, молодая девушка из Белоруссии, устраивается в один из особняков домработницей.
11.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)	23.00 «Женский стендап». (18+)	19.00 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)	23.30 iТопчик-2. (16+)	11.25 Регби. «Красный Яр» - «Металлург». PARI ЧР. Пр.тр.	19.00 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)
14.30 «СОВБЕЗ». (16+)	00.00 «СУПЕР МАЙКИ». (16+)	21.15 «ИСЧЕЗНУВАШАЯ». (16+)	00.30 «ЭФФЕКТ КОЛИБРИ». (16+)	13.55 Баскетбол. «Локомотив-Кубань» - ЦСКА. Единая лига ВТБ. Пр.тр.	Турция, 2018 г. Мелодрама. В ролях: Улаш Туна Астепа, Синан Тузджу. В юности отец Нефес выдал её за богатого и властного мужчину...
15.30 «Документальный спецпроект». (16+)	01.45 «Импровизация. Команды». (16+)	02.15 «Далеко и ещё дальше с Михаилом Кожуховым». (16+)	02.15 «ЭФФЕКТ КОЛИБРИ». (16+)	16.25 Футбол. «Майнц» - «Бавария». Пр.тр.	22.35 «ПРОШУ ПОВЕРИТЬ МНЕ НА СЛОВО». (16+)
16.55 «Засекреченные списки». (16+)	03.20 «Студия «Союз». (16+)	05.15 «Властили». (16+)	02.25 «ИСЧЕЗНУВАШАЯ». (16+)	18.30 Футбол. «Зенит» - «Динамо». Пр.тр.	20.25 «ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ». (16+)
17.55 «СИЛА СТИХИИ». (16+)	05.00 «Открытый микрофон». (16+)			21.00 «После футбола» с Черданцевым	06.25 «6 кадров». (16+)
США, 2020 г. Боевик. В главных ролях: Эмиль Хирш, Кейт Босворт, Мэл Гибсон, Стефани Кайо. На Пуэрто-Рико надвигается сильнейший ураган...	06.30 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)			22.00 Футбол. «Балтика» - «Уфа». МЕЛБЕТ-Первая Лига. Пр.тр.	
19.50 «КРОВНЫЙ ОТЕЦ». (16+)				23.30 Бокс. Bare Knuckle FC. Пр.тр.	
21.30 «ЗАКАТАТЬ В АСФАЛЬТ». (16+)					
00.25 «21 МОСТ». (18+)					
02.25 «ВЛАСТЬ ОГНЯ». (12+)					

ЧИСЛОВОЙ КРОССВОРД

В числовом кроссворде все буквы заменены на числа. Одинаковым буквам соответствуют одинаковые числа, различным - разные. Одно слово уже вписано в сетку.

18	15	1	19	7	2	1	3		
10	4	7	12	12	5	16	12	5	26
11	3	10	7	20	13	27	6	3	6
25	9	10	7	2	6	2	6	6	6
6	10	14	7	12	3	24	3	6	5
1	9	2	7	8	1	11	11	9	4
10	2	18	1	7	16	17	10		
9	5	15	8	3	11	9	2	3	2
10	7	2	19	8	7	12	4	12	
9	1	14	14	7	10	7	12	13	7
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
13	4	6	11	10	11	2	3	17	
17	2	9	15	6	9	22	3	11	

По горизонтали: Дерби. Стеллаж. Семьянин. Шоссе. Величина. Борец. Кот. Рубеж. Цикорий. Сердце. Веселье. Британец. Скрип. Прогноз.

По вертикали: Утконос. Глиссер. Бас. Ельник. Банщик. Жеребец. Юннат. Носильщик. Цугцванг. Жилец. Потемки. Особь. Арбитр. Веко.

СТОМАТОЛОГИЯ «ДЕНТО-ЛЮКС»

www.dento-lux.ru

ВЕСЬ СПЕКТР УСЛУГ

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

ДЕТСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ

ЦЕНЫ ДЛЯ ПРЕДЪЯВИТЕЛЯ КУПОНА:

ИМПЛАНТАЦИЯ ПОД «КЛЮЧ»
ИМПЛАНТ OSSTEM + ЦИРКОНИЕВАЯ КОРОНКА
только до 30.04.2023!!! **34 000 р.**

- Консультация, составление комплексного плана лечения.....**бесплатно**
- Пломба светоотверждаемая Composite.....**950 р.**
- Циркониевая коронка (КНР).....**9900 р.**
- Винир E.max.....**12800 р.**
- Профессиональная гигиена зубов (Air Flow + ультразвуковая чистка + полировка эмали).....**2990 р.**
- Панорамный рентген.....**470 р.**
- Компьютерная томография зубов 3D.....**2500 790 р.**

*АКЦИЯ ДО 30.04.2023. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефону у администраторов клиник.

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ!
Скидки действуют при оплате наличными!

м. «Медведково», Студёный пр., 14, (495) 656-94-42, 656-94-27
м. «ВДНХ», Ярославское ш., д. 6, корп. 1, (495) 656-13-13, (499) 183-19-19
м. «Медведково», ул. Тихомирова, д. 1, (495) 656-956-1, 656-96-85
м. «Проспект Мира», Олимпийский проспект, д. 22, (495) 181-01-01
ООО «Денто-Люкс» Лиц. № ЛО-77-01-017255; № ЛО-77-01-005014. ООО «ЭТА», Лиц. № ЛО 77-01-020888 15 декабря 2020 года

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

1 ПЕРВЫЙ



07.40 «Часовой». (12+)

- 06.00 Новости
 06.10 ПОДКАСТ.ЛАБ «Космические истории». (16+)
 06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
 07.40 «Часовой». (12+)
 08.10 «Здоровье». (16+)
 09.20 «Мечталлион». Национальная Лотерея. (12+)
 09.40 «Непутевые заметки» с Дмитрием Крыловым. (12+)
 10.00 Новости (с субтитрами)
 10.15 Премьера. «Жизнь своих». (12+)
 11.10 Премьера. «Повара на колесах». (12+)
 12.00 Новости (с субтитрами)
 12.15 «Видели видео?» (0+)
 14.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-4». (12+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 19.00 «Две звезды. Отцы и дети». Новый сезон. (12+)
 21.00 «Время»
 22.35 «ЖАННА». (16+)
 00.25 Премьера. «На футболе с Денисом Казанским». (18+)
 00.55 ПОДКАСТ.ЛАБ «Произвольная программа». (16+)
 01.40 ПОДКАСТ.ЛАБ «Жизнь замечательных». (16+)
 02.20 ПОДКАСТ.ЛАБ «Неформат». (16+)
 02.55 ПОДКАСТ.ЛАБ «Антропология». (16+)

5 5-й КАНАЛ

- 05.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
 06.20 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА». (16+)
 08.10 «ЛЕНИНГРАД, 46». (16+)
 Россия, 2014 г. Криминальный. В ролях: Сергей Гармаш, Алексей Горбунов, Валерий Бояринцев. История о мужестве, драма человеческих судеб, впервые открывающая многие страницы жизни послевоенного Ленинграда - суровой и подчас жестокой. Город, только что переживший Блокаду и еще не оправившийся от голода и разрушений.
 18.10 «СЛЕД». (16+)
 01.30 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



11.40 Большие перемены

- 06.05 «ПРИМЕТА НА СЧАСТЬЕ». (16+)
 08.00 Местное время. Воскресенье
 08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
 09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
 10.10 Сто к одному
 11.00 Вести
 11.40 Большие перемены
 12.45 «ДЕВЯТЬ ЖИЗНЕЙ». (16+)
 Маша ищет защиты у Фёдора - брата своего покойного мужа, который работает следователем в прокуратуре. Но он не готов иметь дело с женщиной, объявленной в розыск. А Сергей уже отправил своих бандитов на поиски Маши, и Фёдору придётся либо всё-таки защитить жену брата, либо отдать её преступникам.
 17.00 Вести
 18.00 «Песни от всей души». (12+)
 В гостях у Андрея Малахова за одним большим столом собираются его новые герои: таланты-самородки, кому есть чем гордиться и поразить страну.
 20.00 Вести недели
 22.00 Москва. Кремль. Путин
 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
 01.30 «ПРИМЕТА НА СЧАСТЬЕ». (16+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.50 «СЛУЧАЙ В КВАДРАТЕ 36-80». (16+)
 07.20 «22 МИНУТЫ». (16+)
 09.00 «Новости недели». (16+)
 09.25 «Служу России». (12+)
 09.55 «Военная приемка». (12+)
 10.45 «Скрытые угрозы». (16+)
 11.30 «Код доступа». (12+)
 12.20 «Легенды армии». (12+)
 13.10 «Специальный репортаж». (16+)
 14.00 «ТОЧКА ВЗРЫВА». (16+)
 18.00 «Главное» с Ольгой Беловой. (16+)
 19.40 «Легенды советского сыска. Годы войны». (16+)
 22.10 «Просто жизнь». (16+)
 23.00 «Фетисов». (12+)
 23.45 «ЗДЕСЬ ТВОЙ ФРОНТ». (16+)

ТВУ ТВЦ



14.30 Московская неделя.

- 06.10 «СЛЕПОЙ МЕТОД». (12+)
 09.15 «Здоровый смысл». (16+)
 09.45 «ПРИЗРАКИ АРБАТА». (12+)
 11.30 События
 11.45 «ДЕЛО «ПЁСТРЫХ». (12+)
 13.45 «Москва резиновая». (16+)
 14.30 Московская неделя
 15.00 «Смешите меня семёр!» Юмористический концерт. (16+)
 16.00 «КАК ВЕРНУТЬ МУЖА ЗА ТРИДЦАТЬ ДНЕЙ». (12+)
 17.50 «ОШИБКА ПАМЯТИ». (12+)
 Россия, 2022 г. Детектив. В ролях: Анастасия Цибизова, Никита Юранов. После трагедии в семье Полина решила начать новую жизнь с мужем Романом, который не знает о страшных подробностях прошлого жены.
 21.10 «ПЕРЧАТКА АВРОРЫ». (12+)
 00.30 События
 00.45 «ОБМАНИ СЕБЯ». (12+)
 03.45 «Ельцин против Горбачёва. Крушение империи». (12+)
 04.25 «Никита Хрущёв. Как сказал, так и будет!» (12+)
 05.05 «Александр Суворов. Последний поход». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 14.05 «Большая страна»
 06.55 17.00 «Иконы нашего времени». (12+)
 07.35 «Мультфильмы». (12+)
 09.00 10.05 ОТРАЖЕНИЕ
 09.30 15.05 «Календарь». (12+)
 12.05 «На приёме у главного врача». (12+)
 12.45 «Отчий дом». (12+)
 13.00 «Волшебная флейта». Спектакль. (12+)
 15.30 «Академики». (12+)
 16.00 «Песня остаётся с человеком». (12+)
 16.15 «Моя история». (12+)
 17.20 «ПОЛИЦЕЙСКИЕ И ВОРЫ». (12+)
 19.05 «Клуб главных редакторов». (12+)
 19.45 «Вспомнить всё». (12+)
 20.10 «ЗВЕЗДА». (16+)
 22.20 «ТРИ ЦВЕТА: СИНИЙ». (16+)
 00.00 «Кулаков великого предела». (18+)

НТВ НТВ



18.00 «Новые русские сенсации». (16+)

- 04.50 «ДЕНЬ ОТЧАЯНИЯ». (16+)
 06.30 «Центральное телевидение». (16+)
 08.00 «Сегодня»
 08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
 10.00 «Сегодня»
 10.20 «Первая передача». (16+)
 11.00 «Чудо техники». (12+)
 Ловись, сеть хорошая и стабильная! Какую антенну поставить, чтобы на даче был быстрый интернет, чем направленная антенна отличается от обычной и что устанавливать там, где не «ловит» ни один провайдер, - расскажут в новом выпуске «Чуда техники».
 11.55 «Дачный ответ». (0+)
 13.00 «НашПотребНадзор. (16+)
 14.05 «Однажды...» (16+)
 15.00 «Своя игра». (0+)
 16.00 «Сегодня»
 16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным. (16+)
 17.00 «Следствие вели...» (16+)
 18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
 19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
 20.20 «Маска». Новый сезон. (12+)
 23.20 «Звезды сошлись». (16+)
 00.50 «Таинственная Россия». (16+)
 01.40 «УГРО». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 07.00 08.00 08.30 09.00
 09.30 10.00 10.30 11.00
 11.30 12.00 12.30 13.00
 14.00 15.00 16.00 17.00
 18.00 19.00 20.00 21.00
 22.00 23.00 00.00 01.00
 02.00 «Новости». (16+)
 06.20 16.35 04.15 «Куки-внуки». (12+)
 06.40 12.45 19.15 «The City прямо». (12+)
 07.30 17.15 22.25 «Доктор 24. Темы недели». (12+)
 13.30 02.15 «Сделано в Москве». (12+)
 14.30 «Время новых. Шоу». (12+)
 15.20 21.25 «Москва сегодня». (16+)
 18.15 23.20 «The City». (12+)
 19.30 00.15 «Специальный репортаж». (12+)
 20.30 «The City. Едим». (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



13.35 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным

- 06.30 «Мультфильмы»
 07.35 «ВОСТОЧНЫЙ ДАНТИСТ»
 09.45 01.40 Диалоги о животных
 10.30 «Острова»
 11.10 «НАША ДАЧА»
 12.35 Письма из провинции
 13.05 «Невский ковчег. Теория невозможного»
 13.35 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
 14.15 «Коллекция»
 14.50 «400 УДАРОВ»
 Франция, 1959 г. Драма. В ролях: Жан-Пьер Лео, Клер Морье. Антуан Дуанель считается трудным подростком. Он живет в тесной квартирке с безответственными родителями: мать слишком занята своей жизнью, отчим - не имеет влияния на приемного сына.
 16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»
 17.10 «Пешком...»
 17.40 «Неистовый Александр Дюма»
 18.35 «Романтика романа»
 19.30 Новости культуры
 19.45 Новости культуры с Владиславом Флярковским
 20.25 Линия жизни
 21.15 «НЕПОДСУДЕН»
 22.40 Angelina. Friends. Гала-концерт звезд балета в Михайловском театре
 00.00 «БУМАЖНАЯ ЛУНА»
 02.20 «Шпионские страсти». «Тяп, ляп - маляры!»

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 17.00 «Будни». (16+)
 06.00 «Наставники». (12+)
 06.10 «Прогулка». (12+)
 06.30 «Интервью 360». (12+)
 07.00 10.30 11.10 13.00
 «Внимание! Еда!» (12+)
 08.00 «Вкусно 360». (12+)
 09.40 «Подмосковные игрушки». (12+)
 11.00 12.00 14.00 15.00 20.00
 «Новости 360». (16+)
 12.30 «Тет-а-тет с Марусей». (16+)
 13.30 «Весна в Подмосковье». (12+)
 14.05 15.05 16.00 «Открытие Китая». (12+)
 18.00 01.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
 19.05 «Док. кино». (16+)
 20.35 «Невероятная наука-2». (12+)
 23.00 «Итоги недели». (16+)
 00.00 «Неравнодушные». (16+)

СТС СТС



15.25 «ВЕЧНЫЕ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
 07.00 «Три кота». (0+)
 07.30 «Царевны». (0+)
 07.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
 09.00 Премьера! Рогов в деле. (16+)
 10.00 Уральские пельмени. (16+)
 10.10 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК. ВДАЛИ ОТ ДОМА». (16+)
 12.45 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК. ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ». (16+)
 15.25 «ВЕЧНЫЕ». (16+)
 18.35 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ». (12+)
 США, 2011 г. Фантастический боевик. В ролях: Крис Эванс, Хейли Этвелл, Томми Ли Джонс. Стив Роджерс добровольно соглашается принять участие в эксперименте, который превратит его в суперсолдата, известного как Первый мститель. Роджерс вступает в вооруженные силы США вместе с Баки Барнсом и Пегги Картер, чтобы бороться с враждебной организацией ГИДРА, которой управляет безжалостный Красный Череп.
 21.00 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ. ПРОТИВОСТОЯНИЕ». (16+)
 00.00 «ЯРОСТЬ». (18+)
 02.20 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
 05.05 «6 кадров». (16+)
 05.20 «Мультфильмы». (0+)
 05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.00 01.50 02.45 03.25 04.00
 «Мой район». (16+)
 08.25 Кинодача. (12+)
 09.10 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ». (12+)
 10.40 «НЕПОДСУДЕН». (12+)
 12.10 02.00 «Раскрывая тайны звезд». (12+)
 13.00 «МОЙ ЛИЧНЫЙ ВРАГ». (12+)
 16.40 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». (12+)
 18.15 «ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ». (12+)
 19.30 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+)
 21.10 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (12+)
 23.05 «ДРУГ МОЙ, КОЛЬКА!». (6+)
 00.35 «ПУТЕШЕСТВИЕ БУДЕТ ПРИЯТНЫМ!». (16+)

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>23.00 «Итоговая программа». (16+)</p> <p>05.00 23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Самая народная программа». (16+)</p> <p>09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)</p> <p>10.30 «Наука и техника». (16+)</p> <p>11.30 «Неизвестная история». (16+)</p> <p>13.00 «РЭМБО». (16+) Россия, 2023 г. Боевик. В ролях: Антон Пампушный, Татьяна Яхина. В специализированный кинологический отряд СОБР приходит новый сотрудник Стас Демин - майор спецназа ГРУ с богатым опытом боевых действий в горячих точках Африки и Ближнего Востока.</p> <p>20.30 «ПЛОХИЕ ПАРНИ НАВСЕГДА». (16+)</p> <p>23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)</p>	<p>22.00 «Концерты». (16+)</p> <p>07.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>10.00 «Хочу перемен». (16+)</p> <p>10.30 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>14.30 «ОЛЬГА». (16+)</p> <p>19.00 «Новые Звезды в Африке». (16+)</p> <p>21.00 «Шоу Воли». (16+) Каждую неделю Павел вместе с приглашенными гостями - звездами и самыми обычными людьми - подведет итоги уходящей недели</p> <p>22.00 «Концерты». (16+) Ваше любимое шоу возвращается в эфир. Только здесь вы можете увидеть самых крутых комиков, которые объединились в коллективы лишь с одной целью: рассмешить вас.</p> <p>23.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>00.00 «Музыкальная интуиция». (16+)</p> <p>01.50 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>03.20 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>04.55 «Открытый микрофон». (16+)</p>	<p>12.00 «МИФ». (12+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>08.00 Вкусно с Ляйсан. (16+)</p> <p>08.30 Новый день. (12+)</p> <p>09.00 «Слепая». (16+)</p> <p>12.00 «2:22». (16+)</p> <p>14.30 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)</p> <p>16.30 «13-Й РАЙОН: КИРПИЧНЫЕ ОСОБНЯКИ». (16+) Канада, Франция, США, 2013 г. Боевик. В ролях: Пол Уокер, Давид Белль. В недалеком будущем крайне неблагополучный район Детройта «Кирпичные особняки» вышел из-под контроля. Властям пришлось отгородить район от остального города стеной.</p> <p>19.00 «ЧЕСТНЫЙ ВОР». (16+)</p> <p>20.45 «ОГРАБЛЕНИЕ ПО-ДЖЕНТЛЬМЕНСКИ». (16+)</p> <p>00.45 Мистические истории. (16+)</p> <p>04.45 «Властили». (16+)</p> <p>05.30 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>10.00 «КАДЕТСТВО». (0+)</p> <p>06.00 Анекдоты. (16+)</p> <p>06.10 Утилизатор. (12+)</p> <p>09.30 Утилизатор с Настей Туман. (16+)</p> <p>10.00 «КАДЕТСТВО». (0+)</p> <p>16.00 Клуб обаятельных животных. (16+) Создатели «+100500» и «Топчик» собрали лучшие ролики с животными со всего света и превратили их в шоу-обзор! Подглядывать за жизнью зверушек и комментировать в своей неповторимой манере будет ведущая Дарья Блохина.</p> <p>18.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>20.10 «+100500». (16+)</p> <p>23.30 «Топчик-2». (16+) Топовые шоу, блогеры-миллионники и самые популярные TikTok тренды - ничто не скроется от внимания ведущего и его напарника.</p> <p>00.30 «Топчик». (16+)</p> <p>02.00 Улётное видео. Топ-35. (16+)</p> <p>02.45 Анекдоты. (16+)</p>	<p>06.00 «Всё о главном». (12+)</p> <p>06.30 «Магия большого спорта». (12+)</p> <p>07.00, 13.15, 02.55 Новости</p> <p>07.05, 13.20, 15.55, 21.30, 23.45 Все на Матч!</p> <p>09.55 Хоккей. «Омские Ястребы» - «Чайка». ОЛИМПВЕТ Чемпионат МХЛ. Кубок Харламова. Пр.тр.</p> <p>12.15 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. GT4. Пр.тр.</p> <p>13.55 Баскетбол. «Зенит» - УНИКС. Единая лига ВТБ. Пр.тр.</p> <p>16.25 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр.тр.</p> <p>19.15 Футбол. ЦСКА - «Локомотив» (Москва). МИР Российская Премьер-Лига. Пр.тр.</p> <p>21.40 Футбол. «Ювентус» - «Наполи». Пр.тр.</p> <p>00.30 Бокс. Bare Knuckle FC. (16+)</p> <p>02.30 Футбол. (0+)</p>	<p>19.00 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)</p> <p>06.30 «6 кадров». (16+)</p> <p>06.50 «ОТПУСК В СОСНОВОМ ЛЕСУ». (16+)</p> <p>10.35 «ДВОЕ НА КРАЮ». (16+) Россия, 2023 г. Мелодрама. В ролях: Екатерина Данилова, Михаил Дорожкин. Ольга и Максим - идеальная семейная пара, у них тёплые взаимоотношения, успешный бизнес...</p> <p>14.45 «АТЕЛЬЕ СЧАСТЬЯ». (16+) Россия, 2023 г. Мелодрама. В ролях: Анастасия Безбородова, Никита Бурячек, Дмитрий Колпеч. Света думала, что в её жизни всё отлично - она работает инспектором на бирже труда и счастлива с мужем.</p> <p>19.00 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)</p> <p>22.30 «ОДНА ЛОЖЬ НА ДВОИХ». (16+)</p> <p>01.55 «ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ». (16+)</p> <p>05.55 «6 кадров». (16+)</p>

НАШ ДЕТЕКТИВ-ЗАГАДКА

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

Петрович уже собрался домой, когда ограбили магазин дорожных часов на соседней улице. Служба есть служба, мужчина крикнул от досады и отправился на выезд. В небольшом магазинчике все были живы и здоровы, лишь рыдала молоденькая продавщица. Тщедушный охранник смущенно переминался с ноги на ногу и прятал глаза. Стеклопанель витрины в центре зала была разбита.

— Каков ущерб? — спросил Петрович.

— Все самые дорогие часы, — ответила продавщица, утирая глаза. — Просто смели все, подчистую. Правда, было их тут не очень много, зато очень дорогие.

— Сколько было грабителей?

— Двое. Так все быстро произошло, мы даже

Дерзкое ограбление

опомниться не успели. Так страшно было, — девушка отчаянно старалась не разрыдаться вновь.

— Грабитель угрожал вам оружием?

— Да, угрожал, — продавщица старалась отвечать по существу, утирая предательски льющиеся слезы скромным платочком. — У него был вот такой огромный

пистолет, — она развела руки в стороны примерно на полметра.

— Вот прям такой огромный? — удивился Петрович.

— Да-да, прямо огромный, — закивала девушка.

«Вот уж правда, у страха глаза велики», — подумал Петрович, но вслух ничего не сказал.

Получив у продавщицы и охранника подробное описание злодеев, Петрович внезапно вспомнил, что любитель именно таких грабежей Вася Дерзкий должен был буквально неделя две назад освободиться из колонии. И описания

одного из нападавших было очень на него похоже. «Неужто, не успев толком на воле погулять, за старое взялся?» — подумал майор. Жил Вася недалеко, и Петрович решил его навестить. Опергруппа оставил в магазине, а с собой взял участкового — на всякий случай.

Дверь им открыла мать Василия Анна Сергеевна — женщина вздорная, истеричная, но к представителям власти очень уважительная. Когда Василий отбыл срок, мать его не бросала: отправляла посылки, ездила на свидания. Женщина почему-то была уверена, что сын, отсидев положенное, исправится, жизнь его наладится. После второго ограбления Анна Сергеевна начала сомневаться, что сын может вернуться на путь истинный, но сын клялся-божился, что дескать, бес попутал, что больше не случится! Петрович был свидетелем этого разговора и еще тогда сказал несчастной женщине: «Ох, сомневаюсь я».

Но мать все равно ждала, ездила на свидания и отправляла посылки. И все надеялась, что этот раз точно последний.

Открыв Петровичу дверь, Анна Сергеевна не нахмурилась, а наоборот, широко улыбнулась:

— Какими судьбами, Николай Петрович? Вот уж не ждала, не гадала. А у нас радость: Василий вернулся!

— Ну, и как он?

— Исхудал, но бодрый. Работу вот ищет. Не можете, кстати, по старой памяти?

— Может, и помогу, — ответил Петрович. — Только сначала мне с ним поговорить нужно. Он где?

— Да в ванной он, — махнула рукой за спину част-

ливая мать. — На рыбалку ходил, теперь вот отмывается.

— На рыбалку? — удивился майор. — С каких пор он рыбалкой интересуется?

— Да приятель его позвал какой-то, вот и пошел. Рыбы принес, сейчас покажу! — Анна Сергеевна почти бегом метнулась в кухню и принесла тазик с двумя крупными карпами. — Видал какие?

Ух ты! — удивился Петрович. — И где такая красота ловится?

— В речке, — с вызовом ответил вышедший из ванной Василий. — В обычной речке. Только за городом, три часа ехать.

— Угу, — удовлетворенно хмыкнул Петрович. — Ну, в речке, так в речке. Соберайся, поедешь с нами. Маршрут расскажешь, а заодно и подельника своего назовешь, с которым часовой магазин грабили.

Виктория АНДРЕЕВА

Почему Петрович не поверил Василию?

Ответ читайте в следующем номере.



Ответ на загадку в № 14: лишь взглянув на записку, Петрович понял, что в ней использован простейший код: 1-А, 2-Б, 3-В и т.д. Таким образом, он быстро прочел, что там было написано: «Петя, привет! Подарок для твоей мамы готов, приходи!»

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ. 06.20 Мультфильм. (0+) 07.00 «АЙБОЛИТ-66». (12+) 08.50 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (12+) 10.45 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (12+) 12.25 «ДАМЫ ПРИГЛАШАЮТ КАВАЛЕРОВ». (12+) 13.45 «ДЕВУШКА БЕЗ АДРЕСА». (12+) 15.20 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (12+) 17.55 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (12+) 19.30 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (12+) 21.05 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+) 23.00 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ СОНМВЕВАЕТСЯ». (16+) 00.35 «АРТИСТКА ИЗ ГРИБОВА». (12+) 02.50 «ЗАБЫТАЯ МЕЛОДИЯ ДЛЯ ФЛЕЙТЫ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+. 01.40 «ТОНЯ ПРОТИВ ВСЕХ». (18+) 03.35 «РОМОВЫЙ ДНЕВНИК». (16+) 05.35 «КРОВЬЮ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ». (16+) 07.40 «УЦЕЛЕВШИЙ». (16+) 09.35 «УДИВИТЕЛЬНАЯ МИССИС МЭЙ». (16+) 11.20 «ЛУПУ И БРИГГС». (12+) 12.55 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+) 14.30 «ДОВЕРИЕ». (16+) 15.55 «БЫЛЫЕ ПРИВЫЧКИ». (16+) 17.20 «БОЛЬШАЯ СВАДЬБА». (16+) 18.50 «СВЯТАЯ ДЖУДИ». (16+) 20.30 «ПАРАЛЛЕЛЬНЫЕ МИРЫ». (16+) 22.15 «ВЫЖИТЬ В ИГРЕ». (16+) 23.50 «ЗАЩИТНИК». (18+)

РУССКИЙ РОМАН. 07.45 «В ОДНУ РЕКУ ДВАЖДЫ». (16+) 11.20 «ДРУГАЯ Я». (16+) 15.00 «САМОЗВАНКА». (12+) 18.20 «ЦЕНА ПРОШЛОГО». (16+) 21.55 «ОБУЧАЮ ИГРЕ НА ГИТАРЕ». (12+) 01.10 «ВАЛЬКИНЫ НЕСЧАСТЬЯ». (12+) 04.10 «СУДЬБА ПО ИМЕНИ ЛЮБОВЬ». (16+)

СУББОТА! СУББОТА! 05.00 «Маша и Медведь». (16+) 16.10 «Буба-2», «Буба-4», «Буба-3». (16+) 19.00 Доктор твоего счастья. (16+) 20.00 Богиня (субтитры). (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ. МИР. 05.00 Мультфильмы. (6+) 06.25 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?». (12+) 07.50 «АКСЕЛЕРАТКА». (0+) 09.30 ФазендаЛайф. (6+) 10.00 Новости 10.10 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (16+) 15.00 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+) 16.15 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (16+) 18.30 Итоговая программа «Вместе» 19.30 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (16+) 20.00 Итоговая программа «Вместе» 21.00 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ. 365 ДНЕЙ ТВ. 00.00 Час истины. (12+) 01.00 Иностранцы в России. (6+) 01.30 Петергоф - жемчужина России. (6+) 01.55, 04.40 Историограф. (12+) 02.40 Сражения с Наполеоном. (12+) 03.05 Тайное становится явным. (12+) 03.20, 06.15, 08.00 Историда. (12+) 04.10, 07.10, 20.00, 20.25 Книжные аллели. (12+) 05.20 Меценаты России. (6+) 05.50 Бунты в России. (12+) 07.35 Пешком по Москве. (6+) 08.50 Освободители. (12+) 09.30 Народовластие. (12+) 10.00, 22.25 Архивы истории. (12+) 10.15 Охота на фельдмаршала. (12+) 10.55, 19.50 Обыкновенная история. (6+)

УСАДЬБА. 06.00, 11.45, 18.00, 21.05, 03.10 Готовим по-итальянски. (16+) 06.25, 21.35, 03.35 Инструменты. (12+) 06.40, 12.30, 21.50, 03.45 Домашняя косметика! (12+) 06.55, 12.50, 19.00, 04.00 Ваш агроном. (12+) 07.10, 13.10, 19.15, 22.10, 04.15 Ландшафтные эксперименты. (12+) 07.35, 19.45, 22.40, 04.40 Дачные радости с Виталием Декабревым. (12+) 08.05, 14.10, 20.15, 23.10, 05.10 Дело в отделе. (12+) 08.35, 15.05, 00.05 Семейные рецепты Нади. (16+) 09.25 Вершки-корешки. (12+) 09.40, 01.05 Лучки-пучки. (12+) 09.55 Сад с нуля. (12+) 10.10 Соусы. (12+) 10.30, 16.45 Дачные радости с Мариной Рыкалиной. (12+) 11.00, 02.15 История одной культуры. (12+) 11.30, 17.45, 02.40 Мастер-садовод. (12+) 12.15 Жизнь с нетипичным фермером. (12+)

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

Все объявления на правах рекламы

ДВЕРИ

ДЕРЕВООБРАБАТЫВАЮЩИЙ КОМБИНАТ
ДВЕРИ АРКИ АНТРЕСОЛИ ШКАФЫ

- ДЕРЕВЯННЫЕ
- СТАЛЬНЫЕ
- МЕЖКОМНАТНЫЕ
- ВХОДНЫЕ

Сервисное (обивка дверей, замена замков) и гарантийное обслуживание.

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА!
 3-я дверь в подарок!

8 (499) 408-40-71
 ЗАМЕР, ДОСТАВКА – БЕСПЛАТНО. УСТАНОВКА.

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

ЗАМКИ
 ВРЕЗКА ЗАМЕНА РЕМОНТ УСТАНОВКА УКРЕПЛЕНИЕ ВСКРЫТИЕ

(495) 740-21-51
 круглосуточно

ЭМАЛИРОВКА ВАНН от завода

8 (495) 782-63-86
 8 (495) 782-51-63

выезд по Москве и МО без выходных

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

■ 8 (495) 978-03-44 РЕМОНТ КВАРТИРЫ НЕДОРОГО И ПОЭТАПНО: косметический и капитальный. Обои, покраска, плитка, сантехника, электрика, кондиционеры. ЦИКЛЁВКА и ремонт паркета. Укладка линолеума, массива, ЛАМИНАТА, доски. НАТЯЖНОЙ потолок. ОКНА. Отделка ванн, лоджий пластиковыми панелями. Выбор и доставка материалов. Пенсионерам скидки. Тел.: 8 (495) 978-03-44

ЗАМКИ ДВЕРНЫЕ. Замена, ремонт, установка, вскрытие. Большой выбор надёжных замков. Все районы Москвы и ближнего Подмосковья. Гарантия до 3 лет. Опыт работы 20 лет. Пенсионерам скидка. Тел.: 8 (925) 664-55-71

■ 8 (925) 125-18-80 Ремонт ванн. Косметический ремонт комнат (обои, покраска, шпателька). Декоративная штукатурка. 8 (925) 125-18-80

■ 8 (926) 024-06-65 Ремонт квартир. Недорого! Электрика, сантехника, обои, плитка, ламинат. Быстро и качественно. Тел.: 8 (926) 024-06-65

■ 8 (985) 212-60-60 Надоело уговаривать мужа поменять кран на кухне? Некому заменить лампочку? Хотите перекрасить потолок? Отклеились обои? Протекает бачок унитаза? Потемнела затирка на кафеле? Некому повесить полку на балконе? Не беда! Я готов Вам помочь! Качественно и недорого. Пенсионерам скидка. Тел.: 8 (985) 212-60-60

■ 8 (905) 557-77-37 Косметический ремонт за 3 дня! Идеальная чистота и качество. Обои, покраска, подготовка стен и потолка, электрика, ламинат, плитинуса. Семейная пара – Слава и Ольга. Доставка материалов. Пенсионерам скидки! Работаем на результат. Тел.: 8 (905) 557-77-37

ВЕТЕРИНАРНАЯ ПОМОЩЬ



ВЕТКЛИНИКА
 ВЫЕЗД ВЕТРАЧА 24 Ч. (срочный). СТРИЖКА. БЕЗБОЛЕЗНЕННОЕ УСЫПЛЕНИЕ. КРЕМАЦИЯ.
 Тел.: 8 (495) 142-40-67, 8 (495) 728-45-03

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ для ЖИВОТНЫХ. ВЫЕЗД 24 часа (срочный). Безболезненное усыпление. Кремация. Тел.: 8 (495) 231-05-58, 8 (977) 927-97-37

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

РАЗНОЕ

■ 8 (909) 150-07-71 Психологическая помощь больным алкоголизмом! Срочный выезд. Мотивация на прохождении реабилитации. Поддержка зависимых и их родственников. Круглосуточно 24/7. Выезд по Москве и МО от 1 900 руб. Анонимно. Тел.: 8 (909) 150-07-71

СООБЩЕНИЯ

АО «МАКС» ПРИЗНАЕТ НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМИ СЛЕДУЮЩИЕ БЛАНКИ СТРОГОЙ ОТЧЕТНОСТИ:

- Квитанция А7 с серией 0013: № 789849;
- Квитанция А7 с серией 0014: №№ 431201, 699348.

■ Организатор торгов-конкурсный управляющий ООО НТЦ «КОС-МОС» (ИНН 7730175574) Чупраков А. А. (ИНН 421807556000) сообщает сообщается о проведении электронных торгов по продаже дебиторской задолженности. Подробная информация на сайте ЕФРСБ <https://old.bankrot.fedresurs.ru> сообщение № 11105412

■ Утерян диплом о высшем образовании на имя Гибашевой Татьяны Юрьевны, выданный в 1992 году ГГПИ им. Короленко

■ Утерян паспорт гражданина Афганистана серии P04070865 на имя Бегзад Фасиуллаха. Дата рождения 28 июня 1996 года. В связи с утерей прошу считать недействительным.

ПОШИВ ОДЕЖДЫ

■ 8 (965) 290-04-18 Модельер предлагает изящные халатики тёплые и лёгкие. Качественные и недорогие. Р. 46-58. Принимаю заказы на пошив одежды. Тел.: 8 (965) 290-04-18, Елена.

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА

■ 8 (495) 796-14-08, 8 (903) 790-17-82, 8 (977) 753-51-48 СРОЧНЫЙ РЕМОНТ Стиральных машин, Холодильников всех моделей, Телевизоров плазмы ж/к, кинескопных, Газовых плит, Электрических плит, ремонт Швейных машин, оверлоков, Настройка ТВ, ремонт Антенн, прокладка ТВ-кабеля. Ремонт с выездом мастера на дом. Соцскидки. Тел.: 8 (495) 796-14-08, 8 (903) 790-17-82, 8 (977) 753-51-48

■ 8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48 РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ от 300 руб. Городская мастерская производит РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ на дому марок СТИНОЛ, ИНДЕЗИТ, АТЛАНТ, МИНСК, ЗИЛ, САРАТОВ, ОКА, БИРЮСА, SAMSUNG, ELECTROLUX, и др. Пенсионерам и льготникам скидка до 40%. ВЫЗОВ БЕСПЛАТНО. Тел.: 8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48

■ 8 (495) 175-65-18, 8 (926) 448-38-05 СРОЧНЫЙ РЕМОНТ НА ДОМУ ХОЛОДИЛЬНИКОВ, СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, МОРОЗИЛЬНЫХ камер и КОНДИЦИОНЕРОВ, духовых шкафов, посудомоечных машин. В Ы Е З Д Б Е С П Л А Т Н О, пенсионерам скидки, без выходных, 8-22. Тел.: 8 (495) 175-65-18, 8 (926) 448-38-05

НЕДВИЖИМОСТЬ

■ 8 (980) 181-42-00 БЕЗОПАСНАЯ продажа и покупка недвижимости, БЕСПЛАТНЫЙ подбор квартиры в новостройке. БЕСПЛАТНОЕ одобрение ипотеки на максимально выгодных условиях. Обеспечим ПОЛНОЕ ЮРИДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ. Безопасный обмен квартир. ПОДБЕРЕМ ДЛЯ ВАС ПОДХОДЯЩИЙ ВАРИАНТ. Звоните: 8 (980) 181-42-00

■ 8 (903) 730-84-84, 8 (985) 730-70-03 КУПЛЮ КВАРТИРУ, помогу с разрезом, разменом на большую или меньшую площадь. Помогу оформить документы на дом, участок (восстановить утерянные). Тел: 8 (903) 730-84-84, 8 (985) 730-70-03

РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН

8 (495) 177-45-76
 8 (901) 519-52-48
 Вызов бесплатно
 Пенсионерам скидки

■ 8 (926) 620-73-62 СРОЧНЫЙ РЕМОНТ: СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, электроплит. Духовые шкафы, холодильники, монтаж кондиционеров. МАСТЕР НА ЧАС: мелкий ремонт по дому, электрика, сантехника, сборка мебели, скидки, консультации, диагностика. Тел: 8 (926) 620-73-62

■ 8 (499) 703-41-94 Ремонт: телевизоров! Холодильников! Компьютеров! Швейных машин и оверлоков! Ремонт и подключение: стиральных и посудомоечных машин! Электро- и газовых плит! Тел.: 8 (499) 703-41-94

РЕМОНТ НА ДОМУ
 • Стиральных машин
 • Холодильников
 от 400 р.
 Гарантия
 Скидка до 50%
 Выезд бесплатно
 8-495-109-33-56
 8-977-000-93-81

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

СРОЧНЫЙ РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН и кондиционеров любой сложности. Любая работа – 500 руб. Выезд, диагностика – БЕСПЛАТНО. Гарантия до 3 лет. Скидки пенсионерам! Тел.: 8 (495) 545-15-79

■ 8 (926) 601-56-70, 8 (499) 259-60-28 РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подключение и настройка каналов. Разводка антенны. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%. Без выходных. Гарантия. Опыт работы 20 лет. Тел.: 8 (926) 601-56-70, 8 (499) 259-60-28

УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ

■ 8 (495) 978-80-80, 8 (901) 517-60-06 УНИЧТОЖИМ ВСЕХ НАСЕКОМЫХ. Цена от 700 руб. РЕЗУЛЬТАТ 100%. Метод «Холодный» и «Горячий туман» и мелкокапельное опрыскивание. Эффективные препараты для людей, животных, растений. ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА – официальный договор. Работаем 24/7. Система скидок. Москва и МО. Тел.: 8 (495) 978-80-80, 8 (901) 517-60-06.

■ 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. Москва и МО. Тел.: 8 (965) 386-47-09

ТВОРЧЕСКОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

■ 8 (499) 235-73-36, 8 (929) 992-70-91 ИЗДАНИЕ КНИГ от 1 экземпляра. Индивидуальный подход к каждому заказчику. Выполняем полный комплекс работ: набор текста, подбор иллюстраций, обработка фотографий, дизайн книги, верстка, присвоение ISBN, полиграфическое исполнение. М. «Павелецкая», Тел.: 8 (499) 235-73-36, 8 (929) 992-70-91

ФИНАНСЫ

■ 8 (495) 208-59-20, 8 (925) 815-55-43 Деньги срочно! День в день! Ставка от 0,2%, от 10 тыс. руб., от 1 мес. Нужен только паспорт. Одобрение 99%. Пенсионерам скидки! Тел.: 8 (495) 208-59-20, 8 (925) 815-55-43. ООО МКК «Выручай-деньги» СРО «Мир» № 32 000068, Пер. № 2110132000808. ОГРН 1113256019469.

*Будьте бдительны. Объявления, не содержащие официальных названий и лицензий банков, КПК, МФО и ломбардов не являются рекламой банковских, страховых и иных финансовых услуг. Объявления, в которых предлагаются посреднические услуги, означают информационное консультирование при осуществлении сделок между вами и банками, страховыми и иными финансовыми организациями.

РАБОТА

ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ ПРОДАВЦОВ В КИОСКИ Г. МОСКВЫ

МЫ ПРЕДЛАГАЕМ:

- ▶ Выдача заработной платы наличными, без задержек;
- ▶ Ежедневный аванс от 500 рублей;
- ▶ Бесплатное общежитие, заселение в день обращения;
- ▶ График работы: 6/1; 2/2 недели
- ▶ Место работы: киоски в разных районах г. Москвы

ЗАРАБОТНАЯ ПЛАТА от 35 000 до 50 000 рублей

8 (965) 354-39-02, 8 (925) 507-46-48

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

Городской Центр ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЫ

- помощь обманутым вкладчикам
- реестр недобросовестных юристов
- расторжение договора с юристами и помощь по возврату денежных средств
- жилищные и наследственные споры
- улучшение жилищных условий
- расторжение договоров ренты
- банкротство физ. лиц

8 (499) 938-96-11

ТРЕБУЕТСЯ ПОМОЩЬ ЮРИСТА?

• Вернуть деньги обманутым вкладчикам
 • Расторгнуть договор с юристами
 • Выписать из квартиры
 • Разрешить жилищные и наследственные споры и т.д.

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНАЯ
 Пенсионерам и инвалидам ВЫЕЗД ЮРИСТА НА ДОМ
 Скидки до 50% до конца месяца!

8 (495) 201-25-12

■ 8 (968) 665-20-06 Продавец билетов гослото. 3/п от 21 500 руб. 7 работаете – 7 отдыхаете. М. «Пятиницкое шоссе», ТЦ «Мандарин»; м. «Савеловская», ТК «Бутырский»; м. «Пионерская», ТЦ «Давыдково»; м. «Свиблово», ТЦ «Чукотка»; м. «Измайловская», ТЦ «Парагон». Бесплатное обучение. Есть подработки. Знание ПК на уровне пользователя. Тел.: 8 (968) 665-20-06

ПРОЧИЕ УСЛУГИ

■ 8 (985) 782-22-34, 8 (916) 527-82-60 Предлагаем парики, хвосты, шиньоны, косы, локоны. Искусственные и натуральные. В наличии и на заказ. Изготовление париков. Подбор и консультация. Мастерская рядом с м. «Чертовская». Тел: 8 (985) 782-22-34, 8 (916) 527-82-60

■ 8 (495) 970-73-73 ЮРИДИЧЕСКОЕ БЮРО «РЕГЛАМЕНТ». Один документ БЕСПЛАТНО. Все виды юридических услуг: гражданские, земельные, семейные, наследственные и жилищные дела. Представительство в судах. Тел.: 8 (495) 970-73-73

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

ПРИЕМ РЕКЛАМЫ В ГАЗЕТУ «ТЕЛЕК»: 8 (495) 792-47-73

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

Отдел рекламы газеты «ТЕЛЕК» 8 (495) 792-47-73, м. «Марьино Роцца»	РА «Информ Экспресс» 8 (495) 543-99-11, м. «Ленинский проспект»	ООО «Арт Корона» 8 (495) 944-30-07, 8 (495) 944-22-07, м. «Планерная», дизайн-макет БЕСПЛАТНО
РА «Манго АДВ» 8 (495) 646-03-83, м. «Преображенская площадь», выезд менеджера бесплатно	РА «НОВЫЙ ВАРИАНТ» 8 (985) 933-58-69, м. «Текстильщики», курьер БЕСПЛАТНО	РА ООО «ГРИН КЛАССИК» 8 (495) 926-38-00, многоканальный, м. «Семеновская», курьер бесплатно
РА «Мир рекламы» 8 (495) 228-06-30, м. «ВДНХ», выезд курьера бесплатно	Stroki.info (ООО «Магазин рекламы») 8 (800) 551-50-98, 8 (495) 133-16-22, м. «Шоссе Энтузиастов»	«РЕКЛАМА 21 ВЕК» 8 (495) 774-74-20, 8 (916) 408-49-91 м. Солнцево
РА «Солидарность-Паблишер» 8 (800) 300-81-43, м. «Аэропорт, курьер бесплатно	ООО «100МЕДИА.РУ» 8 (495) 961-00-97, м. «Арбатская», круглосуточно	ИД «ВСЕ ДЛЯ ВАС» 8 (495) 909-98-96 м. Алексеевская

Все объявления на правах рекламы

АВТО

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

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

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

ХОТИТЕ РЕКЛАМУ

В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»? ЗВОНИТЕ!

8 (495) 792-47-73

ЖЕНСКАЯ ИСТОРИЯ

Прошло уже несколько лет, как я сменила профессию.

За эти годы я исколесила страну вдоль и поперек. Редко бываю дома, где меня никто не ждал, старалась создавать уют в своем вагоне. Мне это удавалось, и пассажиры всегда подмечали ту почти домашнюю обстановку, которая помогала им скрашивать долгие и нудные часы дороги.

Напарница

На летний сезон ко мне прикрепили новую напарницу – студентку. Вероника заканчивала железнодорожный вуз и хотела попробовать свои силы в профессиональной сфере, а заодно и подзаработать. Милая, симпатичная девушка сразу расположилась к себе. «Хороший и легкий должен быть рейс», – загадала я. Да и маршрут новый мне нравился.

Есть женщины, обладающие необъяснимой манящей притягательностью, той самой женской тайной, на которую мужчины слетаются как мотыльки. Неизвестные науке энергетические флюиды такой женщины с точностью снайпера бьют на поражение в мужской разум и сердце.

Вероника оказалась носителем той самой женской манкости, противостоять силе ее магнетизма было практически невозможно. В этом я убедилась еще до отбытия нашего поезда, когда на традиционном собрании наша бригада проходила инструктаж. Все мужское внимание было направлено на молоденькую студентку. Даже у грубоватого начальника поезда (мужа с многолетним стажем и отца троих детей) задержался глаз.

Надо отдать должное моей напарнице – свалившись на нее внимание она восприняла как данность, никого не выделяя и никому не оставляя надежду.

Дорожки, которые мы выбираем



«Любить – значит, видеть человека таким, каким его задумал Бог».
Ф.М. Достоевский

Близкие люди

Поезд на ходу – как джунгли: виртуозно лавируя между полками, надо найти завалившиеся ложки-вилки, подобрать упавшее одеяло, принести горячий чай, подбодрить уставших от дороги пассажиров. Примерно через час после отправления из третьего купе раздался истеричный плач.

– Женщине плохо! Помогите! – ворвался в служебное купе испуганный пассажир.

Женщина лежала на нижней полке лицом к стене и рыдала навзрыд. В ее плаче был слышен стон от боли. Я кинулась утешать,

ла настолько потрясена, что просто закрыла тогда дверь и вышла из квартиры. Но самое главное, как потом они себя повели: никакого раскаяния! Наоборот, стали меня утешать и предложили принять ситуацию такой, какая есть. Типа пусть мой муж и дальше периодически заглядывает к соседке.

– Мы же все близкие люди, должны помогать друг другу, – убеждал меня супруг.

– Ну, что тут такого? – искренне удивлялась соседка. – Мы ж ничего против тебя не имеем. А ты должна войти в мое положение. Я же сколько лет живу одна, думаешь, это легко? Не будь эгоисткой!

Я не верила своим ушам. Просто сюрреализм какой-то. Решила съездить в родной город к отцу, посоветоваться, как быть. Только успокоилась дорогой. А тут это сообщение на мой сотовый пришло: эти соседка и муж, близкие люди, решили съехаться и жить вместе с детьми. Я не нужна больше никому! Ни-ко-му...

– Успокойтесь. Почему о себе так думаете? Это неправильно! – в разговор вступила моя новая напарница. – Вы интересная женщина, обязательно встретите другого человека!

– Другого? – задумалась я и стала размышлять. – А может, бабоньки, стоит еще побороться? Если любишь по-настоящему, горы можно свернуть, не то что соседку.

Оксана заулыбалась...

Попутчики на всю жизнь

И тут пассажиры в купе Оксаны оживились. Стали давать советы, рассказывать анекдоты, активно делиться своими историями. Я давно подметила, что с незнакомыми людьми делиться сокровенным намного проще и легче.

– От меня тоже жена чуть не ушла, – заговорил мужчина, который и позвал меня на помощь.

– Мы поженились еще в институте, много лет назад. Было все нормально, и любовь была. А потом в нашей семейной жизни стали появляться всякие трещины: ссоры на пустом месте, разногласия по жизненным принципам.

Я много работал, старался, чтобы жена не нуждалась ни в чем. Но она меня стала обвинять, что мало уделяю ей внимания. Както за ужином так меня допекла своими упреками, что не удержался, сбросил тарелку с едой на пол, наговорил ей всяких гадостей и ушел. Ночевал у друга. Когда вернулся домой – ее уже не было. Сначала даже разыскивать не стал – такая обида взяла! А через неделю затосковал, уж больно скучно мне стало без привычных скандалов.

Стал звонить – трубку не берет. Поехал к ней на

работу, оказалось, что жена взяла отпуск и укатила в неизвестном направлении. Тут уж я и вовсе запаниковал. Поднял на уши всех друзей, знакомых, родню. Нашел. А она мне заявляет: «Считаю наш брак неудачным, готова к разводу и новым отношениям с другим человеком».

Такого поворота я никак не ожидал – просто впал в ступор! А потом меня осенило: надо взять паузу и посмотреть, что будет дальше. Через несколько дней моя Ольга позвонила сама и так аккуратно поинтересовалась моим самочувствием. Ну а потом мы встретились в парке, долго гуляли, разговаривали, думали, как нам жить дальше.

Я первым заговорил о ребенке. Когда-то сам сказал жене, что дети нам не нужны, надо пожить для себя. А тут во мне проснулся отцовский инстинкт. Очень захотел сына, прямо до скрежета зубов! А родилась девочка, Машенька, точная копия жены... Еду сейчас к своим девчонкам, они гостят у бабушки. Мы теперь попутчики на всю жизнь.

Незаконченный роман

...Поезд медленно въезжал на вокзал конечной станции. Когда двери нашего вагона открылись, напротив стоял симпатичный парень с огромным букетом белых роз.

– Вероника, прости меня! – крикнул он громко, обращаясь к моей напарнице. – Я такой дурак!

Наша студентка, прислонившись к окну, грустно улыбалась. Но это уже другая история.

АНАСТАСИЯ

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



LEOMAX

Оформи заказ по телефону:
8 (800) 500-20-24 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.

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

до **68-го** размера

Пудровый

Топ

Складные очки «Фокус Плюс»

лот 43063 ~~1499~~ **599.-**

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

Куртка стеганая с планкой

лот 303846 ~~8999~~ **2999.-**

до **62-го** размера

Бежевый

- Застегивается на молнию и на кнопки.
- Непроducible 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.

Темно-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.
Страна-производитель: Россия.

Бежевый

Темно-серый Кремовый

Костюм «Ирина»

лот 35807 ~~3999~~ **2999.-**

до **60-го** размера

Бордовый

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.

Брюки на резинке «Стрелочка»

лот 305634 ~~2699~~ **1499.-**

до **60-го** размера

Пояс на резинке

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.

Бордовый Фиолетовый
Темно-синий Черный

Изумрудный

Рост модели: 183 см.

Подарочный набор «Для самой красивой», 7 пр.

лот 402519-01 ~~3499~~ **2299.-**

- 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.

7 пр.

Духи «Быть может», 10 мл

лот 400248 ~~999~~ **499.-**

- Стойкие.
- Экономичные.
- Любимые.

Аромат: «Париж», «Лондон». Укажите при заказе.
Объем одного флакона: 10 мл.

Чудо-мазь «Маули», 2 шт.

лот 402634-01 **СОГРЕВАЮЩАЯ**
лот 402633-01 **ОХЛАЖДАЮЩАЯ**

лот 1799 ~~1199.-~~ **999.-** ×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.

Набор для стрижки «Ваш парикмахер»

лот 41763-03 ~~1999~~ **1499.-**

- 4 насадки для стрижек разной длины.
- Лезвия из нержавеющей стали.
- Рычаг для регулировки длины лезвия и подвесная петля.

В комплекте: машинка для стрижки, ножницы, расческа, 4 сменные насадки, маслянка, щеточка для чистки лезвия.
Длина провода: 1,7 м. Материал: пластик, металл.
Питание от сети 230 В. Мощность: 12 Вт. Размер: 19×5,5×5,5 см.

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

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

Кроссовки «Бриз»

лот 47344 ~~1999~~ **1490.-**

до **44-го** размера

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

Бордо Индиго
Серый Черный

Белый

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.

«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).
Материал корпуса: гипоаллергенные пластик и силикон. Водонепроницаем. Встроенный аккумулятор. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

Корректор осанки «Здоровая спина»

лот 400573 ~~1999~~ **999.-**

Встроенные магниты

- 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

Наколенник «Двигайся легко»

лот 45295 ~~1999~~ **599.-**

1 шт. ~~999~~ **599.-**
2 шт. ~~1999~~ **999.-**

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

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

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.-**

- 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).

2 шт.

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) 500-20-24. Предложение действительно до 30.06.2023. 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) 500-20-24

ДАЧА! ТРУД! МАЙ!

Как подготовить суставы к дачному сезону и справиться с обострениями?



Правильная техника дачных работ

За долгие холодные месяцы иммунитет снизился, мышцы ослабели, навыки физической работы утерялись – отвыкли руки от топоров! Так что ничего удивительного, что рьяно взявшиеся за дела дачники быстро выходят из строя: у кого поясницу прострелило, у кого колени дико разболелись, а кто и вообще разогнулся не в силах.

Чтобы защититься от обострений и не испортить встречу с дачей, можно следовать простым, но важным правилам.

1. Включаться в активный жизненный поток нужно плавно, не перетруждать суставы и спину, не выкладываться по полной в майские. Пусть тело постепенно привыкает к повышенной нагрузке. Первый шаг – разогрев мышц, разминка, охватывающая тело «с головы до пят»: потягивания, наклоны, приседания, вращения.
2. Важно чередовать разные виды садовых работ (сидячие, стоячие, подвижные), чтобы равномерно задействовать участки тела. Например, отпилить ветки, потом засеять клумбу. Каждый час – 15-минут-

Удобрения закуплены, пины наточены, пышная рассада и стройные саженцы ждут не дожидаясь высадки в лунки! Кажется, все предусмотрено, все мелочи учтены? Но есть момент, о котором даже бывалые садоводы-огородники нередко забывают и снова наступают на грабли...

ный перерыв! Можно погулять с фотоаппаратом по окрестностям или пойти поздороваться с соседями.

3. Не поднимать тяжести! В крайнем случае, нужно делать это с прямой спиной, чтобы основная нагрузка приходилась на более мощные мышцы бедер, а не на поясницу. И не более 5 кг. Вывозить мусор и привозить 5-литровые бутылки с водой из родника только на тачке!
4. Май обманчив – земля не прогрета, сыро, ветрено... Спину и суставы надо держать в тепле – тепло способствует нормальному кровотоку в организме. Следует избегать сквозняков, не возиться в холодной воде и ничего не делать через боль!
5. Снять мышечную усталость, снизить вред от физических перегрузок и подстраховаться от обострений может помочь **АЛМАГ+** – настоящая находка для дачников! Этот портативный аппарат на основе импульсного магнитного поля отлично подходит как для профилактики, так и для лечения артрита, артроза, остеохондроза. Очередной лечебный курс можно провести как перед, так и прямо во время открытия дачного сезона.

ИНТЕРЕСНО! В Канаде «намагничивают» перед посевом семена сои, ячменя, гречихи, перцев, овса, огурцов и получают урожай на 20% больше, чем от необработанных семян.

В. Ю. Серяпова. К вопросу о воздействии магнитных полей на продуктивность культурных растений. СГУПС, г. Самара, 2017.

Как бороться с обострением, если оно все же случилось?

Действовать надо оперативно! При этом помнить: противовоспалительные препараты могут негативно влиять на ЖКТ и печень, и их принимают строго по назначению специалиста, короткими и нечастыми курсами.

АЛМАГ+ в отличие от лекарств действует на проблему локально и способен стать реальным выходом из «острой ситуации»:

для борьбы с обострениями у него есть особый лечебный режим со специальными характеристиками.

Удобный и мобильный АЛМАГ+ может мгновенно прийти на помощь! Ему под силу относительно быстро снять боль и отек, погасить воспаление и увеличить амплитуду движения скованного сустава.

Благодаря возможности активизировать кровоток, аппарат способен ускорять транспортировку и улучшать всасываемость в орган лекарств, способствуя приумножению общего лечебного действия.

Нередко в качестве подручных «спасателей» дачники запасаются аптечными мазями и гелями, которые сами по себе работают не очень эффективно – зато магнитофорез (наружное средство + магнитное поле аппарата) позволяет значительно улучшить их проникновение и усвоение!

Как поддерживать суставы в течение года?

Понятно, что людям с хроническими заболеваниями спины и суставов важно оказывать им постоянную лечебную поддержку. И не только ради встречи с любимым садом, но и ради нормального качества жизни в целом.

Дело в том, что артрит, артроз и остеохондроз выражаются разрушением суставных и позвоночных структур. Прогрессирование заболеваний способно просто-напросто лишить человека двигательных функций, довести до инвалидности! Тогда уж не до дачи – до окна бы доползти...

АЛМАГ+ в составе лечебного комплекса способен стимулировать кровообращение, обмен веществ и приток к поврежденному участку питательных элементов, а также ускорить выведение вредных продуктов распада, поддерживающих воспаление. Именно решение этих коренных лечебных задач позволяет повысить восстановительные способности организма и затормозить разрушительные процессы!

ИНТЕРЕСНО! Как показывают эксперименты, у картофеля, кукурузы, винограда, подсолнечника, пшеницы под воздействием магнитных полей улучшается прорастание, всхожесть, устойчивость к бактериям и грибкам, регенерация и урожайность.

cyberleninka.ru/article/n/vliyaniye-impulsnogo-elektromagnitnogo-polya-na-regeneratsionnyu-aktivnost-cherenkov-vinograda-sorta-moldova

В результате АЛМАГ+ дает возможность:

- устранить боль и воспаление;
- снять скованность, мышечный спазм и отек;
- поддерживать стойкую ремиссию артрита, артроза, остеохондроза;
- улучшить тонус мышц, повысить объем движений и жизненную активность.

Аппарат комфортен в использовании, имеет всего 3 кнопки для переключения режимов. Он компактный и легкий – можно брать с собой куда угодно: на работу, в поездку и, конечно, на дачу!

Важно, что при всем его удобстве и простоте аппарат способен обеспечить лечение профессионального уровня, потому что создавался как аналог стационарной медтехники для больниц. Все его параметры тщательно разработаны специалистами научно-технического центра «ЕЛАМЕД» (завод-производитель) и проверены в ходе многократных дополнительных клинических испытаний: **АЛМАГ+** – компания «Еламед» (elamed.com)

Чтобы не испортить долгожданную весну, людям с артритом, артрозом или остеохондрозом следует заботиться не только о лейках и тяпках, но и о своей опорно-двигательной системе! Крепкие суставы и выносливая спина – залог энергии и работоспособности дачников и всех, кто хочет жить активно и плодотворно.

Не стоит дожидаться, пока суставы истощатся и высохнут без лечения, как растение без полива, – нужно действовать прямо сейчас!

АЛМАГ+. Дачный труд – в удовольствие!

РЗН.2017/0194



СКИДКА 2000 Р

ВНИМАНИЕ РАСПРОДАЖА!
ТОЛЬКО ДО КОНЦА АПРЕЛЯ

В АПТЕКАХ:

Столички
СЕТЬ СОЦИАЛЬНЫХ АПТЕК
Аптеки

8 (495) 215-52-15

И

неофарм

8 (495) 585-55-15

1 ООО СЕТЬ СОЦИАЛЬНЫХ АПТЕК «СТОЛИЧКИ», г. Москва, ул. Гарибальди, д. 26, корп. 5, этаж 1, пом. I, ОГРН: 1167746476754. 2 ООО «НЕО-ФАРМ», г. Москва, ул. Обручева, д. 55А, ОГРН: 1037732007620.

РЕКЛАМА 16+

Также заказать аппарат (в т.ч. наложенным платежом) вы можете по адресу: 391351, Рязанская обл., Касимовский р-н, р.п. Елатьма, ул. Янина, 25, АО «Елатомский приборный завод» или на сайте завода: www.elamed.com. Бесплатный телефон завода: 8-800-200-01-13. ОГРН 1026200861620.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ