

**МОЙ  
МИР**

**УСПЕЙТЕ КУПИТЬ!  
ВЕСЕННИЕ ПОДАРКИ И СКИДКИ до -70%**

**ИЩИТЕ  
на стр. 15**

Реклама

**№13  
(634)**

**ТВ-программа с 1 по 7 апреля 2024 года**

# ТЕЛЕК

PRESSA.RU

**52**  
КАНАЛА  
**ТВ**

**КАЛЕНДАРЬ  
КРАСОТЫ  
И ЗДОРОВЬЯ  
НА АПРЕЛЬ**

**стр. 14**

**НАСКОЛЬКО  
БЕЗОБИДНЫ  
ЖИДКИЕ  
КАЛОРИИ?**

**стр. 13**

**К КОМУ СЧАСТЬЕ  
ПРИХОДИТ  
С ВОЗРАСТОМ?**

**стр. 4**

**5 ПРОБЛЕМ  
С РАССАДОЙ  
БАКЛАЖАНОВ**

**стр. 11**

**ОТПРАВЛЯЕМСЯ  
В КУЛИНАРНОЕ  
ПУТЕШЕСТВИЕ**

**стр. 10**

12+

**КАРДОС**  
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

# ЗОЯ БЕРБЕР

**МНЕ СПОКОЙНЕЕ, КОГДА  
ВСЁ ПОД КОНТРОЛЕМ**

**стр. 6**

Фото из личного архива Зои Бербер  
Фотограф: Александра Чистова

ISSN 2226-6380



9 772226 638770 24013



ИМПЕРАТОРСКИЙ  
МОНЕТНЫЙ ДВОРЪ

## К 155-летию таблицы Менделеева

Бесплатная юбилейная медаль для каждого россиянина!



0 руб.

Оплачивается только стоимость доставки –

349 руб.

### Нам есть чем гордиться, нам есть что сохранить для будущих поколений!

В России наука имеет богатую историю. Это не просто слово, это наша сила и гордость.

В этом году исполняется **155 лет** таблице Менделеева. Таблица Д. И. Менделеева – это фундаментальное открытие, одно из величайших достижений мировой науки, которое навсегда изменило ход истории человечества. И сегодня мы используем эти знания для создания новых технологий и улучшения жизни на Земле.

В честь Дмитрия Ивановича Менделеева, нашего соотечественника, и его гениального научного открытия Императорский Монетный Двор отчеканил памятную медаль как символ великого наследия русской науки.

Тираж юбилейной медали строго ограничен. **Каждый может заказать только одну памятную медаль.**

Памятная медаль, посвященная Д. И. Менделееву, является напоминанием о великих открытиях и изобретениях, благодаря которым Россия внесла значительный вклад в мировую науку и технологии. Эти достижения невозможно отменить или вычеркнуть из истории, они являются неотъемлемой частью нашего культурного наследия. Юбилейная дата гениального открытия мирового значения – это возможность отдать дань уважения русскому ученому и напомнить о важности научных исследований для развития всего человечества.

**Поддерживая коллекционирование таких медалей, мы сохраняем наше культурное наследие и передаем его будущим поколениям.** Сюжеты, изображенные на медалях, напоминают нам о великих достижениях и памятных событиях в истории России, которые служат источником гордости и вдохновения для наших детей.

### Закажите прямо сейчас!

Бесплатная линия резервирования

**8 (800) 234-32-19**

(ежедневно с 8:00 до 21:00)



или на сайте:

<https://imdvor.ru/mendeleev/>

Код резервирования

**12933103**



**БЕСПЛАТНО ДЛЯ КАЖДОГО РОССИЯНИНА ПРИ ОПЛАТЕ 349 РУБ. ЗА УПАКОВКУ И ПЕРЕСЫЛКУ**

**Каждый гражданин России имеет право на получение бесплатной медали, оплатить нужно только стоимость доставки – 349 руб.**

|                                  |   |
|----------------------------------|---|
| Код резервирования:              | <b>12933103</b>   |
| Аверс:                           | Портрет Д. И. Менделеева и личная подпись ученого и годы жизни  |
| Реверс:                          | Собирательный образ ученого на фоне земного шара; научные символы и элементы лабораторного оборудования; надпись: «Россия – миру» |
| Спецификация медали:             | Диаметр – 33 мм, высокое качество чеканки «пруф-лайк»   |
| Цена:                            | 0 руб. (при условии оплаты за упаковку и пересылку 349 руб.)  |
| Тираж:                           | Юбилейный тираж ограничен, каждый может заказать только 1 бесплатную медаль   |
| Бесплатная линия резервирования: | <b>8 (800) 234-32-19</b> (ежедневно с 8:00 до 21:00)  |

## Дмитрий Власкин попал в «Такси под прикрытием»

На Первом канале – премьера сериала «Такси под прикрытием». В центре сюжета – лейтенант полиции Алексей Турбин. Он каждый день патрулирует улицы на специально оборудованном такси, чтобы найти опасных преступников, а параллельно проводит личное расследование. Главную роль – лейтенанта полиции Турбина – сыграл актер Дмитрий Власкин. В сериале также снимались Кирилл Гребенщиков, Виктория Маслова, Юрий Кузнецов, Зоя Буряк, Сергей Интяков и другие.

– Хорошо ли я вожу машину – этот вопрос мне задал режиссер Стас Шмелёв при утверждении на роль, и я незамедлительно ответил: «Очень!», – рассказывает Дмитрий Власкин. – Я действительно считаю себя хорошим

водителем. А в «Такси под прикрытием» это было важно – хотя, помимо погонь на авто, мы заранее прорабатывали и рукопашные бои. Невозможно сниматься в эшкене и быть без единой царапины. На площадке работали и каскадеры. Съёмки сериала проходили в Санкт-Петербурге. Петропавловская крепость, Нарвские триумфальные ворота, вантовый мост – эти и другие достопримечательности города увидят зрители на экране.

Фото Первого канала



## «Ирония судьбы» представит авторскую песню в новом звучании

Какие песни вы предпочитаете? Если вы ответите «обязательно со смыслом», то практически наверняка среди ваших любимых авторов – Владимир Высоцкий, Виктор Цой, Юлий Ким, Вадим Егоров, Юрий Визбор, Олег Митяев. Услышать их легендарные песни – знакомые до каждой ноты, но никогда не надоедающие – можно в исполнении группы «Ирония судьбы» уже 6 апреля. Концерт под названием «Мне бы только знать» представит столичный Киноконцертный зал

«Эльдар» (Ленинский пр., 105).

Группа была основана Народным артистом РФ Олегом Митяевым в начале 2021 года и уже успела полюбить множество слушателей и выступить на одной сцене со многими легендарными исполнителями. Участники стараются переосмыслить отечественный рок и авторскую песню, при этом сохраняя душу композиций, но вплетая в их исполнение яркие оттенки других жанров.

Фото Олега Пшеницына



## Цирк «увидели» дети и взрослые

В Перми стартовал третий этап инклюзивного проекта для незрячих и слабовидящих людей «Цирк на ощупь», реализованный Российской государственной цирковой компанией. Проект два года назад был опробован в Петербурге и достиг федерального масштаба.

– Генеральный директор Росгосцирка Сергей Беляков принял решение оснастить до конца 2024 года оборудованием для тифлокомментирования все цирки России, чтобы они были до-

ступны для каждого, – рассказала заместитель генерального директора ФКП «Росгосцирк» Татьяна Бушкова.

Конечно, это стало возможным и благодаря профессиональным тифлокомментаторам. В данном случае, представление в пермском цирке комментировала специалист высшей категории программы «Особый взгляд» Наиля Ибрагимова.

– Цирковое искусство – зрелищное, и основной упор идет на визуализацию, – поделилась она впечатлениями. – По-

этому именно от тифлокомментатора зависит, какие эмоции получит зритель, что сумеет «увидеть». Его глазами являюсь я. Задача усложняется тем, что нужно максимально лаконично, быстро и при этом емко и понятно объяснить то, что происходит в режиме реального времени. Для этого я несколько раз смотрю представление, а потом в мельчайших подробностях отработываю каждый номер...

Сделать цирк более доступным для незрячих и слабовидящих поможет и мобильное приложение для смартфонов «Особый взгляд». Благодаря новой

функции прямого тифлокомментирования особенные люди могут «смотреть» цирковые представления без дополнительного оборудования.

Пока спрос на цирковые представления со стороны незрячих и слабовидящих превышает предложение. Но, как заметила Татьяна Бушкова, «цирки России будут стремиться к тому, чтобы для данной категории людей давать представления на постоянной основе». «Самое важное в этом проекте – какие эмоции испытывает зритель, – сказала она. – Это то, ради чего мы работаем».

Наталья АНОХИНА

Материалы и фотографии предоставлены МА «СТОЛИЦА»

## ПРОДАЙТЕ СВОЕ ЗОЛОТО ДОРОГО, ДЕНЬГИ СРАЗУ!

24 ФИЛИАЛА В МОСКВЕ  
БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД ЮВЕЛИРА К ВАМ ДОМОЙ

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

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

### 1. Разбираем, чем это лучше ломбарда? Насколько удобнее и выгоднее?

В отличие от ломбарда, цена в скупке в разы выше. Ломбард принимает дешево и надеется заработать на том, что клиент не сможет выкупить залог. Скупка же ориентируется на фиксированную цену биржи, работает по государственному образцу, имеет в штате профессиональных ювелиров. Ломбард не оценивает камни, в скупке же учтут и их стоимость. Так же ломбард накладывает на вас долговые обязательства. В скупке вы сразу получаете максимальную стоимость вашего

золота или ювелирных изделий, наличными или на карту, мгновенно.

### 2. Чем скупка «Аурум» отличается от других?

24 филиала по всей Москве. Главный офис компании расположен на ул. Петровка, недалеко от Большого театра и Высоко-Петровского монастыря. Имеет свои ювелирные магазины. Часть изделий будет реализована в них. А за такие изделия вы получите значительно больше денег. Другие скупки примут все как лом, по весу. Кроме того, компания «Аурум» работает официально, имеет лицензию Федеральной пробирной палаты.

### 3. Выездная скупка от компании «Аурум».

Новый сервис для вашего удобства. Наш профессиональный ювелир (на фото именно он, согласитесь, так спокойней?) бесплатно приедет к вам домой, на работу,

встретится в кафе в любое удобное для вас время. При себе имеет все необходимые инструменты, при вас произведет оценку, ответит на все ваши вопросы.



### Выездная скупка – насколько это удобно? Спросим у читателя, Расторгуевой Валентина Ивановны.

Позвонила. Приехал приятный молодой человек. Угостила чаем, Артем (на фото) разложил на столе все свои приборы ювелира. Рассказал, как определяет пробу, смотрит камни. Очень увлекательно. Поболтали... В итоге предложил мне 73 000 р. за три ненужных старых кольца и серьги. Согласилась, тут же пришел перевод на карту. Всем рекомендую. Сразу видно, что тут работают честно!



## ВЫЗОВ ЮВЕЛИРА

8 (800) 551-84-34

ВЫПЛАТА НА МЕСТЕ,  
НАЛИЧНЫЕ ИЛИ ПЕРЕВОД НА КАРТУ!



Максимальная оценка



Выплата наличными или переводом на карту



Любые драгоценные металлы, в любом состоянии



Высокие рыночные цены



Принимаем в скупку дороже любого ломбарда



Не продавайте без нашей экспертной оценки

ВСЕ ФИЛИАЛЫ РАБОТАЮТ ДЛЯ ВАС БЕЗ ВЫХОДНЫХ С 10:00 до 20:00 • м. «Трубная», ул. Петровка, 26, стр. 2 (вход в магазин «Кристалл мечты») • м. «Смоленская», ул. Арбат, 20 (вход в тату-салон «Дракон») • м. «Китай-город», Б. Спасоглинищевский пер., 1 • м. «Аэропорт», Ленинградский пр-т, 62 • м. «ВДНХ», пр-т Мира, 146 • м. «Проспект Мира», пр-т Мира, 38 • м. «Сходненская», ул. Героев Панфиловцев, 1/2 • м. «Беляево», ул. Миклухо-Маклая, 47А • м. «Улица 1905 года», ул. Красная Пресня, 23, корп. Б, стр. 1 (вход в магазин «М.Видео») • м. «Павелецкая», ул. Валуева, 2-4/44, стр. 1 • м. «Славянский бульвар», Славянский бул., 5, корп. 1 • м. «Красносельская», ул. Краснопрудная, 22-24 • м. «Братиславская», ул. Братиславская, 12, стр. 1 • м. «Дмитровская», Бутырская ул., 97 • м. «Котельники», Новорязанское шоссе, 1А • м. «Кузьминки», ул. Маршала Чуйкова, 4 • м. «Полянка», ул. Большая Полянка, 30 • м. «Ломоносовский проспект», Мичуринский пр-т 3 • м. «Коньково», ул. Профсоюзная, 109, корп. 2 • м. «Теплый Стан», Новоясеневский пр-т, 2Б, стр. 2 • м. «Кантемировская», Пролетарский пр-т, 23А • м. «Щелковская», ул. Уральская, вл. 4Г • м. «Проспект Вернадского», пр-т Вернадского, 39 • м. «Тургеневская», ул. Мясницкая, 30/1/2, стр. 1

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



РЕКЛАМА. ООО «АУРУМ», ОГРН 1207700387245, ул. Петровка, 26, стр. 2

## СЕКРЕТ УСПЕХА

## О чём спросить на собеседовании?

Какие вопросы следует задать рекрутеру на собеседовании, чтобы не только расположить его к себе, показать свою заинтересованность, но и получить нужные сведения для принятия правильного решения?



## ОБУЧЕНИЕ

Для многих соискателей возможность получить качественное обучение – достаточно весомый довод в пользу компании. Узнайте, как построен процесс обучения, существует ли система наставничества, как организована адаптация новых сотрудников?

## ДЕТАЛИ ПРОЦЕССА

В ходе собеседования рекрутер, скорее всего, расскажет вам о компании в целом, но после окончания встречи вы должны иметь представление о рабочем процессе и оценке достижений:

- Каких результатов ждет от вас руководитель после испытательного срока и что изменится после его успешного прохождения?
- Какой работой вам придется заниматься в течение дня?
- По каким критериям будет оцениваться ваша работа?
- Какой график работы вас ждет и будут ли иметь место переработки?
- С какими сложностями придется столкнуться в процессе?
- Почему появилась вакансия и есть ли возможность пообщаться с предшественником?
- Сможет ли вас кто-то заменить на время отпуска и нужно ли будет постоянно оставаться на связи в этот период?

## МАТЕРИАЛЬНЫЕ МОМЕНТЫ

В случае если работодатель готов взять вас в штат, самое время уточнить, какая сумма заработной платы будет прописана в трудовом договоре, какая существует система бонусов и штрафов, а также поинтересуйтесь, что входит в компенсационный пакет (корпоративные скидки, полис ДМС и т.д.).

Совсем недавно в обществе царил культ молодости. Нельзя сказать, что сейчас он полностью ушел в прошлое – например, с ним можно столкнуться при устройстве на работу, если вы старше 45 лет.

Но что касается личной жизни, правила перестают быть слишком строгими. Люди, которым уже далеко за 20 или даже 30, понимают, что тоже заслуживают счастья – и находят его! Просто с возрастом становится очевидно, что искать счастье нужно не так, как в юности.

## Возможность двигаться

Заметив боль в суставах и дискомфорт во время движения, многие считают, что активная часть жизни осталась позади. Но фокус в том, что регулярные и умеренные физические нагрузки благоприятно сказываются на здоровье в любом возрасте. Поэтому берите с собой супруга или подругу – и шагом марш в бассейн, фитнес-клуб, в парк! Даже если есть некоторые особенности здоровья, двигаться необходимо. Просто лучше делать это после консультации со специалистом. Вот увидите, спустя некоторое время вы почувствуете себя по-настоящему счастливыми.

**Народная мудрость: в 20 лет мы переживаем о том, что о нас подумают. В 40 лет нам всё равно, что о нас думают окружающие. В 60 лет мы понимаем, что о нас никто никогда не думал.**



# Счастье приходит с возрастом!



## Жизнь без оглядки

Этим и хороши современные реалии: аргумент «а что люди скажут?» больше не работает! Какое дело окружающим, если вы ходите на танцы в ближайший клуб, занялись пением или записались в бассейн? Главное – чтобы вам было комфортно, чтобы вас окружали единомышленники. А там можно и новую специальность освоить, и с компьютером перейти на «ты», и заняться волонтерством. Если хочется двигаться вперед, смело отбросьте доводы типа «чего людей смешит в моем возрасте?» или «это только для молодежи». Вы и есть молодежь! А еще любая активность очень помогает наладить отношения с детьми и внуками. Ваш пример и их может вдохновить на новые увлечения. Разве это не счастье?

## Опыт как страховка

Счастье в том, что благодаря жизненному опыту вы можете действовать на опережение: не ждать, когда отношения развалятся, а «подстелить соломки»; не ждать, когда здоровье подкачает, а заблаговременно сходить к врачу... Счастье в зрелом возрасте заключается в том, что вы уже сформировавшаяся личность. Это позволяет жить в ладу с собственным телом и духом. Гармония ведь тоже одна из составляющих счастья.

## Расцвет отношений

В молодости люди во многом себе отказывают: то ждут, когда дети вырастут и встанут на ноги, то когда закончится важный проект на работе, то еще что-то неотложное. После пятидесяти наконец наступает время свободы! Дети уже самостоятельны, карьерным вершинам хочется предпочесть спокойствие и стабильность. Можно посвятить время личной жизни! Напрасно многие стесняются позволить себе флирт, боясь оценок морали. Ведь подавляя в себе сексуальные порывы, женщина рискует своим здоровьем и ощущением молодости. Так почему бы не порадовать мужа более яркой сексуальной активностью? Это шанс пережить второй (третий и так далее) медовый месяц.



Стройная фигура, лицо без морщинок и никакой седины в шевелюре – вот преимущества молодых. Но не стоит забывать, что и у женщин элегантного возраста они есть! Жизненный опыт, уверенность в себе, внутренняя свобода – то, что ценят окружающие и что приходит только с годами.

Чего не стоит делать, так это молодиться внешне при помощи ультрасовременных вещей или подростковых повадок! Женщина в возрасте – это генерал, способный выиграть битву за счет знания стратегии и тактики. Она умеет подчеркивать свои достоинства и скрывать недостатки. И тогда элегантный образ начинает выглядеть ничуть не менее женственно, чем молодежный.

Синдром опустевшего гнезда настаивает только те пары, которые не готовятся к моменту, когда дети станут самостоятельными. Есть смысл заранее позаботиться о хобби, на которое вы переключитесь, оставшись вдвоем.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Преимущества элегантного возраста

ДЕТАЛИ

## Нина Гогаева окунулась в 60-е

1 апреля в рамках линейки «Сквозь слёзы к счастью» на телеканале Домашний состоится премьера проекта «Семейные призраки» с Ниной Гогаевой в главной роли. История интеллигентной семьи Деминых начинается в далеких 60-х на подмосковной даче. В центре сюжета – домохозяйка Лидия Сергеевна, ее муж Георгий Васильевич – ученый-конструктор, сын Слава – студент факультета ракетной техники и дочь Таня – красивая и умная молодая девушка. Лидия готовится отметить свой день рождения в теплом семейном кругу. Однако ее планы рушатся, как только она видит, что сын Слава приехал не один, а с невестой Зоей. С этого момента проблемы Лидии начинают расти как снежный ком.

– Это история зрелой семьи, которая проходит испытание на прочность, – рассказала исполнительница роли Лидии актриса Нина Гогаева. – Учитывая то, что я ребенок СССР, который хорошо помнит и любит дух того времени, – мне было проще, чем, например, моим коллегам, которые сегодня только заканчивают институт и, соответственно, дети совсем другой эпохи. Чисто внешне наше советское время, помимо моды, макияжа и прически, отличает иная походка, речь, жестикация, теплый участливый взгляд и прямая человеческая, не испорченная современными гаджетами осанка. Я старалась помнить об этом, работая над ролью.

Фото телеканала Домашний



## ОПЫТНЫЕ ДИЗАЙНЕРЫ

- ★ ПОЛИГРАФИЯ
- ★ СУВЕНИРКА
- ★ НАРУЖНАЯ РЕКЛАМА

ВОПЛОТЯТ ЛЮБУЮ ВАШУ ИДЕЮ!



ОЧЕНЬ ДОСТУПНО И ВЫГОДНО!



БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ И ПЕРЕПЛАТ!



8 (903) 008-80-03

# ЧЕМ ОПАСНА БЕССОННИЦА, ИЛИ ПОЧЕМУ ЛЕКАРСТВА БОЛЬШЕ НЕ ПОМОГАЮТ?

## ШОКИРУЮЩАЯ ПРАВДА ОТ РОССИЙСКИХ УЧЁНЫХ

**«Болят, ничего не помогает». Или «Мне прописали таблетки, а они не действуют». Знакомо?**

**Особенно если тебе далеко за 50 или даже 80. И дни, когда ничего не болит, стали редкими, как солнце в ноябре. Чувствуешь, как с каждым днём всё больше превращаешься в комок застарелых болячек. И не спишь по ночам...**

**Но не спешите ругать докторов. Или обвинять аптеки, что продают нам неэффективные «пустышки».**

**Российские учёные нашли причину, почему лекарства иногда не помогают. Ответ на этот вопрос Вас просто шокирует!**

### ПОЧЕМУ МЫ БОЛЕЕМ?

Вы удивитесь, но причина практически всех наших бед лежит в плохом сне. Да-да, вы не ослышались.

Нет, сам по себе недосып не является причиной серьёзных заболеваний. Но он, как спусковой крючок, может спровоцировать инсульт, гипертонический криз, нарушение памяти, заболевания сердца и даже сахарный диабет.

А всё потому, что при дефиците ночного сна активность вашего мозга начнёт стремительно снижаться. Мозг пытается компенсировать недосып. И активирует те части мозга, которые не должны работать.

Это как резервная электрическая станция у человека. Когда же резервы уже исчерпаны, клетки мозга начинают потихоньку отмирать и «выключаться», как перегоревшие лампочки.

Вы понимаете? Так ведь и до болезни Альцгеймера не далеко... Сойти с ума на старости лет?! Что может быть хуже?

Кроме того, сон позволяет мышцам расслабиться. А если вы спите мало? Или сон чуткий, прерывистый? Мышцы находятся в постоянном напряжении. Это касается и сердечной мышцы. И мышц, которые держат ваши суставы и позвоночник. Страдают все без исключения!

А сосуды? Они становятся зажаты мышцами! Их просвет сужается. В итоге кровь не поступает в должном объёме. А вместе с ней и кислород, и питательные вещества.

Следовательно, и лекарства при нарушенном кровотоке могут хуже действовать! Но выход из этого замкнутого круга есть!

### ЛЕЧИТЬСЯ ВО СНЕ — ЭТО РЕАЛЬНО!

И вот тут начинается старая песня: «болит, ничего не помогает», «мне прописали таблетки, а они не действуют». Да, не помогают. Потому что у вас проблемы со сном! А об этой простой причине многие даже не догадываются!

Не зря грамотные врачи первым делом задают вопрос: «А как Вы спите?». Итог один: пока вы страдаете нарушениями сна — болезни не уйдут!

Ведь если в лодке пробоина, то сколько ни вычерпывай воду, она снова наполнит лодку.

Но стоит наладить сон, как если не все, то большинство проблем со здоровьем решатся сами собой! Так сказать, «одним ударом убить семерых».

Но с возрастом сделать это самостоятельно крайне сложно. Увы, так устроена наша физиология. Уже после 45 лет снижается выработка мелатонина (гормона сна). К 60 его катастрофически не хватает.

Вот тут становится нужна помощь профессионала! В результате многолетних исследований был создан один из первых аппарат для лечения нарушений сна — «Selfdocs Vizion» («Вижн»). Аналогов которому на сегодняшний момент практически нет в мире!

### ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

- **Нормализация и улучшение качества сна;**
- **Снижение общего напряжения и чувства усталости;**
- **При стрессе и эмоциональных нагрузках;**
- **Психосоматические расстройства;**
- **Головные боли, связанные с умственными и эмоциональными нагрузками;**
- **Депрессия.**

### МЕДИЦИНА БУДУЩЕГО

Вы наверняка уже слышали, что есть аппараты для лечения суставов, позвоночника и даже желудка. Подобных предложений на рынке сейчас великое множество. Но вот аппарат для лечения нарушений сна появился недавно.

«Вижн» — это принципиально новый подход к лечению большинства заболеваний. Он может многое, к примеру — вернуть вам потерянный сон! Аппарат прошёл все клинические испытания, и является медицинским изделием.

Это значит, что вы можете быть уверены: качество — на высоте!

А недавно «Вижн» был представлен на Российской неделе здравоохранения — 2022. Самой значимой выставке достижений отечественной медицины. Где произвёл полнейший фурор.



Как среди медиков, так и среди простых людей. Всё потому, что помимо улучшения качества сна, у «Вижн» есть дополнительные супервозможности.

### ПОСМОТРИТЕ ДРУГИМИ ГЛАЗАМИ!

Так как лечебные импульсы аппарата поступают в мозг через сетчатку глаза, «Вижн» положительным образом воздействует и на органы зрения.

Это приятный бонус, который способствует улучшению зрения при таких заболеваниях, как:

- **Близорукость (миопия):** профилактика и лечение близорукости;
- **Дистрофия сетчатки:** снижение риска развития дистрофии сетчатки;
- **Астигматизм:** стабилизация работы аккомодационного аппарата глаза;
- **Глаукома:** нормализация внутриглазного давления;
- **Катаракта:** профилактика и лечение начальной стадии катаракты;
- **Атрофия зрительного нерва:** профилактика дегенерации зрительного нерва;
- **Спазм аккомодации:** расслабление мышечного аппарата глаза при длительной интенсивной нагрузке;
- **Астенопия (зрительная усталость):** устранение боли и дискомфорта в глазах.

Так, проводя процедуры на аппарате «Вижн», одним выстрелом можно убить двух зайцев. И наладить сон, и улучшить зрение. Здорово?

### ПРОСТО, НЕДОРОГО, ЭФФЕКТИВНО

«Вижн» сделан в виде специальной маски, которая полностью повторяет анатомическую форму черепа.

И для того, чтобы начать лечение, достаточно просто надеть аппарат на голову и нажать кнопку.

Эластичные крепления подойдут на любой объём головы.

Это не вы подстраиваетесь под аппарат, а аппарат подстраивается под вас! Ещё никогда лечение не было таким простым и комфортным. Процедуры легко можно проводить дома, самостоятельно. Согласитесь, это очень удобно! Что происходит во время сеанса?

Лечебные импульсы аппарата через сетчатку глаза поступают в головной мозг. И дают ему сигнал, что ваш организм устал и нуждается в отдыхе. В ответ получают реакцию нейронов головного мозга. И он начинает готовить организм ко сну.

Происходит общее расслабление мышечной мускулатуры, изменяется обмен веществ и работы внутренних органов.

Организм переключается в режим «энергосбережения».

Это нужно для того, чтобы утром вы встали бодрыми и отдохнувшими. Полными сил. Без головной боли, отёков и мешков под глазами.

Ваш сон становится глубоким, здоровым. Вы уже не просыпаетесь от каждого шороха.

А в случае пробуждения быстро засыпаете снова. На утро голова ясная. А по ощущениям, будто 20 лет скинули! И это уже после первых процедур!

### ОБРАТНАЯ СТОРОНА ТАБЛЕТКИ

Очень многие люди (возможно, и вы тоже) в борьбе с нарушением сна допускают одну, но очень серьёзную ошибку. Это снотворные!

А больше, как правило, врачи ничего не выписывают. На первый взгляд, снотворные кажутся вполне безобидными. Они помогают справиться с нарушениями сна и невротами.

Но в действительности большинство из них вызывают быстрое привыкание, перерастающее в зависимость. Оказывают токсические действие и со временем разрушают организм. Они могут даже вывести из строя целые органы (печень, сердце, почки, а главное — головной мозг).

И чем дольше вы их принимаете, тем последствия страшнее.

### «ВИЖН» ЖЕ ДЕЙСТВУЕТ БЕРЕЖНО

- **Лечебный эффект часто наступает уже после первого применения;**
- **Не вызывает привыкания и не оказывает токсического действия;**
- **Дополнительно улучшает ещё и работу органов зрения;**
- **В отличие от снотворных, можно совмещать с любыми лекарственными препаратами;**
- **Отечественного производства, и имеет статус медицинского изделия.**

**Сколько вы уже лечите свои заболевания? Месяц, год, а может больше? Сколько уже потратили на таблетки, которые не помогают? И не помогут. К сожалению. Потому что вы идёте не тем путём. Выход в другой стороне! Только подумайте! Ещё год назад для людей с нарушениями сна альтернативы практически не было. А сейчас у вас есть выбор! Российские учёные сделали вам поистине шикарный подарок в виде аппарата «Вижн». Вот она, медицина будущего, пользуйтесь! Не мучайтесь, хватит страдать. Подарите себе, наконец, шанс на здоровую, полноценную жизнь — закажите аппарат «Вижн». А если поторопитесь — успеете приобрести его до повышения цены. Звоните 8-800-505-57-42. И помните, жизнь одна. Запасной не будет!**

**МИНИМАЛЬНАЯ ЦЕНА ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ!\***



**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!**

**8 (800) 505-57-42 WWW.PRODEX.RU**

**ДОСТАВКА БЕСПЛАТНАЯ**

**БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА**

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Доставка Почтой России или курьером до двери. Оплата при получении. ООО «Поток» ОГРН 121660004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. \*Акции действуют с 27.03.2024 по 27.04.2024 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.

Зрители телеканала СТС с нетерпением ждут выхода на экраны второго сезона сериала «Тётя Марта».

**Зоя БЕРБЕР:**

# Мне спокойнее, когда всё под контролем»

**В** начале апреля он наконец стартует и порадует не только новыми поворотами сюжета, но и новыми персонажами. Так, в коллектив «Тёти Марты» влилась популярная актриса театра и кино, телеведущая Зоя Бербер. Мы расспросили ее о роли, о переходе на СТС и многом другом.

## Разные краски одной роли

– Зоя, «Тётя Марта» – ваш первый проект для СТС. Какой вас увидят зрители канала?

– Неоднозначной. Такую героиню я играю, наверное, впервые. Вера строит из себя хорошую, но не скрывает, что ради цели может пойти по головам. При этом она не стерва, скорее стервелочка. В ней есть разные краски, и этим роль особенно интересна. В жизни тоже нужно уметь быть разной, чтобы найти общий язык со всеми, особенно с детьми, которые лучше чувствуют фальшь. Но Вера все-таки пытается обмануть это чутье. Внешне образ тоже получился для меня новым. В отличие от меня Вера достаточно элегантная и деловая. Я больше за комфорт.



«Стервелочка» Вера в исполнении Зои Бербер.

– Вы отмечали, что осторожно соглашаетесь на комедию. Почему «Тётя Марта»?

– Я осторожно соглашаюсь почему? Потому что комедия должна быть хорошей. «Тётя Марта» – один из тех проектов, которые зритель полюбил как раз потому, что это хорошо написанная и снятая история.

## Правильный диалог с детьми

– Если посмотреть посты ваших коллег про «Тётю Марту», кажется, что съёмки в этом проекте для всех особенные. Какие моменты вспоминаются?

– Самое яркое, как всегда, осталось за кадром. Например, то, как мы с Александром Метёлкиным раскалывались и громко хохотали, а вся группа была вынуждена ждать, пока мы просмеемся. Это наш первый совместный проект, но настроение друг друга удалось поймать достаточно быстро. Он в какой-то момент сказал: «Все, мы встряли». А я отвечаю: «Мы-то ладно. Вот группа точно встряла». (Смеется.)

– Ваш личный материнский опыт помогал находить общий язык с кинодетьми, которых в сериале немало?

– Да. Я считаю, важно держать дисциплину, детки иногда в этом нуждаются. Также нужно не ставить себя выше или ниже ребенка, а общаться так, будто вы одного возраста. При этом желательно, чтобы не ты превращался в десятилетку, а ребенок поднимался, например, лет до семнадцати или даже двадцати. Главное – диалог, и тогда все получится.

а девочки говорят: «Мы-то думаем, чего не хватает». (Улыбается.)

– А выходной без чего не представляете?

– Иногда обходится без выходного – вот это жутко. А в выходной мне надо лежать, энергию копить. (Смеется.) Вообще, у меня распределение. Есть, например, день, когда надо сходить почистить пёрышки: сделать ноготочки, волосы подкрасить. Есть бытовой день, когда нужно прибраться, закупить что-то по хозяйству, разобрать вещи. Есть у нас день-балдень, когда мы с дочкой ничего не делаем. Есть еще деловой день, когда нужно съездить на пробы, за документами, встретиться с людьми. Это, кстати, помогает объяснить дочке, почему у мамы выходной и она не дома.

## «Люблю всё, что бодрит»

– В бьюти-дни, когда нужно почистить пёрышки, есть любимые процедуры?

– Массаж люблю. Вообще все, что освежает и бодрит. Например, отросли ноготочки, и я уже переживаю: в кадре припрячу, кремиком намажу. Когда все процедуры сделаю, могу не волноваться. Также и в бытовой день: все закупила и уже спокойна, что как мама и хозяйка выполнила часть работы.

– Рациональный подход. Его, кстати, часто отмечают, когда про Дев говорят.

– Так комфортнее. Мне действительно спокойнее, когда все под контролем. У меня был молодой человек, который говорил: «Перестань все контролировать». А потом появился другой, который сказал: «Давай расскажу, как все происходит, чтобы тебе было проще держать контроль над ситуацией». Вот за него я замуж выхожу. Он понял эту концепцию. (Смеется.)

## Выходные на любой вкус

– Вы рассказывали, что любите со всеми обниматься, приезжая на площадку. Без каких ещё привычек не обходится съёмочный день?

– Люблю шутить, смешить, бодрить, желать приятного аппетита, по утрам включать музыку на гриме. Помню, в крайний съёмочный день заболталась, и я забыла эту традицию. Потом вспомнила,



## ПОДРОБНОСТИ

### Когда знание – сила

– А в целом астрология вам близка?

– Да, я даже училась, хоть и не окончила. У астролога Инны Любимовой есть школа, а Инна – мой хороший друг. В свое время мы так и познакомились: я пришла к ней на мероприятие и сказала: «Хочу с вами дружить». На что она ответила: «Давай сначала сделаем твою

натальную карту». (Смеется.) Сделала: «Да, можем дружить».

– В работе этот опыт помогает? Например, знание, кто партнёр или режиссёр по знаку зодиака?

– Очень помогает, в том числе и на пробах. У Овнов, например, есть способность чувствовать лесть, но при этом они очень любят комплименты. То

есть твоя задача – найти в Овне что-то действительно классное, что тебе самой нравится, и обратить на это внимание. Может, пройти пробы это и не поможет, но плюс к карме точно обеспечит. (Улыбается.)

Подготовила  
Ольга БЕЛЬСКАЯ



В Москве идёт работа над сказочным блокбастером «Финист. Первый богатырь» – совместным проектом студии Yellow, Black and White, онлайн-кинотеатра START и телеканала «Россия», при поддержке Фонда кино.

Создатели картины решили расширить сказочную кино- вселенную и рассказать предысторию полюбившихся зрителю персонажей фильмов «Последний богатырь», «Последний богатырь: Корень зла» и «Последний богатырь: Посланник Тьмы».

## Сказка о Финисте

Роли в сказочной истории исполняют Кирилл Зайцев, Юлия Пересильд, Елена Яковлева, Фёдор Добронравов, Сергей Лавыгин, Фёдор Гамалея, Софья Зайка, Артём Гайдуков и другие артисты. Снимает фильм Дмитрий Дьяченко, который многим зрителям знаком по своим работам над «Последними богатырями», «Кухней» и, конечно же, «Чебурашкой».

На этот раз в центре сюжета – самый удалой и неотразимый богатырь Белогорья Финист Ясный Сокол. Все остальные богатыри на него равняются, дети хотят быть на него похожими, а девушки просто заглядываются. Финист отправится в восточные земли, где поймет простую истину: один в поле не воин!

– Трилогия «Последний богатырь» закончилась, но наше желание развивать эту вселенную сохранилось, – поясняет сценарист и генеральный продюсер проекта Виталий Шляппо. – Для этого мы выбрали Финиста Ясного Сокола, решив, что за собственными приключениями самого сильного, самого смелого и самого яркого богатыря Белогорья будет интересно наблюдать всем поклонникам наших героев.

Сергей Лавыгин в образе помощника главного героя – Мелехи.

Одну из ролей в фильме сыграл Фёдор Гамалея.



# Кирилл Зайцев отправился в сказку



Юлия Пересильд сыграла молодую Бабу Ягу.



Появится в фильме и Фёдор Добронравов.



## Старые знакомые

Некоторые персонажи в этом фильме зрителям уже знакомы по трем частям «Последнего богатыря».

– С одной стороны – это совсем новая история, – рассказывает режиссер-постановщик проекта Дмитрий Дьяченко. – Но главный герой настолько другой, что мне – несмотря на то, что я снял три части «Последнего богатыря», – очень интересно приступить к этой работе. В «Финисте» по-прежнему присутствует искромётный юмор, но представлена уже более глубокая история главного героя. Это меня подкупает, и я надеюсь, что мое чувство воодушевления удастся передать зрителям.

К роли богатыря Финиста вернулся Кирилл Зайцев.

– Я, конечно, не ожидал, что про моего персонажа Финиста будут снимать отдельный фильм, – признается Кирилл. – Но, когда я прочитал сценарий, он мне сразу понравился. Для меня наша история по-актерски интересна предлагаемыми обстоятельствами, в которые попадает мой герой. Помимо этого, постоянно идет развитие: и с героем происходят изменения, идет смена интересных локаций, появляются новые яркие персонажи... Работая в такой сильной творческой команде, я получаю большое удовольствие!

## Компания – что надо!

Зритель познакомится со множеством новых персонажей. Вместе с Финистом в восточные земли отправятся его помощник Мелеха (его играет Сергей Лавыгин) и помолодевшая Баба Яга (в этом образе мы увидим Юлию Пересильд).

– Мне кажется, для любого артиста сыграть в сказке – это, конечно, мечта, – говорит Юлия Пересильд. – Я в этой сказке играю молодую Бабу Ягу, которая очень переживает из-за того, что ей придется постареть... Моя героиня – забавная, очень милая, и при этом еще и хулиганка...

Во время своего непростого путешествия Финист и его друзья встретят загадочного изобретателя Анарифа в исполнении Фёдора Добронравова.

– Я много лет мечтал сняться именно в такой сказке, поэтому, когда мне прислали сценарий, я не раздумывал, у меня бы-ло

только одно желание: чтобы меня утвердили, – признается Добронравов. – Мой герой Анариф – изобретатель, он как бы обычный человек, но просто невероятно умный и очень любящий науку...

## Съёмки в Казахстане

Съёмки проходили в Москве, Подмосковье и Казахстане. Один из блоков был снят в декорациях крепости Номад, которая была построена в 2004 году для фильма «Кочевник». Художники фильма «Финист. Первый богатырь» отремонтировали стены крепости и построили вокруг них невероятно красивый, но реалистичный город Центральной Азии, будто сошедший с картин Василия Верещагина.

Также среди съёмочных локаций Казахстана были Поющий бархан, Чарынский каньон, город Конаев, а также окрестности Алматы (леса и горы), национальные парки, степи и пустыни.

– Это была одна из самых эмоционально ярких поездок за всю мою творческую деятельность, – вспоминает Дмитрий Дьяченко. – За одну долгую поездку – она продолжалась больше месяца – мы побывали в шести абсолютно разных по природе местах. Финалом наших съёмок в Казахстане была погоня, где были взрывы, полеты, драки, невероятная сцена с арбузами, подробности которой сейчас не буду раскрывать. Целый водоворот захватывающих событий!

Валерия ХВАЩЕВСКАЯ

Главную роль в фильме исполняет Кирилл Зайцев.



Часть съёмок прошла в Казахстане.

## ДЕТАЛИ

### Сказочный реализм

В массовых сценах фильма участвовали около 300 актеров массовых сцен, которые были тщательно отобраны на этапе кастинга. Даже верблюда для одного из героев отбирали долго и тщательно: необходимо было учесть не только внешние данные, но и особенности линьки верблюдов из-за разницы климатов на локациях.

– Я очень люблю создавать сказочный реализм, – говорит режиссер. – Это такой жанр, где волшебство случается с реальными людьми. Несмотря на то что наши герои попадают в абсолютно новую для себя сказочную страну, она оказывается реалистичной: там живут обычные люди, ходят верблюды, павлины и петухи. Эта реалистичность и отличает наш фильм от многих других, созданных в павильонах, с большим количеством компьютерной графики. Поэтому у наших героев – засаленные волосы, мокрая и иногда грязная одежда, а окружает их пыльный и реалистичный мир. Фильм будет живым и настоящим. Спасибо Казахстану – я всегда буду рад приехать туда еще раз! Отметим, что этот фильм на экранах кинотеатров зрители смогут увидеть только 1 января будущего года.

– Любви к сказкам, как известно, все возрасты покорны! – говорит генеральный продюсер картины Антон Златопольский. – Наши чудо-богатыри завоевали колоссальный успех не только в кинопрокате, но и стали бессменными хитами новогоднего телеэфира. Они открыли новый тренд российского современного кино – и доказали, что для нашего зрителя нет жанра благодарнее, чем истинно родные киносказки: ироничные, зрелищные, стонким смыслом, веселые и многогранные.



Миллионы зрителей узнали и полюбили его после выхода на экраны сериала «Ментовские войны», где Дмитрий органично вжился в образ оперуполномоченного по прозвищу Джексон, хотя фильмография артиста значительно больше.

**В**от только некоторые из фильмов с участием Дмитрия: «Истребители», «Белый тигр», «Снайперы: Любовь под прицелом», «Братья по обмену», «Последнее путешествие Синдбада», «Чужой среди своих», «Физрук», «Великая», «Молодая гвардия»... Мы встретились с Дмитрием и поговорили о творчестве, музыке, семье и просто о жизни.

### «Мой герой обожает рок и внушек»

– Дмитрий, сейчас вы снимаетесь сразу в двух новых проектах, можете рассказать, каких именно?

– Меня наконец-то пригласили сняться в картине для детей, да еще в роли положительного персонажа, о чем я давно мечтал. Потому что режиссеры чаще видят меня в роли злодеев, хотя душа просит друго-

## Дмитрий БЫКОВСКИЙ:

# // Семья держится на любви»



го. И когда мне предложили роль современного продвинутого деда, который обожает рок и своих внушек, я сразу согласился. А вот другая картина предназначена для взрослого зрителя. Сюжет разворачивается на Севере, где живет мой герой, бывший моряк. Роль, опять же, положительная, и мне это очень приятно играть.

– **Надо же! Вы играете деда, который любит рок, и сами обожаете музыку, выступаете с концертами. Можно сказать, прямое попадание...**

– Я всегда говорю – петь не умею, но очень люблю. Я, скорее, поющий актер, нежели певец. Но без песен и музыки не могу. Помню, как в детстве за длинным столом в деревне собиралась наша многочисленная родня, и тетушки затягивали песни на разные голоса. Их никто не учил, но

### ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:

– **Здоровья, добра и мирного неба. И ещё – чаще прощайте друг друга, не держите зла, зло разрушает человека.**

все песни они по голосам раскладывали, и это так здорово звучало! Сейчас эта традиция, к сожалению, ушла. А я до сих пор помню: сидишь у реки, а через речку голоса льются, да так красиво, хоть плачь. Я и в ресторанах раньше пел, подрабатывал. И как-то так получилось, что до сих пор пою. Выступаем с концертами по стране, недавно месяц гастролировали по Ростовской и Воронежской областям.

### Когда сбываются мечты

– **Путёвку в большое кино вы получили, снимаясь в картине «Ментовские войны». А для**

### КСТАТИ Город с душой

– **Вы живёте в Петербурге, куда переехали из Воронежа, больше 20 лет. Но сейчас всё чаще вас можно застать в Москве...**

– Да, вся работа у меня сегодня практически здесь. Из Большого Драматического театра (БДТ), что в Петербурге, я ушел, отслужив там 13 лет. Теперь приглядываюсь к московским театрам. Возможно, скоро выйду на подмостки одного из них. Но якорь, брошенный в Петербурге, не срываю. Семья у меня там. И город этот очень люблю. В детстве у меня была книжка «Город Ленинград». Сколько себя помню, она всегда была со мной, я ее всю исчеркал, что-то в ней подчеркивая, некоторые листочки хранятся у меня до сих пор.

### ДЕТАЛИ

### Счастье жить на земле

– **Знаю, что ещё одна ваша давняя мечта – построить дом. С этим как обстоят дела?**

– Участок под Петербургом приобрели, но до строительства дело не дошло, нет времени, хотя мне очень нравится жизнь на земле. Это абсолютное счастье.

Приедешь летом к родителям в деревню, что в Воронежской области, возьмешь лошадку у соседа Валеры, уйдешь в поле, разведешь костерок... Дровишки трещат, а ты лошадку кормишь. И такая кругом благодать, спокойствие и тишина, что дух захватывает. Домой вернешься, а мама лапшички домашней сделает, салатик настругает... Пока мама жива, езжу к ней, никакие моря меня не замаянят.

– **Как ваша жена относится к тому, что вас почти не бывает дома?**

– С пониманием. Она женщина серьезная, знает, что такое ответственность. Наталья в недавнем прошлом подполковник полиции, по выслуге лет вышла на пенсию и теперь полностью посвятила себя семье. Она у нас хозяйка. Весь дом на ней. Бывает, сядем рядом, я отдыхаю, она тихонечко вышивает. Можем не говорить друг другу ни слова, но нам невероятно хорошо вместе. Больше скажу: я понял, что влюбляюсь в свою жену с каждым днем все больше и больше. И дочь у нас замечательная! Так что наша семья держится на любви. А что еще нужно для счастья?

### вас какая картина была важной?

– Очень люблю свою роль в картине «Молодая гвардия», где сыграл предателя, полицая Соликовского. Режиссер Леонид Пляскин – шикарный, с ним прекрасно было работать. Говорю об этом со знанием дела, поскольку трудились вместе не в одной картине. Рядом с Леонидом всегда пробуждается фантазия.

– **Знаю, что вы давно мечтали поработать в анимации. Мечта сбывалась...**

– Озвучивать мультики я хотел всегда. И когда поступило предложение отдать свой голос Илье Муромцу в «Трех богатырях», готов был сам платить деньги, лишь бы это сделать. Не могу объяснить, что происходит в душе, когда осуществляется мечта детства. Потом были другие мультики, например, «Урфин Джюс и его деревянные солдаты», и это всегда было невероятно интересно: каждый раз я словно возвращался к себе самому. Скоро меня ожидает новая работа в анимации, и это снова большая радость.

Наталья АНОХИНА

### НОВОСТИ ТВ, ТЕАТРА И КИНО

## «Точка ноль» готовится к показу

Телеканал НТВ готовит к показу 10-серийную медицинскую драму «Точка ноль». Главная героиня – вирусолог Анна Макарова (ее сыграла Марина Александрова) – переезжает из Москвы в Новосибирск и устраивается на работу в научно-исследовательский центр. Вскоре в одной из отдаленных деревень фиксируется вспышка неизвестного заболевания, которое быстро распространяется и грозит перекинуться на миллионный город.

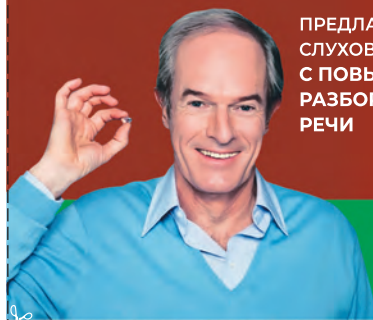


Чтобы попытаться остановить новую чуму, Анна принимает решение отправиться в самый ее эпицентр...

Съемки картины проходили в Москве, Подмосковье, а также в малонаселенных селах Башкортостана – Ишля и Отнурок. Снимали летом, когда красотой местных пейзажей с горами и реками можно было насладиться сполна. Кроме Александровой, в фильме снялись Сергей Маховиков, Сергей Марин, Наталья Рогожкина, Максим Емельянов и другие артисты.

Фото PR НТВ

## РАЗБИРАТЬ РЕЧЬ ПО ТЕЛЕВИЗОРУ – ЭТО ПРОСТО!



ПРЕДЛАГАЕМ ЦИФРОВЫЕ СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ С ПОВЫШЕННОЙ РАЗБОРЧИВОСТЬЮ РЕЧИ

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

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

8 (495) 411-90-16

МИР СЛУХА  
www.mirsluha.ru

- «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

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

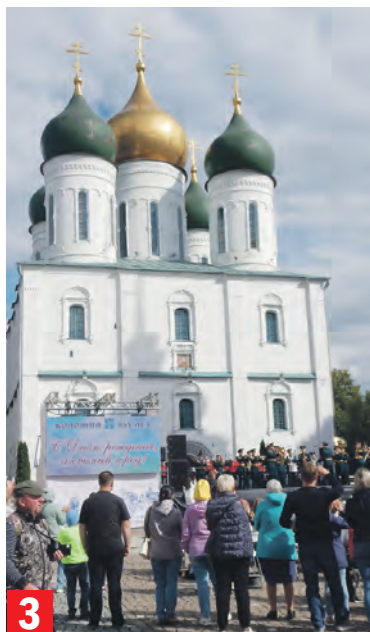
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

Сегодня мы открываем новую рубрику – «Кулинарное путешествие». И начать наш маршрут мы решили со старинного подмосковного города Коломны.

**П**ервое, что видят путешественники, попадая в старую ее часть, остатки кремлевской стены. Защитное сооружение появилось в 1531 году. Из 16 башен до наших дней сохранились семь. Рядом с одной из них – Пятницкой – мы начнем наше кулинарное путешествие.

# КОЛОМНА:

## Город пастилы и калачей



### На заметку

#### Как добраться от Москвы

Доехать до Коломны можно:

- на электричке от Казанского вокзала до остановки «Коломна» или «Голутвин»;
- на машине 112 км по трассе М-5;
- на автобусе, который отправляется от станции метро «Котельники» до Коломны (Голутвина).



### Кстати

#### Чем ещё удивит Коломна?

Помимо хлеба насущного, Коломна порадует путешественников и массой культурных впечатлений.

### Литературные места

- С городом ассоциируется первый русский писатель-романист Иван Лажечников, который родился в Коломне в 1790 году. «Русский Вальтер Скотт» увековечен в городе – одна из старых улиц названа в его честь.
- В Коломне жил и работал Борис Пильняк – советский писатель, представитель русской модернистской литературы XX века. Образ города можно узнать на страницах его рассказов и романов «Голый год», «Машины и волки», «Волга впадает в Каспийское море», «Соляной амбар».
- Приезжал сюда в гости к сестре писатель-реалист Александр Куприн. Его рассказ «Молитва господня» оставил для нас воспоминания о страшном урагане, прошедшем по местным лесам.

### Кино на нашей улице

Киношники очень любят Коломну – снимают здесь очень часто. Местные кинолюбители давно сбились со счета, но сходятся на одной цифре – как минимум 70 фильмов полностью или частично были сняты в Коломне. Вот некоторые из них:

- фильмы Сергея Эйзенштейна «Стачка» (1924 г.) и «Александр Невский» (1938 г.);
- «Шведская спичка» (1954 г.);
- «Мачеха» (лидер проката 1973 г.);
- «Бриллианты для диктатуры пролетариата» (1975 г.);
- «Дамы приглашают кавалеров» (1980 г.);
- «Город Зеро» (1988 г.);
- «Француз» (1988 г.);
- «Артистка из Грибова» (1988 г.);
- «Бумер» (2003 г.);
- «Адмирал» (2008 г.);
- «Самый лучший день» (2015 г.).

**1** Пятницкие ворота – парадный въезд в Коломенский кремль. Свое название башня получила от стоявшей рядом деревянной церкви Параскевы Пятницы, которая считалась покровительницей торговли. Недалеко от ворот располагается «Калачная», в которой пекут калачи по старинным рецептам.

#### Калач по старинному рецепту

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 267 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 250 г пшеничной муки
- 250 г муки-крупчатки
- 150 г влажной хмелевой или ржаной закваски
- 280-300 мл воды
- 1 ч. л. соли

#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Смешать муку, воду и закваску, замесить тесто, накрыть теплым полотенцем, поставить в теплое место на 3 часа.
- 2 Подошедшее тесто разделить на шесть равных частей, скатать каждую в шар, накрыть полотенцем, оставить еще на 20-30 минут.
- 3 Каждый шар раскатать руками в «веретено» (широкое посередине, сужающееся к концам), соединить концы внахлест, надрезать широкую часть для предотвращения растрескивания.
- 4 Духовку разогреть до 250 градусов, стенки для создания пара сбрызнуть водой. Выпекать калачи 7-10 минут.



**2** От Пятницких ворот кремля начинается улица Пушкина, которая приведет к музейной фабрике пастилы. Тут можно не только приобрести пастилу, рецепт которой восстановлен по архивным и сохранившимся у жителей рецептам, но и самому ее приготовить.

#### Яблочная пастила

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 294 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1,2 кг антоновских яблок
- 400 г сахара
- 2 яичных белка

#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яблоки тщательно вымыть, запечь в духовке до мягкости, протереть через сито.
- 2 В яблочное пюре добавить сахар, взбивать до побеления.
- 3 Отдельно взбить до крепких пиков яичные белки.
- 4 Осторожно смешать яблочное пюре и взбитые белки; небольшую часть отложить, остальное выложить на устланный пергаментом противень и равномерно по нему распределить.
- 5 Сушить пастилу в разогретой до 100 градусов духовке 6-7 часов; духовку необходимо периодически проветривать для выхода пара.
- 6 Готовую пастилу нарезать на части, смазать их отложенной смесью, наложить друг на друга и снова запечь в духовке (2 часа при температуре 100 градусов).



**3** Ежегодно в начале осени в Коломне проводится международный книжный фестиваль «Антоновские яблоки». Фестиваль органично соединяет литературу, музыку, садоводство и гастрономию. В рамках фестиваля гостей угощают различными местными лакомствами, в том числе и яблочным квасом.

#### Яблочный квас

На 8 персон. Калорийность (на 100 г): 37 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 кг антоновских яблок
- 2-3 ст. л. сахара
- 1 ч. л. сухих дрожжей (или 10 г свежих)
- 2-3 веточки мяты
- горсть изюма

#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яблоки очистить от жесткой сердцевины, нарезать небольшими ломтиками, переложить в кастрюлю, залить 2 л кипятка, довести воду до кипения, варить 5-7 минут, снять с огня, дать немного остыть.
- 2 Дрожжи с 2 ч. л. сахара развести в 100 мл теплого (35-40 градусов) яблочного отвара, оставить на 15-20 минут.
- 3 Перелить в кастрюлю с яблоками, добавить оставшийся сахар, перемешать, накрыть кастрюлю крышкой, оставить на 12-15 часов при комнатной температуре.
- 4 Готовый квас процедить, добавить изюм и листики мяты, охладить.



Баклажаны – культура, которая требует повышенного внимания при выращивании рассады.

**И**х сеют на рассаду одними из первых. Чтобы избежать проблем с рассадой, нужно знать о том, как выявить тревожные признаки на ранней стадии, а еще лучше – предотвратить!

## Вытягивание рассады

**1** Баклажаны, как и все пасленовые, склонны к вытягиванию, если им не хватает света и они конкурируют с соседями из-за загущенной посадки. Такое часто случается, если семена посеяли в общую емкость без учета необходимого расстояния между ними. В результате рассада растет вытянутой и ослабленной.

• **КАК ИЗБЕЖАТЬ ПРОБЛЕМ?** Если вы сеете баклажаны в общую емкость для последующей пикировки (а лучше – перевалки) в фазе 2-3 настоящих листочков, оставляйте между семенами достаточное расстояние, в идеале – 4 см!

# 5 проблем с рассадой баклажанов



## Желтеют нижние листья

**2** Такая проблема возникает, когда в почве не хватает питательных веществ. Чтобы обеспечить всем необходимым формирующиеся новые листочки, растение забирает недостающие элементы у нижних листьев. Баклажаны – культура очень «прожорливая», поэтому, если грунт, в котором она растет, бедный (например, торфяная смесь без добавления биогумуса), растения будут страдать.

• **КАК ИЗБЕЖАТЬ ПРОБЛЕМ?** Для профилактики пожелтения листьев при пикировке или перевалке рассады в новые емкости составить питательную смесь с добавлением биогумуса (его должно быть не менее 10-20%). Чтобы остановить пожелтение листьев, если растения уже распикированы, нужно подкормить баклажаны любым комплексным удобрением для рассады, строго следуя инструкции производителя.

## КСТАТИ

Часто у молодой рассады баклажанов закручиваются листья. Причина не в болезни, а в сухом воздухе в квартире – опрыскивайте рассаду чаще, когда на нее не светит солнце!

## Остановка в росте

**3** Чаще всего рассада баклажанов останавливается в росте при повреждении корневой системы. Это бывает связано с неумелой пикировкой рассады при переносе ее из общей емкости в отдельные горшочки. Баклажаны очень остро реагируют на повреждение корневой системы!

• **КАК ИЗБЕЖАТЬ ПРОБЛЕМ?** Чтобы избежать пикировки, при которой есть риск повредить корни, семена можно сразу высевать в отдельные емкости (идеально – с выдвигаемым дном). По мере роста рассады ее не пикируют, а переваливают в большую емкость: аккуратно извлекают вместе с комом земли и размещают в новом месте. При таком подходе корни остаются целыми и растение попросту «не замечает» перемещения.

## 5 Светлые пятна на листьях

Светлые пятна на листьях рассады баклажанов могут появиться как из-за солнечных ожогов, так и в результате деятельности невидимых глазу насекомых-вредителей, например, паутинного клеща.

• **КАК ИЗБЕЖАТЬ ПРОБЛЕМ?** Чтобы предотвратить солнечные ожоги, нужно притенить рассаду, разместив на стекле белый лист бумаги или специальную отражающую солнечные лучи пленку, которые будут закрывать не все окно, а лишь его часть. Но даже если причина появления пятен, по вашему мнению, ожог, не полнитесь, проведите обработку рассады от вредителей при помощи «Фитоверма», «Фуфанон-нова», «Битоксибациллина» или других биопрепаратов.

Подготовила Валерия ПАШЕЧКИНА

## Рассада вянет

**4** Вянет рассада баклажанов из-за дисбаланса при поливе растений.

Идеальный полив – часто, но маленькими порциями.

Распространенная ошибка: увидев увядшие листья, сразу поливать растение. Но рассада вянет как при пересыхании, так и при переувлажнении земляного кома.

Если листья вянут от того, что корням недостаточно воздуха в результате постоянного переувлажнения, то полив лишь усугубит проблему!

• **КАК ИЗБЕЖАТЬ ПРОБЛЕМ?** Чтобы отрегулировать полив, ориентироваться нужно не на состояние верхнего слоя почвы (в квартире он моментально пересыхает, притом что в горшочке еще достаточно влаги), а на тяжесть горшочка с рассадой. Если горшочек легкий, нужно полить, если в руке ощущается тяжесть, с поливом лучше повременить.

Огород – это три в одном: солярий, фитнес и тренажерный зал!



## ИНФОРМАЦИЯ ПО ПРОДВИЖЕНИЮ НЕПРОФИЛЬНЫХ АКТИВОВ

### АО «НИИЭМ» для РЕАЛИЗАЦИИ НА ТОРГАХ на 03.2024 г.

1. Продается участок с КН 50:08:0010404:49, площ. 11 409 м<sup>2</sup>, адрес ориентира: Московская обл., г. Истра, ул. Панфилова. Продажа осуществляется путем организации аукциона на специализированной электронной площадке. Начальная цена 40 230 634,49 руб. Особенности объекта: 1) Участок расположен в зоне регулирования застройки объекта культурного наследия Ново-Иерусалимского монастыря (ограничения по застройке). 2) На участке расположены инж. коммуникации. 3) Согласно утвержденным ПЗЗ, участок отнесен к зоне КУРТ-43, необходимо утверждение ППТ. 4) Участок возможно расположен в границах санитарно-защитных зон Истринского автотранспортного предприятия (МАП № 7 г. Истра), КН 50:08:0010404:7. Подробную информацию можно уточнить по тел. +7 (985) 778-48-38 или в аукционной документации на сайте РТС-тендер. Данное сообщение не является публичной офертой.
2. Продается участок с КН 50:08:0010405:20, площ. 6 773 м<sup>2</sup>. Местоположение установлено относительно ориентира, расположенного в границах участка. Адрес ориентира: Московская обл., г. Истра, ул. Советская, д. 13. Продажа осуществляется путем организации аукциона на специализированной электронной площадке. Начальная цена 9 540 634,49 руб. Особенности объекта: 1) Часть участка входит в охранную зону объекта культурного наследия Ново-Иерусалимского монастыря (строительство новых объектов запрещено). 2) Часть участка входит в зону регулирования застройки объекта культурного наследия Ново-Иерусалимского монастыря (ограничения по застройке). 3) Водоохранная зона р. Истра, 2-й пояс ЗСО источников питьевого водоснабжения г. Москвы (ограничения по застройке согласно СП 2.1.4.2625-10). 4) На участке расположены инж. коммуникации. Подробную информацию можно уточнить по тел. +7 (985) 778-48-38 или в аукционной документации на сайте РТС-тендер. Данное сообщение не является публичной офертой.
3. Продается участок с КН 50:08:0010501:17, площ. 19 204 м<sup>2</sup>. Участок находится по адресу: Московская обл., г. Истра. Продажа осуществляется путем организации аукциона на специализированной электронной площадке. Начальная цена 30 051 634,49 руб. Особенности объекта: 1) Отсутствует организованный подъезд автотранспорта с Волоколамского шоссе (ул. Панфилова). 2) Часть участка входит в охранную зону ансамбля объекта культурного наследия Ново-Иерусалимского монастыря (строительство новых объектов запрещено). 3) Часть участка входит в зону регулирования застройки объекта культурного наследия Ново-Иерусалимского монастыря (ограничения по застройке). 4) Водоохранная зона р. Истра, 2-й пояс ЗСО источников питьевого водоснабжения г. Москвы (ограничения по застройке согласно СП 2.1.4.2625-10). 5) Публичный сервитут – тротуарная дорожка «тропа паломников» к Ново-Иерусалимскому монастырю. 6) На участке расположены инж. коммуникации. Подробную информацию можно уточнить по тел. +7 (985) 778-48-38 или в аукционной документации на сайте РТС-тендер. Данное сообщение не является публичной офертой.

## СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Слышать, понимать, жить!

Швейцарские слуховые аппараты с повышенной разборчивостью речи и шумоподавлением.

**bernafon**

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

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Рег. № в Федеральной службе по техническому регулированию и метрологии (РОССТАНДАРТ) RU 001114158 ОГРН 104796808278

РЕКЛАМА

На правах рекламы



**Москва**  
*Доверие*  
телеканал



**Владимир  
Берзин**

Народный артист РФ  
Ведущий проекта  
«Программа наших передач»

12+

**С любимыми не расставайтесь!**



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

Бывает так: придерживаешься правильного питания, считаешь калории, а вес стоит на месте.

**Н**о давайте разберемся, все ли мы учитываем в течение дня? Нет ли в нашем рационе таких продуктов, которые маскируются под продукты «без вреда для фигуры»? Чаще всего есть, и скорее всего они содержат жидкие калории. Речь о калориях из напитков.

### Кофе и чай

Сами по себе эти напитки калории не содержат. Но если в них добавить сливки, молоко, сахар и т. п., калорийность начинает возрастать. И чем больше добавок, тем более калорийным получится напиток.

Так, если добавить в чай или кофе около 100 мл молока средней жирности (2,5 %) и пару чайных ложек сахара, получится напиток с калорийностью 60 ккал. Сейчас популярно добавлять в кофе сиропы, маршмэллоу, отчего его калорийность может увеличиться до 200 ккал и более. Поэтому, если вы любите пить в течение дня кофе или чай, чтобы взбодриться, пейте его без каких-либо добавок.



Был у меня когда-то лишний вес. Но однажды я объявил весь свой вес нужным!



### Соки, компоты, морсы

Конечно, домашние, приготовленные собственноручно соки, компоты и морсы полезнее покупных. Тем не менее все они содержат калории. Например, свежевыжатый сок апельсина содержит 45 ккал на 100 г, а пакетированный за счет содержания сахара чуть калорийнее – 60 ккал на 100 г. Компот из сухофруктов без сахара – 60 ккал на 100 г. В небольших количествах и не на постоянной основе все эти напитки не помешают похудению. Но если у вас будет выбор между тем, чтобы съесть, например, апельсин или сделать из него сок, отдайте предпочтение целому фрукту. За счет клетчатки и пользы, и сытости будет больше.



### Кисломолочные напитки и молоко

Молоко и молочные коктейли чаще воспринимаются как легкий напиток. Кисломолочку тоже часто относят к легкой, даже диетической пище. Безусловно, эти напитки полезнее, чем все вышперечисленные. Они содержат не только углеводы, но и много белка. А значит, от них вы получите больше сытости и пользы. Только не нужно думать, что тот же кефир менее калорийный и более легкий, чем творог. 100 г творога содержат примерно 120 ккал, а 100 г кефира – примерно 60 ккал. Но 100 г для кефира – это очень мало. Скорее мы выпьем стакан кефира, а это те же 120 ккал.



### ДЕТАЛИ Самые калорийные

Сладкая газировка – это смесь фосфорной кислоты и сахара с искусственными ароматизаторами, красителями и вкусовыми добавками. Она скорее разжигает жажду, и ее хочется пить больше и больше по сравнению с обычной водой. Только от одной газировки можно поправиться не меньше, чем на булочках. А алкоголь не только содержит калории, но и увеличивает аппетит.

### КСТАТИ Обманчивая лёгкость

Жидкие калории очень быстро усваиваются, практически не задерживаясь в желудке. От них не бывает чувства тяжести, как, например, от жареной картошки. Поэтому есть больший риск увлечься напитками и перебрать калорий.

## МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА КЕФИР ВМЕСТО ОБЕДА – НЕ ВАРИАНТ



Что нужно учитывать, включая в рацион жидкие калории? Об этом нам рассказала врач-диетолог, кандидат медицинских наук, член национальной ассоциации диетологов и нутрициологов, врач-диетолог НИИ

Склифосовского Дарья Русакова.

– Как жидкие калории влияют на аппетит?

– Не все напитки одинаково влияют на аппетит. Все зависит от вида напитка. Если напиток с высоким содержанием белка (кефир, йогурт и т.д.), то он насытит, а если с большим количеством углеводов (сок, газировка) – спровоцирует выброс инсулина.

– Можно ли их употреблять вместо полноценного приёма пищи?

– Кисломолочные напитки без сахара можно употреблять в качестве перекуса, но они не могут заменить полноценный основной прием пищи.

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

### НА ЗАМЕТКУ

Весна – не самое простое время для организма. Солнышка и витаминов ещё маловато, стресса и нагрузка – предостаточно. И если слабое место в организме – суставы, то они обязательно дадут о себе знать неприятными болями и дискомфортом, верными приметами артроза. Что делать? Будем решать вопрос комплексно!

## Весна – пора профилактики артроза

### ШАГ 1. КОРРЕКТИРУЕМ ПИТАНИЕ

Делаем это, чтобы убрать лишний вес (дабы снизить нагрузку на суставы) и обеспечить организм необходимым строительным материалом для их восстановления. Питание должно быть разнообразным и включать в себя яйца, нежирное мясо, свежие овощи и фрукты, зелень, отруби. Важно, чтобы в рационе было поменьше «быстрых»



### КСТАТИ

При необходимости и по рекомендации врача можно начать прием пищевых добавок и хондопротекторов – это сделает профилактику более эффективной.

углеводов и побольше клетчатки. От алкоголя, жирной,

жареной, соленой и сладкой пищи лучше отказаться.

### ШАГ 2. ДВИГАЕМСЯ

Да, условия для прогулок весной не всегда благоприятны: то заморозки и гололед, то лужи и слякоть, то ветер. И тем не менее специалисты советуют уделять физическим нагрузкам не меньше 40-50 минут в день как минимум пять раз в неделю. Это может быть зарядка (упражнения лучше подобрать с лечащим врачом), плавание в бассейне, велотренажер. Если погода позволяет – прогулка на свежем воздухе в парке.

### ШАГ 3. ОДЕВАЕМСЯ ПО ПОГОДЕ

Весной велик риск переохлаждения. Если вы в зоне риска по заболеваниям суставов, и особенно артрозу (возраст старше 40 лет, наследственная предрасположенность, лишний вес, травмы), стоит внимательнее отнестись к гардеробу. Предпочтение стоит отдать многослойной одежде. Это позволит при потеплении снять лишнюю вещь, при похолодании – утеплиться.

Профилактика артроза – это комплексная задача. И именно такой подход дает ощутимый и долговременный результат!

Татьяна МИХАЛЁВА

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



## ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

# Источник коллагена Геленк Нарунг

- Способствует укреплению хрящевой ткани суставов и позвоночника.
- Поддерживает здоровье кожи, волос и ногтей.
- Укрепляет соединительную ткань (мышцы, связки, сухожилия).

Спрашивайте в аптеках  
вашего города.

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

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

НЕ ВЛИВАЙТЕСЬ В ЛЕКАРСТВО

ПОНЕДЕЛЬНИК

1 апреля

**Убывающая Луна в Козероге**  
Помада нежных оттенков, цветочная брошь – встречаем апрель налегке и в хорошем настроении. Танцы во время уборки, пение во время готовки – привлекаем хорошее настроение.

8 апреля

**Луна в Овне, новолуние**  
Полное солнечное затмение диктует свои правила. Душевному отдыху поспособствуют теплые оттенки маникюра, а физическому – поездка за город в хорошей компании. И яблоки – им сегодня зеленый свет.

15 апреля

**Луна в Раке, первая четверть**  
Минимум процедур, отдых и релакс – вот за что ратует Луна. Только отдых не должен вредить здоровью и красоте. Алкоголю и никотину в нашем списке не место.

22 апреля

**Растущая Луна в Весах**  
Луна ратует сегодня за легкий макияж, без утяжеляющих тональных основ. Коже стоит дать отдых. Натуральные ткани и удобная обувь – то, что нужно. И, по возможности, временно откажитесь от мяса.

29 апреля

**Убывающая Луна в Козероге**  
Отличный день для омолаживающих процедур – от обычных анти-эйдж масок до инъекций красоты и филлеров. И пора ввести в режим дня прогулки на свежем воздухе.

ВТОРНИК

2 апреля

**Луна в Козероге, последняя четверть**  
Увлажняющее масло для кончиков волос поможет вернуть шевелюре здоровый вид и блеск. Легкие, сбалансированные по БЖУ блюда добавят легкости.

9 апреля

**Растущая Луна в Тельце**  
Луна советует присмотреться к французским стрижкам и сложному окрашиванию. Не стоит чураться экспериментов в уходовых процедурах. Попробуйте стоун-терапию, массаж банками, пептидную косметику.

16 апреля

**Растущая Луна во Льве**  
Блондинки сегодня смело могут отправляться в салон красоты за освежением оттенка. Хорошо в эти лунные сутки кислотный пилинг, суставная гимнастика, уход за сухими пяточками и наращивание ресничек.

23 апреля

**Растущая Луна в Скорпионе**  
Стрижка плюс маска на основе алоэ и меда добавят волосам жизненной энергии. Во всех своих проявлениях хорош лед. В виде умывания, криотерапии или для охлаждения наращивания ресничек.

30 апреля

**Убывающая Луна в Водолее**  
Пора обновить набор солнцезащитной косметики, купить модные темные очки и начать выполнять перевернутые асаны йоги. Они помогут нормализовать гормональный фон. День прекрасен для биоавивки.

СРЕДА

3 апреля

**Убывающая Луна в Водолее**  
Чтобы получить заряд бодрости на весь день, утро стоит начать с зарядки. А цитрусовые фрукты и овощные салаты на оливковом масле в течение дня помогут не утратить энергию до самого вечера.

10 апреля

**Растущая Луна в Тельце**  
Термострижка, сделанная сегодня, обещает надолго избавить от посеченных кончиков. Хорошо также избавляться от лишних волосков на теле, крутить хулахуп и гулять по парку в хорошей компании.

17 апреля

**Растущая Луна во Льве**  
Курс антивозрастных процедур, начатый сегодня, обещает избавление от мимических морщин. И довериться в этом деле лучше профессионалам. А самостоятельно можно выбрать очки от солнца.

24 апреля

**Луна в Скорпионе, полнолуние**  
Уход за собой сегодня лучше ограничить умыванием и нанесением крема. День хорошо посвятить отдыху и медитации. Помогут хорошая книга, фильм, ванна с аромамаслами, хатха-йога.

ЧЕТВЕРГ

4 апреля

**Убывающая Луна в Водолее**  
Прекрасный день для водорослевых обертываний. Неплохо покажут себя маски для лица из ламинарии. Да и за блюда из нее щитовидка только спасибо скажет. А для женственности образа – приталенные силуэты.

11 апреля

**Растущая Луна в Близнецах**  
Синий, фиолетовый – давно мечтали попробовать креативное окрашивание волос? Самое время! А вот в отношении косметических процедур день нейтральный. Зато удачной окажется борьба с целлюлитом.

18 апреля

**Растущая Луна в Деве**  
Лунные сутки отлично подходят для нанесения масок с лифтинг-эффектом. Но, ухаживая за личиком, не забудьте уделить внимание шее и зоне декольте. Неплохое время также для депиляции и проверки зрения.

25 апреля

**Убывающая Луна в Скорпионе**  
Кожа после зимы отчаянно требует увлажнения, а потому маски, распаривания, увлажняющие кремы – все в плюс красоте. К слову, сегодня можно удалять бородавки и пигментные пятна.

ПЯТНИЦА

5 апреля

**Убывающая Луна в Рыбах**  
Самое время для объемных стрижек, а также для масок для волос на основе яичного желтка и басмы. Массаж и лифтинг-маска для коррекции овала лица обещают просто сногшибательный результат!

12 апреля

**Растущая Луна в Близнецах**  
Сделанная сегодня стрижка поможет наладить отношения со своим отражением в зеркале. Кстати придется ванны с лечебными грязями и всевозможные обертывания. И больше пойте, это улучшает рельеф груди.

19 апреля

**Растущая Луна в Деве**  
В фаворе лунных суток – яркость и экстравагантность. Алые ноготки, винного цвета помада, асимметричная стрижка, подчеркивающее достоинство фигуры платье. И пора начать курс оздоровительного массажа.

26 апреля

**Убывающая Луна в Стрельце**  
Лунные сутки подходят для начала борьбы с акне. И диету тоже можно подкорректировать. При желании сбросить вес подумайте о душе Шарко и криосауне.

СУББОТА

6 апреля

**Убывающая Луна в Рыбах**  
Мехенди – татуировки – настроят на весенний лад, добавят изюминки образу. И самое время для легкого шопинга. А жгучие специи в блюдах стимулируют перистальтику кишечника.

13 апреля

**Растущая Луна в Раке**  
Нотку бунтарства образу придаст окрашивание во все оттенки медного и новое платье экстравагантного кроя. Если же ваша цель – нежность, отдавайте предпочтение классике и нюдовому макияжу.

20 апреля

**Растущая Луна в Деве**  
В эти лунные сутки можно побаловать себя обертыванием стоп. А также вписать в план наращивание ресничек и окрашивание бровей. Старайтесь пить больше воды – это пойдет на пользу всему организму.

27 апреля

**Убывающая Луна в Стрельце**  
Хотите сдвигов в общении с противоположным полом? Сделайте сегодня стрижку и запишитесь к косметологу на мезотерапию. Ягодные морсы и овощные соки поддержат иммунитет.

ВОСКРЕСЕНЬЕ

7 апреля

**Убывающая Луна в Овне**  
Если спорт вам не чужд, сосредоточьтесь сегодня на кардиотренировке. Если вы с ним так и не подружились, шагомер на руку – и в парк! Сердечно-сосудистую систему нужно тренировать.

14 апреля

**Растущая Луна в Раке**  
Смело избавляйтесь от всего ненужного: старой одежды, лишнего жира, дурных мыслей и вредных привычек. И внешности, и здоровью это пойдет только на пользу. Прекрасный день для маникюра и педикюра.

21 апреля

**Растущая Луна в Весах**  
«Шелковый путь» – так можно назвать эти сутки. Косметика с шелковой пудрой в составе обещает потрясающий эффект. А выбор шелкового белья доставит настоящее удовольствие.

28 апреля

**Убывающая Луна в Козероге**  
Тренировки на свежем воздухе плюс дыхательные практики помогут чувствовать себя энергичной. Дадим бой гипоксии! А покупка нового платья подарит повод выйти в свет.



# Календарь красоты и здоровья

апрель

# УСПЕЙТЕ КУПИТЬ! ВЕСЕННИЕ ПОДАРКИ И СКИДКИ ДО -75%



**Размеры 37-41**

**В СОСТАВЕ НАТУРАЛЬНАЯ КОЖА**

- Застежка на липучке
- Увеличенная полнота

**ТV РЕКЛАМА**

**Босоножки «Палермо»**  
Правильное положение стопы – залог легкой походки, здоровья ног и всего организма. В этих босоножках вы можете провести на ногах весь день и не ощутить усталости.  
Материал: натуральная кожа, подошва – ПУ. КНР.  
Размеры: 37, 38, 39, 40, 41.  
Лот 200 59221

**1490\*Р**  
\* при покупке от 2-х пар.



Ортопедическая стелька с массажным эффектом



**Ниспадающий платок «Нежность»**  
Этот платок подойдет для венчания, крещения ребенка, службы в церкви. Это удобный стильный аксессуар, который применяется в разных ситуациях. Мягкая ткань и нежные кружева помогут подчеркнуть вашу внутреннюю красоту и яркость.  
Материал п/э 100%, Россия.  
Лот 200 57907 Белый  
Лот 200 57908 Черный  
\* при покупке от 2-х штук.

**990\*Р**



**ВАШ ПОДАРОК**  
при покупке от 1490 р.

**Браслет**  
«Чудо браслет» – эффективное средство для снятия напряжения, усталости, благотворно влияет на самочувствие и сон.»  
Материал: металл с родированием, магниты. Размер: 19x0,7 см. КНР.



**Платье «Диана»**  
«Летающее» платье А-силуэта с фигурным подолом смотрится очень легко и романтично! Струющаяся ткань приятна телу, а удобный фасон не стесняет движений.  
Материал: п/э, вискоза, эластан.  
Длина: 105 см. Россия.  
Размеры: 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62, 64, 66, 68.  
Лот 103 195 синий, бордо  
\* при покупке от 2-х штук.

**990\*Р**



**Сумка «Шоколад»**  
Сумка из кожи пэчворк – просто находка! 2 больших отделения на молниях, 5 карманов снаружи, крепкие ручки и съемный ремень на плечо.  
Материал: кожа, ПВХ.  
Размер: 31x24,5x10,5 см. КНР.  
Лот 200 47520 Коричневый  
Лот 144 0018 Черный

**Кошелек**  
Вместительный кошелек из мягкой кожи «пэчворк» с отделением для монет на молнии, слотами для карт.  
Материал: кожа, подкладка – 100% полиэстер. Размеры: 20x10,5x3,8 см. КНР.  
Лот 156 6130 Коричневый

**скидка 75%**  
**3990 Р 990 Р**

**скидка 65%**  
**1990 Р 690 Р**



**Транспортер**

**Набор салфеток**

**Швабра-окномой**

**Система для перемещения мебели «Транспортер» + подарок**  
Поможет передвинуть тяжелую мебель в одиночку. Во время передвижения мебель не поцарапает пол, а вы не надорвете спину!  
Материал: металл, резина, пластик, микрофибра (полиэстер 100%). КНР. Лот 156 8936

**Транспортер, набор салфеток и окномой 990 Р**



**Пистолет для рассады «Терминатор»**  
Воткните острое в землю; опустите стаканчик с рассадой или саженец в полость устройства; нажмите на рычаг – лепестки внизу раскроются, и росток окажется в земле.  
Материал: металл, пластик.  
Размер: 87x20x20 см. Вес: 980 г. КНР.  
Лот 200 58014

**1990 Р**



**«Садовые цветы»**  
**«Розовые розы»**  
**«Живая изгородь»**  
**«Цветущий сад»**

**Фотофасад «Яркая жизнь»**  
Живописный фотофасад преобразит ваш двор или садовый участок без больших финансовых вложений и помощи строителей!  
Материал: ПВХ, металл. Размеры: 90x158 см; 310x158 см. КНР.  
90x158 см Лот 200 58923 «Живая изгородь» Лот 200 58924 «Цветущий сад»  
310x158 см Лот 158 2491 «Садовые цветы» Лот 158 2501 «Розовые розы»

Полный ассортимент уточняйте у оператора.

**+ 1 фотофасад в подарок**

**990 Р** **1490 Р**



Лот 200 59080 Серый  
Лот 200 59090 Черный

**Кроссовки**  
Массивная подошва, четкие линии и широкие липучки. Удобная посадка на стопе любой ширины и подъема.  
Материал: верх – 100% полиэстер (4 вида текстиля + липучка), стелька – ПВХ, сверху покрыт сетчатым текстилем, подошва – EVA. КНР.  
\* при покупке от 2-х пар.

**Размеры 37-45**

**990\*Р**

ПЕРВЫЙ



23.00 «Большая игра». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
10.00 «Жить здорово!» (16+)
10.50 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Премьера. «Давай поженимся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 Информационный канал. (16+)
19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «ТАКСИ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 Премьера. «Владимир Познер. 90 минут». (16+)
01.45 ПОДКАСТЛАБ «Обязательно к прочтению». (16+)
02.30 ПОДКАСТЛАБ «Театральный подкаст». (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТЛАБ «Все хотят летать». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
05.25 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
07.50 «В ИЮНЕ 41-ГО». (16+)
08.55 «Знание - сила». (0+)
09.30 «В ИЮНЕ 41-ГО». (16+)
12.40 «В ИЮНЕ 41-ГО». (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
21.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
02.05 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
02.40 «СЛЕД». (16+)
03.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



14.55 «Наши». (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 «Наши». (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «НЕУКРОТИМАЯ НЕУПОКОЕВА». (16+)
Зоя Неупокоева - помощница адвоката, делает большие успехи в карьере. Но в личной жизни у неё не всё так гладко. Её начальник и возлюбленный Роман уже который год не решает на следующий шаг. Тогда Зоя сама делает предложение Роману, но в итоге остаётся и без любимого мужчины, и без работы. А вскоре бесследно пропадают её несовершеннолетние племянники.
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
В самый разгар своей избирательной кампании бесследно исчезает известный бизнесмен Юрий Зотов. Расследование поручено Швецовой.
03.50 «МОРОЗОВА». (16+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.45 «Герой 115». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 20.10 «По горячим следам». (16+)
11.20 13.25 01.00 «ЮРКИНЫ РАССВЕТЫ». (12+)
13.40 15.05 17.15 04.00 «РАЗВЕДЧИКИ». (16+)
18.00 «Ленинград». (16+)
18.50 19.55 «Специальный репортаж». (16+)
20.25 Сыновья уходят в бой. (12+)
22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
23.15 «КАДКИНА ВСЯКИЙ ЗНАЕТ». (12+)
02.10 «ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА». (12+)

ТВУ ТВЦ



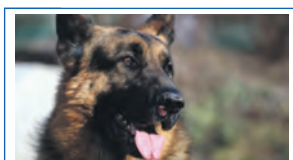
13.40 «Мой герой». (12+)

- 06.00 «Настроение»
08.10 «Актёрские судьбы». (16+)
08.45 «АННА-ДЕТЕКТИВ-2». (16+)
10.40 «Петровка, 38». (16+)
10.55 «Городское собрание». (12+)
11.30 События
11.50 «СИННИЧКА». (16+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 03.25 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: ЯБЛОНЯ РАЗДОРА». (12+)
16.55 «Актёрские драмы. Клеймо Гайдая». (16+)
17.50 События
18.10 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
22.00 События
22.35 Специальный репортаж. (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «90-е. Американский шансон». (16+)
01.30 «Иван Бортник. Злой мальчик». (16+)
02.10 «Сталин против Жукова. Трофейное дело». (16+)
02.50 «Феликс Дзержинский. Нет имени страшнее моего». (12+)
04.55 «Актёрские судьбы». (16+)
05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 «ВОЗРАСТ ЛЮБВИ». (12+)
07.30 20.10 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 13.00 14.00 15.00 18.00 20.00 Новости
08.05 08.35 09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 16.45 18.20 01.50 ОТражение
10.10 Родительское собрание
10.55 «Страна поэтов». (12+)
11.10 «Коллеги». (12+)
11.50 04.50 «За дело! Поговорим». (12+)
15.10 «СВЕТЛЫЙ ПУТЬ». (12+)
17.00 «Очень личное». (12+)
17.40 «Конструкторы будущего». (12+)
20.40 21.30 «ОТРАЖЕНИЕ РАДУГИ». (16+)
22.25 «ГОРОД ЗЕРО». (16+)
00.05 «Олимпиада Гитлера»

НТВ НТВ



08.25 «ПЁС». (16+)

- 04.55 «ЛЕГАВЫЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
Человек в костюме медведя совершает покушение на убийство Антона Сухарева, директора крупного финансового холдинга.
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ЧЕРНОЕ СОЛНЦЕ». (16+)
Капитан Евгений Чагин, прибыв на вызов, где фермер убил троих бандитов, выясняет, что фермер - его одноклассник, и немного «корректирует» место преступления. Майор Игорь Жук, следователь из Санкт-Петербурга, выяснив, что Чагин причастен к сокрытию улики, отстраняет его от дела. Но прежде чем уволить, Чагину доверяют расследовать исчезновение Кристины Унгурану.
22.15 «ГОРЯЧАЯ ТОЧКА». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «ГОРЯЧАЯ ТОЧКА». (16+)
01.50 «МЕЧ». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 07.00 09.00 «Утреннее вещание». (16+)
06.45 08.45 10.45 13.45 16.45 01.50 «Доктор 24». (12+)
11.00 11.35 12.00 12.30 12.40 13.00 13.30 14.00 14.40 15.00 16.00 16.25 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 21.00 21.30 22.00 «Новости». (16+)
11.10 12.25 14.10 15.10 «Атмосфера». (0+)
11.30 14.30 17.30 «Деньги 24»
12.10 15.30 20.15 «Это Москва. Строительство». (12+)
12.50 15.40 18.15 04.15 «Время новых». (12+)
13.15 16.15 19.15 22.15 «Это Москва. Туризм». (12+)
13.40 16.40 «Сити». (12+)
15.20 «Торги Москвы». (12+)
18.20 22.30 «Интервью». (12+)
21.20 23.30 04.40 «Безопасный город». (16+)
00.10 «Мослекторий». (12+)

РОССИЯ K РОССИЯ K Культура



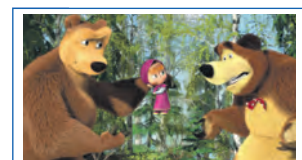
10.15 «Наблюдатель»

- 06.30 «Пешком...»
07.05 Черные дыры. Белые пятна
07.50 «Невский ковчег. Теория невозможного»
08.20 «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро
08.45 22.30 «МЕРТВЫЕ ДУШИ»
10.00 12.30 17.00 19.30 00.00 Новости культуры
10.15 «Наблюдатель»
11.10 01.15 XX век
12.45 Новости. Подробно. АРТ
13.00 «Мальчики державы»
13.30 Эпизоды
14.10 «ПУТЕШЕСТВИЕ МИССИС ШЕЛТОН» СССР, 1974 г. Мелодрама. В ролях: Валентина Талызина, Геннадий Бортников, Микаэла Дроздовская.
15.50 «Агора»
17.15 80 лет со дня рождения Владимира Крайнева. Сольный концерт в Большом зале Московской консерватории. 1994 год
18.40 «Рассказы из русской истории»
19.45 Главная роль
20.05 «Семинар»
20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
21.05 «Свидетели времени»
21.45 «Сати. Нескучная классика...»
00.15 00.35 00.55 «ПОРУС»
02.20 «Роман в камне»
03.00 Перерыв в вещании

НОСТАЛЬГИЯ НОСТАЛЬГИЯ

- 06.00 От смешного до великого. (16+)
06.40 08.45 11.30 12.35 14.45 15.40 17.30 18.35 20.25 21.40 23.30 01.05 02.40 03.40 05.30 Музыкальная Ностальгия. (12+)
07.00 «ДВОЙНАЯ СТРАХОВКА». (12+)
09.00 «Было время». (16+)
10.00 16.00 22.00 04.00 «Родённые в СССР». (12+)
11.00 17.00 23.00 05.00 «Блеф-клуб». (16+)
12.00 18.00 «Сто вопросов к взрослому». (16+)
13.00 «ДАВАЙТЕ ПОТАНЦУЕМ». (16+)
15.00 21.00 03.00 «Прошедшее время». (12+)
18.50 «НЕТ ПУТИ». (16+)
00.00 «До и после...»
01.20 «АЛИ БАБА И 40 РАЗБОЙНИКОВ». (16+)

СТС СТС



06.40 «Маша и Медведь». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.30 «Машкины страшилки». (0+)
06.40 «Маша и Медведь». (0+)
07.55 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
11.05 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
Девушка заметила, что в дом её бывшего преподавателя кто-то тайно пробирается, и обратилась в детективное агентство. Молодой человек подозревает, что его любимую девушку похитили...
12.10 «ИНСПЕКТОР ГАВРИЛОВ». (16+)
19.30 «ЦИРК». (16+)
21.55 «СТАРТРЕК. БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+)
США - Гонконг - Китай, 2016 г. Фантастический боевик. В ролях: Крис Пайн, Закари Куинто, Саймон Пегг.
Бесстрашная команда крейсера Звёздного Флота «Энтерпрайз» исследует неизведанные глубины космоса. Во время этого путешествия герои сталкиваются с таинственной силой, ставящей под угрозу не только их миссию и стабильность Федерации, но и весь миропорядок.
00.20 «БЛИЗНЕЦЫ». (18+)
02.25 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
05.05 «6 кадров». (16+)
05.15 «Мультфильмы». (16+)
05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

● 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.





КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
07.15 Мультфильмы. (0+)
08.05 «Куда летишь, Витар?»

TV1000 VIJU TV1000
05.30 «ЭСПЕН В КОРОЛЕВСТВЕ ТРОЛЛЕЙ». (6+)
07.05 «ЭСПЕН В ПОИСКАХ ЗОЛОТОГО ЗАМКА». (6+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
06.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО
05.25 «Три кота». Мультсериал. (6+)
06.00 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)

ИЛЛЮЗИОН+
01.10 «ОНА». (18+)
03.05 «ЛУЧШЕЕ ВО МНЕ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
06.00 «БАБКИ». (16+)
07.00 «ДО НОВОГО ГОДА ОСТАЛОСЬ...». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ
00.50 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)
03.20 «КИЛЛЕРЫ». (16+)

РОДНОЕ КИНО
00.40 «ШАЛЫНЯ БАБА». (16+)
02.40 «СЕРЫЕ ВОЛКИ». (16+)

РУССКИЙ РОМАН
07.05 «НЕОДИНОК». (12+)
10.35 «ОШИБКИ ЛЮБВИ». (16+)

CINEMA
06.50 «ТА ЕЩЁ ПАРОЧКА». (18+)
08.50 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПИВОГО». (18+)

red
06.00, 06.25, 17.30, 17.55 «Дом твоей мечты. Йоханнесбург. (16+)

РЕТРО
06.10 «Боман и попугай». Мультсериал. (0+)

СУББОТА! СУББОТА!
05.00, 08.15, 10.40, 03.40 «Маша и Медведь». «Машинные сказки».

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»». (16+)

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

TB21
07.00 «ДВОЙНОЕ СЧАСТЬЕ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00, 06.25 «УБИТЬ ДРОЗДА». (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости

ПОБЕДА
04.25 «Путь к Победе». (16+)
05.25 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (12+)

ПЯТНИЦА
05.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». Хмурая осень. (16+)

Ю
05.40, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
04.00 Историю. (12+)
04.55 «Прорыв». Историко-художественная панорама. (12+)

HISTORY
06.00 Последние голоса Первой мировой войны. (16+)

VIJU HISTORY
06.00, 11.10, 18.50, 02.20 О самом главном. Симптомы постковидного синдрома. (12+)

ДОКТОР
06.00, 11.10, 18.50, 02.20 О самом главном. Симптомы постковидного синдрома. (12+)

УСАДЬБА
06.55, 07.05, 09.55, 10.10, 12.50, 13.05, 15.50, 16.00, 18.50, 19.05, 21.50, 22.00, 00.45, 00.55 Огород круглый год. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА
06.05, 03.00 Коротко о главном. (16+)

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

00.00, 13.00, 19.30 Shuffle Dance. (12+)



ПЕРВЫЙ
09.20 Премьера. «АнтиФейк». (16+)

РОССИЯ 1
09.55 О самом главном. (12+)

ТВЦ
22.35 «Закон и порядок». (16+)

НТВ
08.25 «ПЁС». (16+)

РОССИЯ К
13.30 «ПОРУС»

СТС
12.05 Уральские пельмени. (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «АнтиФейк». (16+)

05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.45 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2». (16+)

04.50 «ЛЕГАВЫЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)

06.30 «Пешком...»
07.00 15.15 «Пастер и Кох: битва гигантов в мире микробов»

06.00 Ералаш. (0+)
06.30 «Машкины страшилки». (0+)
06.40 «Маша и Медведь». (0+)

5 5-Й КАНАЛ
05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)

ЗВЕЗДА
05.25 13.40 17.15 04.00 «РАЗВЕДЧИКИ». (16+)

ОТР
06.00 00.55 «Большая страна». (12+)

МОСКВА24
06.00 07.00 09.00 «Утреннее вещание». (16+)

НОСТАЛЬГИЯ
06.00 12.00 «Сто вопросов к взрослому». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ
06.10 «Кинорекивизит». (12+)

| REN  | TNT   | ТВ-3  | Че!   | МАТЧ!   | МАТЧ ТВ  | ДОМАШНИЙ |
|--|---|---|---|---|--|----------|
|  <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p>   |  <p>02.05 «Я тебе не верю». (16+)</p>  |  <p>21.00 «МАЖОР». (16+)</p>  |  <p>09.10 «СОЛДАТЫ». (16+)</p>   |  <p>10.10 Специальный репортаж. (12+)</p>  |  <p>07.25 Давай разведёмся! (16+)</p>   |          |
| <p>05.00 18.00 02.25 «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>10.00 «СОВБЕЗ». (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 03.10 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «ПРЕСТУПНИК». (16+)</p> <p>22.05 «Смотреть всем!» (16+)</p> <p>23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)</p> <p>00.30 «ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ». (16+)</p> | <p>07.00 «Утро TNT». (16+)</p> <p>09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+)</p> <p>09.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)</p> <p>19.00 «КАЗАЧОК». (16+)</p> <p>Назар пытается учинить расправу над Степой. Его спасает дочка Атамана Алленка, объясняя казакам, что Степа спас ее во время нападения крымчаков. Атаман решает сохранить ему жизнь и отдать на «воспитание» в семью казака Чурилы, который должен научить его казачьей мудрости.</p> <p>21.00 «1+1». (16+)</p> <p>23.15 «Это нормально?» (18+)</p> <p>00.15 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (16+)</p> <p>02.05 «Я тебе не верю». (16+)</p> <p>02.50 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>04.30 Студия «Союз». (16+)</p> <p>06.00 «Импровизация». (16+)</p> | <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)</p> <p>08.35 «Слепая». (16+)</p> <p>09.45 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)</p> <p>10.00 Гадалка. (16+)</p> <p>11.00 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>12.15 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.15 «Старец». (16+)</p> <p>14.35 Гадалка. (16+)</p> <p>16.15 «Слепая». (16+)</p> <p>18.05 «КАРПОВ». (16+)</p> <p>Карпов расследует убийство одинокой женщины, которая играла в детских спектаклях. Света постепенно восстанавливает в памяти события той злополучной ночи...</p> <p>21.00 «МАЖОР». (16+)</p> <p>23.15 «ПРОФЕССИОНАЛ». (18+)</p> <p>01.30 «ПЕРЕВОД НЕ ТРЕБУЕТСЯ». (16+)</p> <p>03.00 Дневник экстрасенса с Дарией Воскобоевой. (16+)</p> | <p>06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)</p> <p>06.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+)</p> <p>07.20 Дорожные войны. (16+)</p> <p>09.10 «СОЛДАТЫ». (16+)</p> <p>14.30 Притворщики. (16+)</p> <p>Новое реалити-расследование Влада Чижова о людях, которые выдают себя за тех, кем не являются на самом деле. Ведущий проекта поможет реальным людям распутать клубок взаимных обвинений, ненависти и подозрений. Он проведет зрителя тропой детектива...</p> <p>16.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>19.00 Решала. (16+)</p> <p>21.00 Охотники. (16+)</p> <p>22.00 Антиматрица. (16+)</p> <p>23.00 Заступницы. (16+)</p> <p>00.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.40 Решала. (16+)</p> <p>05.10 За гранью реального. (16+)</p> <p>05.50 Дорожные войны 2.0. (16+)</p> | <p>06.00 «Кто кого?» (12+)</p> <p>06.30 «Наши иностранцы». (12+)</p> <p>07.00, 10.05, 15.45, 04.00 Новости</p> <p>07.05, 15.00, 16.50, 19.30, 22.00, 00.30 Все на Матч!</p> <p>10.10, 15.25 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>10.30 Лыжные гонки. Финал. Спринт. Пр.тр. ФосАгро Кубок России. Финал. Спринт. Пр.тр.</p> <p>15.50 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. Обзор тура. (6+)</p> <p>17.15 Футбол. «СКА-Хабаровск» - «Динамо». FONBET Кубок России. Пр.тр.</p> <p>19.45 Футбол. «Химки» - «Ростов». FONBET Кубок России. Пр.тр.</p> <p>23.00 Дартс. OLIMPBET Международная лига. Тур 3. Пр.тр.</p> <p>01.00 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)</p> <p>01.30 Баскетбол. (6+)</p> <p>03.30 «История Фанхио». (12+)</p> | <p>05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>07.25 04.30 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>08.25 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>10.40 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>11.45 «Порча». (16+)</p> <p>12.50 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.25 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.35 «Преступления страсти». (16+)</p> <p>19.00 «СЕМЕЙНЫЕ ПРИЗРАКИ». (16+)</p> <p>23.20 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>00.30 «Порча». (16+)</p> <p>01.30 «Знахарка». (16+)</p> <p>02.00 «Верну любимого». (16+)</p> <p>02.25 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>02.50 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>05.20 «6 кадров». (16+)</p> |          |



**ГОРОДСКАЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ СЛУЖБА ПО ВОПРОСАМ ПОХОРОННОГО ДЕЛА**

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

## RITUAL.RU — если случилось ЭТО

- Позвоните и вызовите ритуального агента сразу после подтверждения факта смерти экстренными службами или медицинским учреждением.
- Не отвечайте на звонки с неизвестных номеров. Если по телефону Вам навязывают услуги по организации похорон, немедленно прекратите разговор и перезвоните сами в выбранную Вами ритуальную службу.
- Важно! Никакой «специалист», кроме вызванного Вами агента, не имеет права звонить Вам по организации похорон или приезжать к Вам одновременно с полицией, скорой или машиной для транспортировки тел умерших (на основании пункта 4.6 ГОСТ Р 58414-2019 «Национального стандарта Российской Федерации. Услуги организаторов похорон»).

# 8 495 508 81 35

ООО Ритуал.ру 5167746491237 город Москва / Реклама 18+. Услуги оказываются партнёрами, входящими в группу компаний Ritual.ru. Информация о партнёрах на сайте ritual.ru.

**Сфотографируйте это объявление, чтобы получить специальное предложение на ритуальные услуги:**

- организация церемоний
- захоронение, кремация
- место на кладбище
- льготы и пособия
- удобный выбор необходимых позиций в электронном каталоге
- поминальные трапезы под Ваш бюджет
- благоустройство захоронений с возможностью регулярного ухода
- волеизъявление, прижизненный договор



## ТРИ ДОРОГИ

**По горизонтали:** 1. Всякий участник коллектива Турецкого. 9. Живая «кукла» в «Трёх толстяках». 11. «Антенна» у раков. 23. Раздвижной духовой музыкальный инструмент.

**Слева-вниз-направо:** 2. «Фигуристое» полосатое насекомое. 4. «Прожорливый орган» паровоза. 5. Место работы Глеба Жеглова. 7. Голос далекой автострады. 10. Жертва «голодного» Щелкунчика. 12. Безносый охранник пирамид. 13.

Афиша, предвещающая премьеру в будущем. 16. Ранг в дзюдо. 17. Минерал, поделочный камень. 19. «Действие» футбольного «спектакля». 21. Остров Индонезии со столь личным статусом.

**Справа-вниз-налево:** 1. Небольшая рыба из анчоусов. 3. Рыба отряда лососевых. 6. Мера для владений лорда. 8. Кот Геркулес и щенок ... в комиксах. 10. Актриса, сыгравшая роль домработницы Анюты в фильме «Веселые ребята». 12. «Оттиск» заячьей лапки на снегу. 14. Имя поэтессы, рассказавшей о плачущей Тане. 15. «Вершина» музыкального парада. 18. Процедуры в салоне красоты. 20. «... на работу». 22. Полевой лагерь в страду.

**Ответы. По горизонтали:** 1. Хорист. 9. Суок. 11. Усик. 23. Тромбон. **Слева-вниз-направо:** 2. Оса. 4. Топка. 5. Мур. 7. Гул. 10. Орех. 12. Сфинкс. 13. Анонс. 16. Дан. 17. Арат. 19. Тайм. 21. Ява. **Справа-вниз-налево:** 1. Хамса. 3. Сит. 6. Акр. 8. Пиф. 10. Орпо-ва. 12. Снед. 14. Агния. 15. Хит. 18. Сна. 20. Наем. 22. Стан.









| REN  | TNT   | ТВ-3  | Че!   | МАТЧ!   | МАТЧ ТВ   | ДОМАШНИЙ |
|--|---|---|---|---|---|----------|
| <br>15.00 «Засекреченные списки». (16+)   | <br>09.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)   | <br>08.35 «Слепая». (16+)   | <br>09.10 «СОЛДАТЫ». (16+)   | <br>10.30 Вид сверху». (12+)   | <br>10.30 «Понять. Простить». (16+)  |          |
| 05.00 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)<br>06.00 «С бодрым утром!» (16+)<br>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)<br>09.00 «Документальный спецпроект». (16+)<br>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)<br>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)<br>13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)<br>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)<br>15.00 «Засекреченные списки». (16+)<br>17.00 03.05 «Тайны Чапман». (16+)<br>20.00 «ПРИЗРАК В ДОСПЕХАХ». (16+)<br>22.00 «Смотреть всем!» (16+)<br>00.30 «НОЧЬ В ОСАДЕ». (18+) | 07.00 «Утро TNT». (16+)<br>09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+)<br>09.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)<br>19.00 «КАЗАЧОК». (16+)<br>Казаки решают отправить гонца в Нижний Новгород к Пожарскому. Степа пытается достроить колодец и параллельно постигает казачье ремесло. В это время казак-карлик Иргай сообщает, что соседняя станица снова покусилась на их урожай. Степа предлагает решить проблему спортом...<br>21.00 «СУМАСШЕДШАЯ ЕЗДА». (16+)<br>23.00 «Это нормально?» (18+)<br>00.00 «РОДНЫЕ». (16+)<br>02.05 «Я тебе не верю». (16+)<br>02.50 «Импровизация. Команды». (16+)<br>04.25 Студия «Союз». (16+)<br>06.00 «Импровизация». (16+) | 06.00 «Мультфильмы». (0+)<br>08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)<br>08.35 «Слепая». (16+)<br>09.45 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)<br>10.00 Гадалка. (16+)<br>11.00 Знаки судьбы. (16+)<br>12.15 Мистические истории. (16+)<br>13.15 «Старец». (16+)<br>14.35 Гадалка. (16+)<br>16.15 «Слепая». (16+)<br>18.05 «КАРПОВ». (16+)<br>Карпов и Иващук заняты поисками исчезнувшего Саши...<br>20.00 «КАРПОВ. СЕЗОН ВТОРОЙ». (16+)<br>21.00 «МАЖОР». (16+)<br>23.15 «ПРОГУЛКА СРЕДИ МОГИЛ». (18+)<br>01.30 «ПОДАРИ МНЕ ЖИЗНЬ». (16+)<br>03.15 Дневник экстрасенса с Дарией Воскобоевой. (16+)<br>05.30 «Мультфильмы». (0+) | 06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)<br>06.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+)<br>07.20 Дорожные войны. (16+)<br>09.10 «СОЛДАТЫ». (16+)<br>14.30 Притворщики. (16+)<br>16.30 Улётное видео. (16+)<br>19.00 Решала. (16+)<br>Каждый день тысячи россиян становятся жертвами аферистов. О подобных преступлениях редко заявляют в полицию, а те, которые всё-таки попадают в сводки, раскрыть почти невозможно. Но какой трудной ни была бы проблема - её надо решать!<br>21.00 Охотники. (16+)<br>22.00 Антиматгия. (16+)<br>23.00 Заступницы. (16+)<br>00.00 Опасные связи. (18+)<br>02.40 Решала. (16+)<br>05.10 За гранью реального. (16+)<br>05.50 Дорожные войны 2.0. (16+) | 06.00 «Кто кого?» (12+)<br>06.30 Фрирайд. Мировой тур. (6+)<br>07.00, 10.05, 13.55, 15.45, 04.00 Новости<br>07.05, 22.30, 01.00 Все на Матч!<br>10.10, 15.25 Специальный репортаж. (12+)<br>10.30 «Вид сверху». (12+)<br>11.00, 12.25 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Финал. Гонка преследования. Пр.тр.<br>14.00 «Есть тема!»<br>15.50 Футбол. «Урал» - «Локомотив». FONBET Кубок России. Пр.тр.<br>18.00 Футбол. «Балтика» - ЦСКА. FONBET Кубок России. Пр.тр.<br>20.15 Футбол. «Спартак» - «Зенит». FONBET Кубок России. 1/2 финала. Пр.тр.<br>23.00 Дартс. OLIMPBET Международная лига. Тур 3. Пр.тр.<br>01.30 «Вы это видели». (12+) | 05.25 По делам несовершеннолетних. (16+)<br>07.15 04.25 Давай разведёмся! (16+)<br>08.15 Тест на отцовство. (16+)<br>10.30 «Понять. Простить». (16+)<br>11.40 «Порча». (16+)<br>12.55 «Знахарка». (16+)<br>13.30 «Верну любимого». (16+)<br>14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)<br>14.40 «Преступления страсти». (16+)<br>19.00 «СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)<br>23.15 «Понять. Простить». (16+)<br>00.25 «Порча». (16+)<br>01.25 «Знахарка». (16+)<br>01.55 «Верну любимого». (16+)<br>02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)<br>02.45 Тест на отцовство. (16+)<br>05.15 «6 кадров». (16+) |          |

\*\*\*


– Это же не мышка, у неё хвоста нет. Думаю, это хомяк.  
– Прекрасно, тогда сделайте двойной клик хомяком.

\*\*\*

– Откуда у вас столько воды в дипломной работе?  
– Я использовал несколько источников.

\*\*\*

– Скажите, бассейн работает или нет?  
– Работает.  
– Но там же нет воды!  
– Так вы про воду не спрашивали.



**ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ И КОНСУЛЬТАЦИЯ ЮРИСТА**

8 (495) 142-51-94

\*\*\*

Две подружки.  
– Ты же целыми днями на каблуках.  
– Вот именно! И я снова и снова убеждаюсь, что каблуки – вещь необыкновенная! Надела – шикарная женщина, сняла – счастливый человек!



**КВАРТИРА КАК КАПИТАЛ**

**МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР РЕНТЫ ПРЕДЛАГАЕТ ПОМОЩЬ ПО ДОГОВОРУ ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ**

**ПОЖИЗНЕННОЕ ПРОЖИВАНИЕ В СВОЕЙ КВАРТИРЕ**

**МЫ ГАРАНТИРУЕМ:**

- Единовременную крупную выплату
- Ежемесячные платежи (вторая пенсия)
- Оплату коммунальных услуг
- Помощь по хозяйству

**Ваш возраст – ваше преимущество**

**8 (495) 641-66-41**

ООО «МГЦР» ОГРН 1147746620636. РЕКЛАМА




**НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА**

**Творцу «Мёртвых душ» посвящается**

215 лет назад, 1 апреля 1809 года, родился Николай Васильевич Гоголь. Он оставил после себя десятки бессмертных произведений. Давайте вспомним о гениальном художнике слова, его творчестве и увлечениях.

**1** Первое произведение Гоголя было выпущено под псевдонимом «В. Алов» в 1829 году. «Идиллия в картинках», так назвал поэму «Ганц Кюхельgarten» автор. Николай Васильевич со своим слугой Якимом скупил весь непроданный тираж и сжёг (об этом рассказал после смерти писателя его слуга). Почему Гоголь уничтожил свою первую напечатанную книгу?

а) Рецензия в прессе была неблагоприятной.  
б) Услышал, как смеются над автором В. Аловым поэты.  
в) Семья и любимая девушка не оценили его труд.



**2** Сюжет для поэмы «Мёртвые души» писателю подсказал Александр Пушкин, который во время кишинёвской ссылки услышал подобную историю. Считается, что идею ещё одного произведения тоже подарил Гоголю Александр Сергеевич. Кстати, за экземпляр этой пьесы-комедии, поставленной на сцене в мае 1836 года, император даровал автору бриллиантовый перстень. О какой пьесе идёт речь?

а) «Женитьба». б) «Игроки». в) «Ревизор».

**3** О себе Гоголь писал так: «...хороший портной, недурно раскрашиваю стены алфрескою живописью, работаю на кухне и много кой-чего уже разумею из поваренного искусства». А ещё Гоголь был заядлым коллекционером. Какие именно предметы, не жалея средств, покупал Николай Васильевич для своей коллекции?

а) Миниатюрные книги.  
б) Наперстки.  
в) Поварские ножи.

**ОТВЕТЫ**

1-а. Рецензия в прессе была неблагоприятной.  
2-в. «Ревизор». 3-а. Гоголь был заядлым коллекционером маленьких книг, даже приобрёл справочник по математике, которую не любил. Но издание в шестнадцатую долю листа он заказал специально для коллекции.

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
07.10 Мультфильмы. (0+)
08.30 «СТО ДНЕЙ ПОСЛЕ ДЕТСТВА». (12+)
10.15 «ДВОЕ В ПУТИ». (12+)
11.35 «ОДИН ИЗ НАС». (16+)
13.30 «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА». (12+)
15.00 «ИЗ ЖИЗНИ ОТДЫХАЮЩИХ». (12+)
16.35 «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРСАГА». (12+)
18.15 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-2». (16+)
19.55 «ОДИНОКИМ ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (12+)
21.30 «НЕЖДАННО-НЕГАДАННО». (12+)
23.05 «ЛЮБОВЬ ЗЕМНАЯ». (12+)
00.45 «ЖИЛИ ТРИ ХОЛОСТЯКА». (12+)
04.50 «НА БОЙКОМ МЕСТЕ». (12+)

ИЛЛЮЗИОН+
02.20 «ЭФФЕКТ МАНДЕЛЬ». (18+)
03.30 «КРИМИНАЛЬНАЯ ФИШКА ОТ ГЕНРИ». (16+)
05.15 «ДИЛАН ТОМАС: ЛЮБОВНИК И ПОЭТ». (16+)
06.55 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+)
08.25 «УЦЕЛВШАЯ». (16+)
09.50 «ГОЛОГРАММА ДЛЯ КОРОЛЯ». (16+)
11.25 «МИСТЕР ОЛИМПИА». (16+)
13.05 «ДЕВЯТКА». (16+)
14.25 «ВЕЧНОСТЬ МЕЖДУ НАМИ». (16+)
15.50 «ИНТЕРВЬЮ С БОГОМ». (16+)
17.20 «АМЕРИКАНЕЦ». (16+)
19.00 «А ВОТ И ОНА». (16+)
20.30 «3 ДНЯ НА УБИЙСТВО». (16+)
22.20 «НА ГРАНИ БЕЗУМИЯ». (16+)
00.00 «УЦЕЛВШАЯ». (16+)

РУССКИЙ РОМАН
06.30 «СЛУЧАЙНАЯ НЕВЕСТА». (12+)
09.55 «ЛУЧИК». (12+)
13.50 «ВТОРЖЕНИЕ». (12+)
15.35 «КАКТУС И ЕЛЕНА». (12+)
2006 г. В ролях: Татьяна Арнтгольц, Александр Пашков, Кирилл Жандаров
17.25 «ЛЮБОВЬ ЛЕЧИТ». (16+)
2020 г. В ролях: Екатерина Волкова, Роман Полянский, Андрей Заводюк
21.00 «СЛЕПОЕ СЧАСТЬЕ». (12+)
2011 г. В ролях: Полина Сыркина, Людмила Максаква, Сергей Юшкевич
00.25 «ПИТЕР-МОСКВА». (16+)
03.55 «ТАНГО МОТЫЛЬКА». (12+)
05.30 «КАКТУС И ЕЛЕНА». (12+)

СУББОТА! СУББОТА!
05.00, 09.30, 15.00, 04.10 «Маша и Медведь». «Машинки сказки». «Машинки страшлики». Мультсериалы. (0+)
09.00, 14.30 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
17.10, 18.00 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
19.00, 20.00 «КАРМЕЛИТА». (16+)
21.00, 22.10 Богиня свиданий. (16+)
23.10, 23.40 «МАХАБХАРАТА». (16+)
00.15 Суббота News 2024. (16+)
03.30, 01.20 «ЗИМОРОДОК». (16+)
02.00 Интервью со звездами. Гарик Мартиросян. (16+)
03.20 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00, 02.55 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
05.35, 06.25 «УБИТЬ ДРОЗДА». (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
06.15 Вот такая петрушка. (12+)
10.10 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
11.05 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
12.00 Дела судебные. Новые истории. (16+)
13.15 Мировое соглашение. (16+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.15 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)
17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
18.50 Игра в кино. (16+)
22.25 «ЗАЙЧИК». (16+)
00.15 «ЕЛКИ-ПАЛКИ». (16+)
01.50 Наше кино. История большой любви. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
00.00 Школа русских побед. (12+)
00.45 Артековский закат. (12+)
01.45, 05.30, 09.35, 17.55 Мемориалы России. (12+)
02.15 Суверенное государство Российское. (12+)
02.55, 03.25, 08.00 Народный фронт Победы. (12+)
04.00 Карибский кризис. Послесловие. (12+)
04.55, 09.00, 21.35 Легенды науки. (12+)
06.00 Обыкновенная история. (6+)
06.10 Судьба одного химика. (12+)
06.55 Последние свидетели. (12+)
08.30 Народовластие. (12+)
10.05 Неизвестный Тургенев. Свет и тень. (12+)
11.00 Спротивление. Русские французы. (12+)
12.00, 12.50 Без срока давности. (16+)
13.40 Книжные аллеи. (12+)
14.15 Не дожидетесь! (12+)
15.05 Испанская кровь. (12+)
16.00 Архивы истории. (12+)
16.15 Ступени Победы. (12+)
17.00 Тайное становится явным. (12+)
17.15 Россия. Связь времен. (12+)
17.45 Семь дней истории. (12+)
18.30 Жил-был Дом. (12+)
19.00 Экспозиция войны. (12+)
20.00 Рафаэль. Князь искусств. (12+)
22.10 Великая Северная война. (12+)
22.45 Беспамятство. (12+)

УСАДЬБА
06.50, 07.00, 09.50, 10.05, 12.55, 13.10, 15.55, 16.05, 18.55, 22.05, 22.20, 01.05, 01.15 Огород круглый год. (12+)
07.15 Флористика. (12+)
07.25, 10.35, 13.40, 16.40, 19.35, 22.50, 01.40 Постное меню. (12+)
07.40, 23.00, 01.55 Да здравствует мыло душистое! (12+)
07.50 Обнови свой сад. (12+)
08.20 Сельский туризм. (12+)
08.50 ЛучкииПучки. (12+)
09.05 Сад в радость. (12+)
09.35 Вершки-корешки. (12+)
10.20 Кашеварим. (12+)
10.50 Офисное садоводство. (12+)
11.05 Секреты сада. (16+)
11.55, 12.10 Букварь дачника. (12+)
12.25 Огород от курток. (12+)
13.25 Садовый доктор. (12+)
14.00 Сад своими руками. (12+)
14.25, 14.40 Готовим на природе. (12+)
14.55 Цветники. (12+)
15.25 Консультант садовода. (12+)
16.25, 22.35 Дачные хитрости. (12+)
16.55, 21.35 Декоративный огород. (12+)
17.25, 23.15 Цветик-семицветик. (12+)
17.40, 00.00 С пылу с жару. (12+)
17.55, 00.10 Урожай на столе. (12+)
18.25, 00.40 Фитоаптека. (12+)
19.25, 01.30 Ваш агроном. (12+)
19.55, 02.05 Здоровый сад. (12+)
20.10 Правила садовода. (12+)
20.25 Путешествие гурмана. (6+)
21.05 Цветники. (16+)
23.35 Милости просим. (12+)











ПЕРВЫЙ



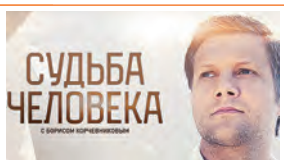
19.45 «Поле чудес». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»  
09.00 Новости (с субтитрами)  
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)  
10.00 «Жить здорово!» (16+)  
10.50 Информационный канал. (16+)  
12.00 Новости (с субтитрами)  
12.15 Информационный канал. (16+)  
15.00 Новости (с субтитрами)  
15.15 Премьера. «Давай поженимся!» (16+)  
16.05 «Мужское / Женское». (16+)  
17.00 Информ. 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 «Голос». Новый сезон. (12+)  
23.30 «Матадор». (16+)  
00.30 ПОДКАСТ.ЛАБ «Гори огнем!». (16+)  
01.15 ПОДКАСТ.ЛАБ «Неформат». (16+)  
02.00 ПОДКАСТ.ЛАБ «Обязательно к прочтению». (16+)  
02.45 ПОДКАСТ.ЛАБ «Психика». (16+)  
03.30 ПОДКАСТ.ЛАБ «Кот Шрёдингера». (16+)  
04.15 ПОДКАСТ.ЛАБ «Легкие деньги». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)  
05.25 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)  
08.25 «Новая». (12+)  
09.00 «Известия». (16+)  
09.30 «НАПАРНИКИ». (16+)  
Россия, 2020 г. Детектив. В ролях: Станислав Ткаченко, Гавриил Федотов, Глафира Козулина, Сергей Вергелис, Олег Абалян.  
12.40 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-2». (16+)  
13.00 «Известия». (16+)  
13.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-2». (16+)  
17.00 «Известия». (16+)  
17.30 «СЛЕД». (16+)  
23.10 «Светская хроника». (16+)  
00.15 Они потрясли мир. (16+)  
01.50 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)

РОССИЯ 1



14.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)

- 05.00 Утро России  
09.00 Вести. Местное время  
09.30 Утро России  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 Вести  
11.30 «60 минут». (12+)  
14.00 Вести  
14.30 Вести. Местное время  
14.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)  
Откровенное портретное интервью о судьбе главного героя, об интересных и малоизвестных фактах, о чувствах и эмоциях, которые переживал человек на главных поворотах своей судьбы. Герои программы не только известные артисты и политики, но и простые люди с непростой судьбой, герои нашего времени.  
16.00 Вести  
16.30 Прямой эфир. (16+)  
17.30 «60 минут». (12+)  
20.00 Вести  
21.15 Вести. Местное время  
21.30 «Удивительные люди. Новый сезон». (12+)  
В новом, седьмом сезоне шоу телезрителей ждут встречи с невероятными талантами со всего мира, которые поражают своими сверхспособностями!  
23.55 «Истории Большой Страны». (12+)  
00.55 «УДАР ЗОДИАКА». (12+)

ЗВЕЗДА

- 05.00 «ТАНКИСТ». (16+)  
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)  
09.20 «Ищу своих». (12+)  
10.10 21.20 «Специальный репортаж». (16+)  
10.25 «По горячим следам». (16+)  
10.45 13.25 «БЕРЕГ». (12+)  
14.20 15.05 17.15 «Диверсанты». (16+)  
15.00 Военные новости. (16+)  
19.40 «Загадки века». (12+)  
20.30 «Скрытые угрозы». (16+)  
22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)  
23.30 Музыка+. (12+)  
00.55 «ДВОЙНОЙ КАПКАН». (16+)  
03.10 «СВЕТЛЫЙ ПУТЬ». (12+)

ТВЦ



14.50 Город новостей

- 06.00 «Настроение»  
08.25 «ВЕРА БОЛЬШЕ НЕ ВЕРИТ В ПРИМЕТЫ». (16+)  
11.30 События  
11.50 «ВЕРА БОЛЬШЕ НЕ ВЕРИТ В ПРИМЕТЫ». (16+)  
12.30 «ЦВЕТ ЛИПЫ». (12+)  
14.30 События  
14.50 Город новостей  
15.00 «ЦВЕТ ЛИПЫ». (12+)  
16.55 «Короли эпизода». (16+)  
17.50 События  
18.10 «ДАМА ТРЕФ». (12+)  
Россия, 2019 г. Детектив. В ролях: А. Чернышов, Е. Соломатина. Майор Павел Викторов назначен начальником ГУВД в город своего детства - тихий подмосковный Валув. Его жена Ксения планирует устроить мужа на новом месте и вернуться в Москву - там ее работа, сын-первокурсник.  
20.00 «МАГАЗИНЧИК НА КОЛЁСАХ». (12+)  
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой  
23.00 «Хорошие песни». (12+)  
00.20 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)  
01.45 «Петровка, 38». (16+)  
02.00 «Игорь Тальков. Последний аккорд». (16+)  
02.50 «ЛОВУШКА ВРЕМЕНИ». (12+)

ОТР

- 06.00 «Большая страна». (12+)  
06.50 «Коллеги». (12+)  
07.30 20.10 «Календарь». (12+)  
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 13.00 14.00 15.00 18.00 20.00 Новости  
08.05 08.35 09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 02.45 ОТражение  
10.10 11.05 «ЗАБЫТЫЙ». (16+)  
«Человек и судьба». (12+)  
15.10 «ИЗ ЖИЗНИ НАЧАЛЬНИКА УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (12+)  
16.40 «История одного преступления». (12+)  
17.00 «На приеме у главного врача». (12+)  
20.40 21.45 «ЗАБЫТАЯ МЕЛОДИЯ ДЛЯ ФЛЕЙТЫ». (12+)  
22.50 «НЕУДАЧНИКИ». (16+)  
00.30 01.35 «ДИКАЯ ОХОТА КОРОЛЯ СТАХА». (12+)

НТВ



16.50 «ДНК». (16+)

- 04.55 «ЛЕГАВЫЙ». (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.25 «ПЁС». (16+)  
10.00 «Сегодня»  
10.35 «ПЁС». (16+)  
Медиум Малена, она же гадалка Валентина Милявская, внезапно умирает прямо во время спиритического сеанса. Свидетель, ее клиентка, уверена, что виной тому - дух ее погибшего мужа.  
13.00 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «Место встречи»  
16.00 «Сегодня»  
16.50 «ДНК». (16+)  
17.55 «Жди меня». (12+)  
19.00 «Сегодня»  
20.00 «ЧЕРНОЕ СОЛНЦЕ». (16+)  
Жук, Фомин и Щекин, отследив дорожные камеры, выясняют, где находится черный фургон Глеба, но обнаруживают его уже сожженным. Чагин встречается с мужем одной из убитых женщин, и выясняет, что Соловьев был знаком со всеми жертвами. Карпов выясняет, что это Глеб поставил жуток в кабинете, и отправляется к нему домой.  
00.00 «Своя правда» с Романом Бабаяном. (16+)  
02.10 «Квартирный вопрос». (0+)  
03.05 «МЕЧ». (16+)

МОСКВА24

- 06.00 07.00 09.00 «Утреннее вещание». (16+)  
06.45 08.45 10.45 13.45 16.45 01.50 «Доктор 24». (12+)  
11.00 11.35 12.00 12.30 12.40 13.00 13.30 14.00 14.40 15.00 15.30 15.45 16.00 16.25 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 21.00 21.30 22.00 23.00 23.40 «Новости». (16+)  
12.25 14.10 15.25 «Атмосфера». (0+)  
11.10 14.30 17.30 «Деньги 24»  
12.10 15.35 20.15 «Это Москва. Строительство». (12+)  
12.50 15.50 18.15 04.15 «Время новых». (12+)  
13.15 16.15 19.15 05.10 «Это Москва. Люди». (12+)  
13.40 16.40 «Сити». (12+)  
18.20 22.30 «Интервью». (12+)  
21.20 23.30 «Безопасный город»  
22.15 «Это Москва. Туризм»  
00.10 «Мослекторий». (12+)

РОССИЯ К

РОССИЯ К

Культура



16.15 «Энига»

- 06.30 «Пешком...»  
07.00 15.00 «Семена, которые спасут человечество»  
07.40 18.30 «Забывтое ремесло»  
08.00 «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро»  
08.30 21.25 «МЕРТВЫЕ ДУШИ»  
10.00 12.30 17.00 19.30 23.50 Новости культуры  
10.15 «Наблюдатель»  
11.15 15.45 «Роман в камне»  
11.45 «Кавказская пленница». Это же вам не лезгинка, а твист!»  
12.45 Открытая книга  
13.15 13.35 13.55 «ПОРУС»  
После проведения магических ритуалов Олимпия уверена в скорой гибели Поруса.  
14.20 Власть факта  
16.15 «Энига»  
17.15 Письма из провинции Musica Sacra Nova. Духовная музыка из бывшего СССР. Екатерина Антоненко и вокальный ансамбль Intrada. Концертный зал имени П.И. Чайковского. 2023 год  
18.45 Больше, чем любовь  
19.45 01.35 «Искатели»  
20.30 Линия жизни  
22.55 «2 Верник 2»  
00.05 «ТАЙНА ВАНДОМСКОЙ ПЛОЩАДИ». (16+)  
02.20 «Мультфильмы»  
03.00 Перерыв в вещании

НОСТАЛЬГИЯ

- 06.00 «Споёмте, друзья!» с Н. Козелковой. (18+)  
07.10 «МЕСТЬ РОБИН ГУДА». (16+)  
08.25 09.40 11.30 12.35 14.45 15.40 17.30 19.05 20.45 21.40 23.30 00.45 02.50 03.40 05.30 Музыкальная Ностальгия. (12+)  
09.00 15.00 21.00 03.00 «Прошедшее время». (12+)  
10.00 16.00 22.00 04.00 «Рождённые в СССР». (12+)  
11.00 17.00 23.00 05.00 «Блеф-клуб». (18+)  
12.00 «Короли эпизода». (16+)  
12.50 «ЗЛЫЕ И КРАСИВЫЕ». (16+)  
18.00 «До и после...» с В. Молчановым. (16+)  
19.20 «ЧТО НАВЕЯЛ ВЕТЕР». (16+)  
00.00 «Было время». (16+)  
01.00 «СЛЕДУЯ ЗА ФЛОТОМ». (16+)

СТС



06.00 Ералаш. (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)  
06.30 «Машинки страшилки». (0+)  
06.40 «Маша и Медведь». (0+)  
08.00 «ЦИРК». (16+)  
Тимофей не может определиться в своих чувствах, у Севы неприятности с Эльзой, а Эдик принимает неожиданное решение. Труппа отправляется в Москву. Путешествие оказывается беспокойным. Труппа обнаруживает свой номер у конкурентов... По стечению обстоятельств Тимофея берут в заложники. Эдик задумал коварный план.  
10.05 Безумные изобретения. (12+)  
10.40 Импровизаторы. (16+)  
11.40 Уральские пельмени. (16+)  
12.20 Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
20.00 Премьера! Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
21.30 Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
22.55 Премьера! Импровизаторы. (16+)  
00.00 Окнутые люди. (16+)  
01.00 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)  
02.00 «ХРОНИКИ ХУАДУ. ЛЕЗВИЕ РОЗЫ». (18+)  
03.40 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)  
05.15 «Мультфильмы». (0+)  
05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.15 Раскрывая тайны звёзд  
07.00 «Юмор на все времена». (12+)  
07.40 16.05 Тайны кино. (12+)  
08.30 10.00 18.15 00.10 02.40 «Мой район». (16+)  
08.45 «ЗЕЛЁНЫЙ ОГОНЁК». (12+)  
10.55 20.00 «ВИЗИТ К МИНОТАВРУ». (12+)  
12.10 «СУВЕНИР ДЛЯ ПРОКУРОРА». (16+)  
14.20 «ЖАНДАРМ И ЖАНДАРМЕТКИ». (12+)  
16.55 «СЧАСТЛИВЫЙ РЕЙС». (12+)  
19.10 «Кинорекивизит». (12+)  
21.10 «Я ОБЪЯВЛЯЮ ВАМ ВОЙНУ». (12+)  
22.40 «ЖАНДАРМ И ИНОПЛАНЕТЯНЕ». (12+)  
01.05 «КОМИССАР МЕГРЭ». (16+)



| REN   | TNT   | ТВ-3  | че!   | Матч!   | ДОМАШНИЙ  |
|---|---|---|---|---|---|
| <p>17.00 «Главные тайны мира». (16+)</p> <p>05.00 18.00 01.35 «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 спецпроект». (16+)</p> <p>10.00 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 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>17.00 «Главные тайны мира». (16+)</p> <p>20.00 «АНГЕЛ МСТИ». (16+)</p> <p>21.50 «БУН». (16+)</p> <p>23.40 «ПО СЛЕДУ ХАКЕРА». (18+)</p> | <p>10.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>07.00 «Утро TNT». (16+)</p> <p>09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+)</p> <p>09.30 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+)</p> <p>10.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>14.00 «КАЗАЧОК». (16+)</p> <p>18.00 «Комеди Клуб». (16+)</p> <p>22.00 «Лига Городов». (16+)</p> <p>23.30 Stand up. (16+)</p> <p>00.30 «Галустян Плюс». (16+)</p> <p>02.00 «Я тебе не верю». (16+)</p> <p>02.50 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>04.25 Студия «Союз». (16+)</p> <p>06.00 «Импровизация». (16+)</p> | <p>11.00 Новый день. (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)</p> <p>08.35 «Слепая». (16+)</p> <p>09.45 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)</p> <p>10.00 Гадалка. (16+)</p> <p>11.00 Новый день. (16+)</p> <p>11.45 Гадалка. (16+)</p> <p>12.15 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.15 Гадалка. (16+)</p> <p>14.35 Вернувшиеся. (16+)</p> <p>16.45 «Слепая». (16+)</p> <p>18.30 Человек-невидимка. (16+)</p> <p>19.45 «МАЖОР». (16+)</p> <p>Мажор сбегает из тюрьмы и начинает новую жизнь. Соколовский вливается в светскую тусовку, где все сидят на новом синтетическом наркотике...</p> <p>21.45 «ПЕРЕВОЗЧИК: НАСЛЕДИЕ». (16+)</p> <p>23.45 «ЛОВКИЕ РУКИ». (18+)</p> <p>01.30 Мистические истории. (16+)</p> <p>05.30 «Мультфильмы». (0+)</p> | <p>06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)</p> <p>06.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+)</p> <p>07.20 Дорожные войны. (16+)</p> <p>Своеобразный хит-парад приключений на дороге, которые, увы, не всегда бывают приятными. Смотрите и делайте выводы! Лучше быть зрителем, чем участником!</p> <p>09.10 «СОЛДАТЫ-2». (16+)</p> <p>14.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя. Это лучший анти-депрессант и панацея от плохого настроения. Все серии шоу пропитаны искромётным юмором, смешными шутками и невероятными кадрами.</p> <p>18.00 «+100500». (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.40 Утилизатор. (16+)</p> | <p>06.30 «Большой хоккей». (12+)</p> <p>06.00 «Кто кого?» (12+)</p> <p>06.30 «Большой хоккей». (12+)</p> <p>07.00, 08.10, 15.25 Новости</p> <p>07.05, 23.30 Все на Матч!</p> <p>08.15 Небесная грация. (0+)</p> <p>08.35 Биатлон. Альфа-Банк ЧР. Марафон. Пр.тр.</p> <p>10.50, 12.30 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Финал. Пр.тр.</p> <p>14.40 Футбол. FONBET Кубок России. Обзор. (6+)</p> <p>15.30, 03.00 Смешанные единоборства. One FC. Пр.тр.</p> <p>19.25 Баскетбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - УНИКС (Казань). Единая лига ВТБ. Пр.тр.</p> <p>21.25 Футбол. «Айнтрахт» (Франкфурт) - «Вердер». Пр.тр.</p> <p>00.30 «РецептУра». (6+)</p> <p>01.00 Баскетбол. «ПАРМА» (Пермский край) - «Локомотив-Кубань» (Краснодар). Единая лига ВТБ. (6+)</p> | <p>14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>07.25 05.00 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>08.25 03.20 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>10.40 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>11.45 «Порча». (16+)</p> <p>12.55 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.30 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.40 «Преступления страсти». (16+)</p> <p>19.00 «КАК СПАСТИ ВЛЮБЛЁННУЮ ЖЕНЩИНУ». (16+)</p> <p>23.20 Уютное утро. (16+)</p> <p>23.50 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>01.00 «Порча». (16+)</p> <p>02.00 «Знахарка». (16+)</p> <p>02.25 «Верну любимого». (16+)</p> <p>02.55 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>05.50 «6 кадров». (16+)</p> |

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 1 ПО 7 АПРЕЛЯ

**ОВЕН (21.03 – 20.04)**  
Звезды обещают Овнам приобретение деловых связей. Возможны внезапные гости или визит родственников. Но все это будут приятные хлопоты, если вы сразу настроитесь на позитив. Избегайте пустых разговоров, искренне общайтесь с теми, кому доверяете.

**ЛЕВ (23.07 – 22.08)**  
Львам предстоит активная и напряженная неделя. Будьте готовы к критике коллег и недопониманию с начальством. Ситуацию сможете исправить только вы сами. Включайте свои лучшие качества, переживания и стрессы ставьте на паузу. И вперед, к покорению новых вершин!

**СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)**  
Стрельцам следует обратить внимание на здоровье. Старайтесь избегать опасных ситуаций. Действуйте осторожно. Если вам тяжело дается какое-либо дело, не стесняйтесь попросить о помощи. И больше времени проводите с друзьями и близкими.

**ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)**  
Успех ждет Водолеев, которые приступают к новому. Любой старт звезды приветствуют. Но старайтесь выбрать правильную дорогу, которая приведет к успеху. Будьте открыты в общении. Если кто-то попросит у вас помощи, не отказывайтесь – добро вернется вдвойне.

**ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)**  
Тельцам стоит больше времени уделить отдыху. Лучше на несколько дней отказаться от активных действий. Сделайте паузу в делах. В общении старайтесь держать себя в руках. Не настаивайте на своей точке зрения, дайте возможность оппоненту почувствовать себя мудрецом.

**ДЕВА (23.08 – 23.09)**  
У Дев наступает интересное и активное время. Проявляйте усердие в работе, смотрите реально на вещи и не витайте в облаках. Сейчас нужен ваш трезвый взгляд. В общении с людьми следите за словами и интонациями. Избегайте конфликтов на работе и с близкими.

**БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)**  
Этот период в жизни Близнецов будет активен и интересен. Прогулки и занятия спортом на свежем воздухе принесут вам заряд энергии и положительные эмоции. На выходных лучше съездить за город и насладиться работой в саду или общением с родными и близкими друзьями.

**ВЕСЫ (24.09 – 23.10)**  
Весам предстоит много трудиться. Приложите максимум усилий, чтобы завершить все текущие дела. Старайтесь контролировать свои слова и эмоции. Можете обратиться за помощью к близким, доверенным людям, которые помогут вам справиться с трудностями.

**РАК (22.06 – 22.07)**  
Звезды советуют Ракам больше времени уделять домашним хлопотам и заботам о домочадцах. Вместе с тем, не будьте слишком требовательны к близким, лучше постарайтесь порадовать их приятными сюрпризами. И, конечно, не следует забывать о личном отдыхе.

**СКОРПИОН (24.10 – 22.11)**  
Многих Скорпионов ожидают приятные новости. В целом обстановка будет достаточно оптимистичная. Вы сможете грамотно выстраивать свои дела, не прибегая к посторонней помощи. Отличное время для занятий спортом, прогулок на свежем воздухе.

**КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)**  
У Козерогов наступающая неделя будет наполнена энергией созидания. Это удачное время для начала нового проекта. Организация сада принесет вам много положительных эмоций. Случайное знакомство в этот период со временем может перерасти в крепкую дружбу.

**РЫБЫ (19.02 – 20.03)**  
Рыбам необходимо аккуратно относиться к своей жизненной энергии, избегать лишних стрессов и эмоций. Лучшим вариантом будет провести время дома, в кругу семьи, в спокойной атмосфере. А искреннее общение подарит вам много позитива.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 1 ПО 7 АПРЕЛЯ

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



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.

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

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

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.**

Реклама







| REN  | TNT   | ТВ-3   | Че!   | Матч!  | МАТЧ ТВ  | ДОМАШНИЙ                            |
|--|---|--|---|--|--|-------------------------------------|
| 09.00 «Минтранс». (16+)                                | 23.00 «Женский стендап». (18+)                      | 09.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)                         | 21.00 «+100500». (16+)  | 15.45 Новости  | 09.55 Уютное утро. (16+)   |                                     |
| 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)               | 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+) | 06.00 «Мультфильмы». (0+)                                  | 06.00 Утилизатор. (16+)   | 06.00 Смешанные единоборства. One FC. Пр.тр.                                 | 06.10 «ВЫБИРАЯ СЕБЯ». (16+)  |                                     |
| 07.00 «С бодрым утром!» (16+)                          | 08.30 «Хочу перемен». (16+)                         | 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)                         | 06.20 «Утилизатор» с Настей Туман. (16+)  | 07.00, 10.05, 13.00, 15.45, 19.00, 04.00 Новости                             | 09.55 Уютное утро. (16+)   | 06.10 «ДВА КРЫЛА». (16+)            |
| 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)               | 09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+)        | 09.00 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)                      | 07.10 Утилизатор. (12+)   | 07.05, 13.05, 15.50, 19.05, 22.00 Все на Матч!                               | 10.25 «СКОЛЬКО СТОИТ ЛЮБОВЬ». (16+)                                  | 09.55 «ДВА КРЫЛА». (16+)            |
| 09.00 «Минтранс». (16+)                                | 09.30 «Салон». (16+)                                | 09.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)                         | Ржавые банки на колесах захламляют городские дворы, а упрямые автовладельцы заламывают цены на старые авто. Команда «Утилизатора» поможет навести порядок на улицах городов России и безжалостно уничтожит ненужное железо! | 10.10 «ВОИН». (12+)  | 11.55 Смешанные единоборства. UFC. (16+)                             | 10.25 «СКОЛЬКО СТОИТ ЛЮБОВЬ». (16+) |
| 10.00 Самая полезная программа. (16+)                  | 10.05 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)        | 10.30 «СМЕРТЕЛЬНАЯ ТРОПА». (16+)                           | 09.30 «СОЛДАТЫ-2». (16+)  | 13.55 Мини-футбол. КЛРФ - «Тюмень». Чемпионат России. ПАРИ-Суперлига. Пр.тр. | 16.25 Футбол. «Хайденхайм» - «Бавария». Пр.тр.                       | 14.45 «СКОЛЬКО СТОИТ ЛЮБОВЬ». (16+) |
| 11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+) | 16.30 «Новая Битва экстрасенсов». (16+)             | 12.30 «ТЕМНОЕ НАСЛЕДИЕ». (16+)                             | 20.00 «СОЛДАТЫ-3». (16+)  | 18.30 Футбол. «Журнал Лиги чемпионов». (6+)                                  | 18.30 Футбол. «Ростов» - «Сочи». МИР Российская Премьер-Лига. Пр.тр. | 14.45 «СКОЛЬКО СТОИТ ЛЮБОВЬ». (16+) |
| 15.00 «СОВБЕЗ». (16+)                                  | 21.30 «Невеста. Экстра любовь». (16+)               | 14.45 «ЛОВКИЕ РУКИ». (16+)                                 | 21.00 Самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополов находит в интернете самые безумные видео и ржачно комментирует их специально для Че.  | 19.45 Футбол. «Ростов» - «Сочи». МИР Российская Премьер-Лига. Пр.тр.         | 22.45 Футбол. «Атлетик» - «Мальорка». Кубок Испании. Финал. Пр.тр.   | 19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)     |
| 17.00 «Документальный спецпроект». (16+)               | 23.00 «Женский стендап». (18+)                      | 16.45 «ПЕРЕВОЗЧИК: НАСЛЕДИЕ». (16+)                        | 01.20 iТопчик-2. (16+)  | 01.15 Смешанные единоборства. UFC. Пр.тр.                                    | 04.05 Волейбол. Чемпионат России. (6+)                               | 23.05 «ВЕНЕЦ ТВОРЕНИЯ». (16+)       |
| 18.00 «Засекреченные списки». (16+)                    | 00.00 «Такое кино». (16+)                           | 19.00 «ПРОПАВШАЯ». (16+)                                   | 02.10 iТопчик. (16+)  | 02.40 «Утилизатор» с Настей Туман. (16+)                                     |  | 02.50 «Преступления страсти». (16+) |
| 19.00 «Добровозфире». (16+)                            | 00.35 «Лига городов». (16+)                         | 21.00 «ЛОГОВО МОНСТРА». (16+)                              | 02.40 «Утилизатор» с Настей Туман. (16+)  | 03.30 Утилизатор. (16+)  |  |                                     |
| 20.00 «МСТИТЕЛИ: ФИНАЛ». (16+)                         | 01.35 «Я тебе не верю». (16+)                       | 23.15 «ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ. ДОСТУП НЕОГРАНИЧЕН». (18+) | 05.50 Улётное видео. (16+)  |  |  |                                     |
| 23.30 «БИТВА ЗА ЗЕМЛЮ». (16+)                          | 02.25 «Импровизация. Команды». (16+)                | 01.15 «Далеко и еще дальше с Михаилом Кожуховым». (16+)    |   |  |  |                                     |

«РОССИЙСКИЙ ЦЕНТР РЕНТЫ»

### ИЗ ПЕНСИОНЕРОВ - В МИЛЛИОНЕРЫ!

### ДОГОВОР ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ

**С ЕДИНОВРЕМЕННОЙ ВЫПЛАТОЙ до 6 000 000 р. и ЕЖЕМЕСЯЧНЫМИ ВЫПЛАТАМИ до 60 000 р.**

Желающим предоставляем проживание в пансионате

С НАМИ ВЫ ВСЕГДА НАДЕЖНО ЗАЩИЩЕНЫ И ОКРУЖЕНЫ ЗАБОТОЙ

- Предоставляется уход и помощь по хозяйству
- Пожизненное проживание в своей квартире
- Оплачиваются коммунальные платежи, электричество и телефон

Реклама

Плательщиком ренты по договорам является ООО «РЦ РЕНТА», ОГРН 1164027052705

**8 (495) 920-50-01**

\*\*\*

Разговор двух приятелей:

- Вот, купили в прошлом году дачу для отдыха.

- Ну и как, отдыхаете?

- Да, когда на дачу не ездим... 😊

\*\*\*

- Ой! У вас на стенах на кухне тараканы!

- Это обои такие.

- Зачем это?

- А чтобы гости не засиживались.

\*\*\*

Разговор двух друзей.

- Ты представляешь, когда я играл на скрипке, сосед разбил камнем мое окно!

- Вот чудак. Ведь теперь он слышит тебя ещё лучше!

Нам 19 лет

# СТОМАТОЛОГИЯ «ДЕНТО-ЛЮКС»

www.dento-lux.ru

## ВСЕ СПЕКТР УСЛУГ

Лечение зубов под микроскопом  
Лазерная стоматология • Лечение зубов во сне

### ДЕТСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ

ЦЕНЫ ДЛЯ ПРЕДЪЯВИТЕЛЯ КУПОНА:

**ИМПЛАНТАЦИЯ ПОД «КЛЮЧ»**  
ИМПЛАНТ OSSTEM + ЦИРКОНИЕВАЯ КОРОНКА

только до 20.04.2024!!! **36 000 р.**

- Консультация, составление комплексного плана лечения.....**бесплатно**
- Пломба светоотверждаемая Composite.....**950 р.**
- Циркониевая коронка (КНР).....**9900 р.**
- Съемный протез (отечественный) под ключ.....**14000 10900 р.**
- Панорамный рентген.....**470 р.**
- Компьютерная томография зубов 3D.....**2500 790 р.**

При высоком качестве — низкие цены!

Звоните, приходите и убедитесь!

**РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ!**  
Скидки действуют при оплате наличными!

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. «Медведково», Студёный пр., 14, (495) 656-94-42, 656-94-27  
м. «Проспект Мира», Олимпийский проспект, д. 22, (495) 181-01-01 (ЭТА-СТОМ)

ООО «Денто-Люкс», Лиц. № ЛО-77-01-017255; № ЛО-77-01-005014. ООО «ЭТА», Лиц. № ЛО41-01137-77/00362997 15 декабря 2020 года Реклама

**ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА**

### ДУАЛЬ

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

**По горизонтали:** Пуфик. Стартер. Каракурт. Рифма. Инстинкт. Скетч. Авеню. Арабеск. Ремень. Остаток. Каратист. Скотч. Зимовье.

**По вертикали:** Отливка. Грамота. Чек. Участь. Игуана. Равнина. Ртуть. Чванство. Юрист. Обкатка. Ясность. Фрукт. Жмурки. Ость.









| REN  | TNT  | ТВ-3   | Че!  | МАТЧ!   | МАТЧ ТВ   | ДОМАШНИЙ |
|--|--|--|--|---|---|----------|
| <p>10.30 «Наука и техника». (16+)</p> <p>05.00 «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 «Легенды и мифы». (16+)</p> <p>13.00 «Неизвестная история». (16+)</p> <p>14.00 «ОПЕРАЦИЯ В КРАСНОМ МОРЕ». (16+)</p> <p>16.55 «МСТИТЕЛИ: ФИНАЛ». (16+)</p> <p>20.30 «ГРЕНЛАНДИЯ». (16+)</p> <p>23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)</p> | <p>10.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+)</p> <p>09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+)</p> <p>09.30 «Битва пикников. Праздники». (16+)</p> <p>10.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)</p> <p>14.00 «Новая Битва экстрасенсов». (16+)</p> <p>19.00 «Сокровища императора». (16+)</p> <p>21.50 «Новая фабрика звезд». (16+)</p> <p>23.55 «Шоу Воли». (16+)</p> <p>01.00 «Конфетка». (16+)</p> <p>02.35 «Я тебе не верю». (16+)</p> <p>03.20 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>04.55 Студия «Союз». (16+)</p> <p>06.30 «Импровизация». (16+)</p> | <p>23.00 «БРАТАНЫ». (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>07.30 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)</p> <p>08.00 Новый день. (16+)</p> <p>08.35 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)</p> <p>10.30 «Ковёр-самолёт». (6+)</p> <p>12.15 «МАЖОР». (16+)</p> <p>23.00 «БРАТАНЫ». (16+)</p> <p>05.30 «Мультфильмы». (0+)</p> | <p>02.50 «Утилизатор» с Настей Туман. (16+)</p> <p>06.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>09.30 «СОЛДАТЫ-3». (16+)</p> <p>21.00 «+100500». (16+)</p> <p>01.15 iТопчик-2. (16+)</p> <p>02.50 «Утилизатор» с Настей Туман. (16+)</p> <p>03.40 Утилизатор. (16+)</p> | <p>14.55 «Вы это видели». (12+)</p> <p>06.00 География спорта. (12+)</p> <p>06.30 Футбол. «Журнал Лиги чемпионов». (6+)</p> <p>07.00, 09.30, 12.00, 15.45, 04.00 Новости</p> <p>07.05, 12.05, 15.50, 00.45 Все на Матч!</p> <p>09.35, 10.40 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Финал. Масс-старт. Пр.тр.</p> <p>12.55 Баскетбол. «Енисей» - ЦСКА. Единая лига ВТБ. Пр.тр.</p> <p>14.55 «Вы это видели». (12+)</p> <p>16.15 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. Пр.тр.</p> <p>18.30 Футбол. «Динамо» - «Спартак». МИР Российская Премьер-Лига. Пр.тр.</p> <p>21.25 Футбол. «Галатасарай» - «Фенербахче». Пр.тр.</p> <p>23.45 «После футбола» с Черданцевым</p> <p>01.30 Баскетбол. (6+)</p> <p>03.30 Фрирайд. (6+)</p> | <p>09.50 Пять ужинов. (16+)</p> <p>06.00 «ВЕНЕЦ ТВОРЕНИЯ». (16+)</p> <p>09.50 «ЗОНТИК ДЛЯ ПОДРУГ». (16+)</p> <p>10.05 «Я ТЕБЯ НАШЛА». (16+)</p> <p>14.40 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)</p> <p>23.40 «ВЫБИРАЯ СЕБЯ». (16+)</p> <p>03.10 «Преступления страсти». (16+)</p> <p>06.25 «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 приехал на вызов к давнему знакомому – ворчливому старичку-коллекционеру. Вся его квартира, от порога до самых дальних закоулков, была буквально завалена скульптурами лошадей всех возможных размеров. Даже в прихожей вместо вешалки стояла высокая худая деревянная лошадь, на которой старик раскладывал свою верхнюю одежду. Шапку он вешал лошади на уши, отчего та имела слегка придурковатый вид.

Лошадей постоянно кто-то крал. Вернее, старичку так казалось. Раз в месяц, а то и чаще, он вызывал полицию и, в ажитации потрясая руками с зажатой в них клюкой, рассказывал, что «вот только вчера еще статуэтка кузнецовского завода (китайского фарфора, итальянской работы) стояла вот здесь, а се-

# Жемчужина коллекции

годня ее нет!» Стараниями приехавших на вызов полицейских лошадь быстро обнаруживалась на соседней полке (в другом шкафике, в кухне), и старик выпроваживал бригаду с помощью той же клюки.

Однако на этот раз особо ценная лошадь – медный всадник итальянской работы, антиквариат, XVI век – к изумлению Петровича не нашлась ни на соседней полке, ни в другом шкафике, ни в кухне.

Странно, – пробормотал он и обратился к старичку. – У вас был кто-нибудь вчера?

– Был, – кивнул он. – Внучатый племянник был, Семён, Сёма. Но вы на него даже не думайте, он хороший мальчик. Студент, пошел по стопам отца – учится в историко-архивном. Между

прочим, отличник, повышенную стипендию получает! – в голосе старичка сквозила неприкрытая гордость за юного родственника.

– А вы спрашивали у этого отличника про статуэтку? Нет конечно! – возмущению старичка не было предела. – Во-первых, он не мог, просто

не мог ее взять! Он как никто, как историк, понимает ценность этой статуэтки. И понимает, что это жемчужина моей коллекции!

Петровичу показалось, что в этот момент глаза старичка наполнились слезами, но тот после небольшой паузы взял себя в руки и перешел на свой обычный ворчливый тон.

– А во-вторых, я не могу у него спросить, он живет в общежитии. Телефон там только на вахте, и я его не знаю.

– Как же вы с ним связываетесь?

Никак не связываюсь. Зачем? Мне периодически звонит его мать из Вышнего Волочка, этого достаточно. А Сёма сам заходит. Иногда. Вчера вот тоже заходил. Жаловался, что стипендии не хватает на книги. Можно подумать, мне моей пенсии на все хватает. Но ведь живу как-то, не жалуюсь. А он разнылся как девчонка. Не по-мужски это, – старичок был явно недоволен поведением родственника.

– А мобильного телефона у мальчика нет?

– Незнаю, может, и есть, – отмахнулся старичок. – Но я в этом ничего не понимаю, я слишком стар для этих ваших новомодных штук.

– Хорошо, – сказал Петрович. – Тогда мы сами поговорим с вашим Сёмой. Как его фамилия?

Общежитие историко-архивного института находилось на другом конце города. Пока ехали, Петрович разузнал все про мальчика Сёму, который оказался вовсе не отличником, а троечником, с большим трудом и длинными хвостами переходящим с курса на курс. В данный момент «отличник» находился под очередной угрозой отчисления из-за пары не сданных в зимнюю сессию экзаменов. Стипендия Сёма не получал вовсе.

На их удачу, студент был дома – валялся на узкой кровати с новой книгой зарубежной фантастики. Петрович сразу узнал эту книгу – племянница, обожавшая фантастику, заказала ее на день рождения.

На хилой груди «отличника» лежала солидная связка бананов. А рядом – ананас. Увидев вошедших в комнату полицейских, он вскочил, пригладил взерошенные волосы и спросил:

– Чем обязан? Дед настучал?

– Почему сразу дед? – спросил Петрович.

– А кто еще? Больше никому.

– Вы были вчера у него?

Был. Ну и что? Имею право как родственник. А коня своего антикварного он сам куда-нибудь переставил и забыл. Первый раз, что ли? У него старческий склероз! – Ну вот что, – нахмурился Петрович. – Собирайся, студент, с нами поедешь. А по дороге покажешь, в каком ломбарде заложил статуэтку.

**Виктория АНДРЕЕВА**



Почему Петрович решил, что студент врет и именно он взял статуэтку?

Ответ читайте в следующем номере.

Ответ на загадку в № 12: карп – рыба озерная, в реках она не водится. Скорее всего, Коля купил рыбу в ближайшем магазине.











Я пыталась найти равновесие в своей жизни, которая стала существовать отдельно от меня.

**О**громная черная дыра в груди засасывает в глубокое отчаяние. Сложившиеся годами в моей в голове теоретические выводы о том, как надо, перестали совпадать с практическими действиями. Результат: коллапс по всем фронтам – личная жизнь, работа, здоровье. Вывод: надо срочно все менять. Вопрос: как и с чего начать?

## Незнакомый новый мир

В детском летнем лагере я отдыхала всего один раз. Я росла тихим домашним ребенком, с кучей комплексов и обид на окружающий мир. Чтобы адаптировать меня к социуму, родители через знакомых достали путевку в престижный детский оздоровительный центр на морском побережье.

Меня собирали, как космонавта на Луну – не зная толком, что может пригодиться. В 13 лет впервые в жизни я уехала из дома одна и оказалась в новом, незнакомом и очень интересном мире. Это была отдельная вселенная со своими правилами и принципами. В лагере мы познавали мир, становились на путь взросления, набираясь опыта и впечатлений. Именно там меня с головой накрыла первая влюбленность. Моим идеалом и центром поклонения стал Юра.

– Ребята, на следующей неделе будет конкурс художественной самодеятельности. Кто хочет участвовать? – спросила нас после ужина воспитатель. – Каждый из вас уме-

# Море, цветы и «капсула времени»



ет делать что-то лучше других, покажите свои таланты.

– А Мара на скрипке может играть, – вдруг сказала Катя, девочка, с которой я успела подружиться.

Я еще ничего не ответила, а меня уже записали в участники.

– Но у меня нет здесь скрипки, – попыталась увильнуть я от мероприятия.

– Найдем.

## Букет полевых цветов

В музыкальной школе я училась уже четыре года. Особых надежд не подавала, от занятий великой радости не испытывала и втайне мечтала бросить учебу навсегда. А тут надо представить свое умение на всеобщее обозрение. И теперь мне очень захотелось произвести впечатление на объект моей мечты.

После недельной репетиции с музыкальным работником лагеря я с дрожащими коленками вышла на сцену. Это было мое лучшее выступление в

жизни. Ни до, ни после я больше не испытывала такого счастья и эйфории, как на том концерте. Я завоевала второе место, узнаваемость и дружбу ребят.

На следующий день на своей кровати, которая стояла у окна, я нашла букетик ароматных крымских полевых цветов. Мне очень хотелось верить, что это сделал Юра. Но его внимание было поглощено другой девочкой. Мне он просто кивал головой при встрече.

– В тебя Мишка втюрился, – просветила меня Катя. – Сама слышала, как он ребятам говорил: «Кто Марку обидит, будет иметь дело со мной».

И хотя этот хулиганистый мальчишка мне вовсе не нравился, чувство, что на тебя обратили внимание, оказалось очень приятным. До конца смены я была под надежной защитой.

Накануне отъезда перед прощальным костром мы торжественно заложили «капсулу времени» с заветными желаниями и посланиями в будущее. Никто не сомневался, что оно – прекрасное.

## Встреча в метро

В лагерь меня больше не отправляли. Сначала были какие-то проблемы с путевкой, потом я просто переросла этот возраст. И началась другая жизнь.

Я закончила музыкальную школу, потом музучилище не хватило ни таланта, ни желания. Стала преподавать теорию музыки. Вышла замуж. Мы познакомились в автобусе. Он сел напротив меня, долго смотрел, а потом пересел рядом. Мы вышли на одной остановке и пошли в одном направлении. Он был хорошим парнем, но на мир мы смотрели разными глазами.

«Человек, которому вы нужны, всегда найдёт способ быть рядом».

Михаил Лермонтов

Мне понятно, почему мы разошлись. Непонятно, почему поженились. Часто во сне я уносила в лагерь своего детства, мне казалось, что там я оставила что-то важное. Я искала, сама не зная, что, и не находила.

Однажды в метро увидела Юру. Узнала его сразу, несмотря на то, что прошло уже больше десяти лет. Тот же независимый и уверенный взгляд, глаза цвета стали. Хотела подойти сразу, но испугалась. Вошла за ним в вагон, ста-

ла разглядывать, а потом вышла на той же станции и окликнула его.

– Вы кто? – раздраженно спросил он.

– Мы вместе были в летнем лагере, давно еще... – залепетала я.

– От меня-то что надо?

Он посмотрел сквозь меня, даже не пытаясь вспомнить, пожал плечами и ушел в толпу. А я осталась, разочарованная и опустошенная, потерявшая детскую мечту.

## Снова поездка на море

Летели дни, месяцы складывались в годы, мне уже глубоко за тридцать. Живу на автомате: утро-день-ночь, пустая квартира, надоевшая работа.

– У меня тур по городам Крыма, а я разболелась так некстати. Поезжай вместо меня, – ошарашила предложением родственница. И я поехала.

Нашу группу привезли на экскурсию. Я шла за экскурсоводом, прислушиваясь к его рассказу. Вдруг мне показалось, что меня кто-то окликнул: Мара.

Я давно уже Марианна, даже Марианна Сергеевна, а то смешное имя осталось в далеком детстве.

– Мара? – снова услышала я. – Это точно ты, вернее, вы...

Передо мной стоял высоченный симпатичный мужчина с улыбкой до ушей.

Мозг и тело провели штурмовую атаку – безрезультатно. Этого субъекта я видела впервые.

– Я не мог ошибиться... Мара?!

– Марианна... Сергеевна, – на всякий случай уточнила я.

В тот же миг меня оторвали от земли и закружили в диком вихре.

– Нашел! Наконец-то тебя нашел, скрипачка ты моя ненаглядная!

Это был Мишка, тот самый озорной мальчишка из детского лагеря, влюбленный в меня, как оказалось, всю жизнь.

## И прошло четыре года

– Мама, а правда, что свои заветные желания вы с папой закопали в волшебный ящик? – маленький сын забирается ко мне на колени. – Когда доставать его пойдем, чтобы они исполнились?

– Это «капсула времени», – смеется муж, обнимая и целуя меня. – Мое заветное желание исполнилось на все сто!

А я улыбнулась и промолчала. Я просто была счастлива.

МАРИАННА

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



## Собачий сёрфинг

Что будет, если у серфингиста есть собака, которая обожает воду и не любит расставаться с хозяином? Правильно! Четвероногий друг легко обучится искусству скользить по воде на доске. На курортах, где отдыхают и тренируются серфингисты, все чаще открываются школы для их хвостатых друзей. И даже проводятся соревнования. Судьи учитывают, насколько уверенно питомец стоит на доске и как долго может скользить. Ну и, конечно, во внимание берется высота волн.



## «Сестра» Джоконды

В мадридском музее PRADO выставлен портрет, очень похожий на «Мону Лизу» из Лувра. Долгое время исследователи считали ее более поздней и не слишком удачной копией. Однако в ходе реставрации обнаружился замаскированный черным пейзажем. Оказалось, что фон двух картин идентичен и созданы они были примерно в одно время. Скорее всего, мадридскую версию под присмотром Леонардо да Винчи написал кто-то из его учеников в той же мастерской. Заодно выяснилось, что у Моны Лизы все-таки были брови.



## 100 лет свечения

Привычная всем лампа накаливания имеет срок жизни около тысячи часов. Но в мире существует одна лампочка, которая светит почти постоянно с 1901 года. Ее назвали «Столетняя лампа». Понаблюдать за ней можно через специально установленную веб-камеру. Считается, что секрет долгого свечения в том, что нить накаливания не вольфрамовая, а углеродная, плюс светит она на малой мощности.



## От кого зависит успех?

Клакёрами называются «подсадные» зрители, которые своей реакцией влияют на рейтинг выступления. Они могут уничтожить произведение, осмивая его, или поднять рейтинг, радостно и бурно отреагировав. К счастью, это явление встречается все реже. Но с ним сталкивались и великие. Например, Фёдору Шляпину перед выступлением в «Ла Скала» в 1901 году предводитель клакеров предлагалкупить аплодисменты. Фёдор Иванович с негодованием отказался.

Светлана СИДОРЧУК



# Элтацин®

## ПРИ ВЕГЕТОСОСУДИСТОЙ ДИСТОНИИ

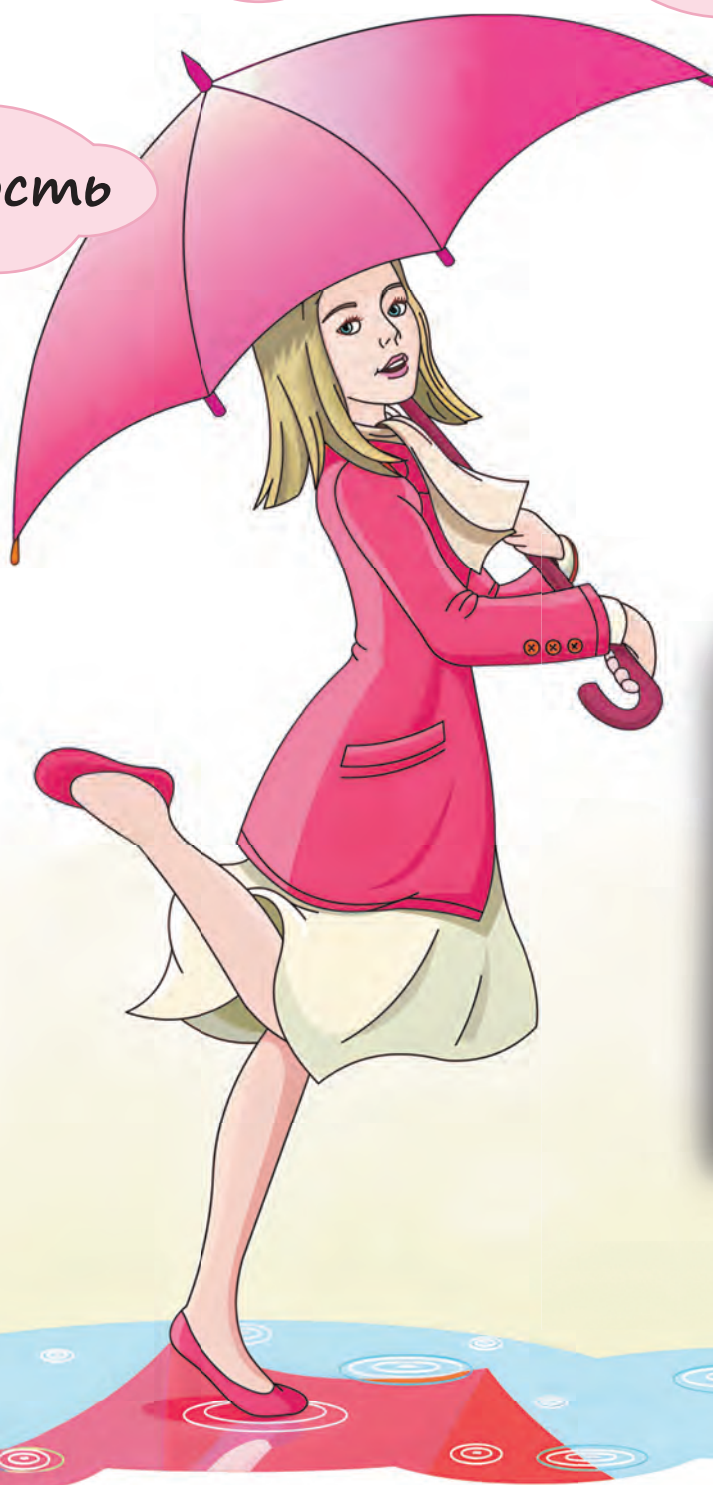
Апатия

Нарушение сна

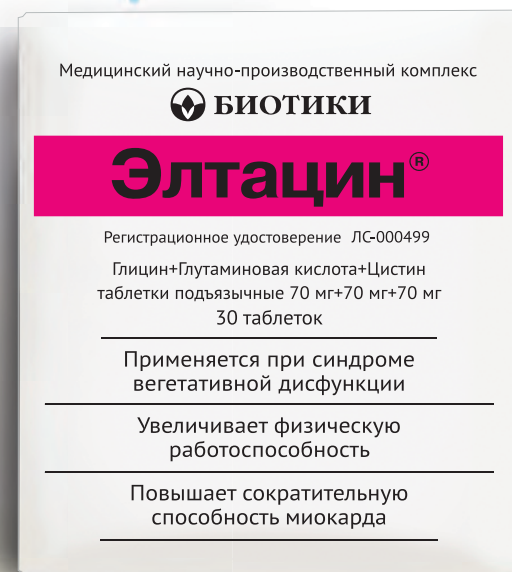
Головные боли

Раздражительность

Метеозависимость



Чтобы узнать  
подробнее  
о препарате,  
отсканируйте  
этот код, 18+



**БИОТИКИ**  
СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД

реклама

Регистрационное удостоверение ЛС-000499

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ  
ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ