

СУПЕРНОМЕР – ВСТРЕЧАЕМ МАСЛЕНИЦУ!
8 ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ СТРАНИЦ С РЕЦЕПТАМИ БЛИНОВ ВНУТРИ

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

**№07
(255)**

ТВ-программа с 20 по 26 февраля 2023 года

ТЕЛЕЛЕК

35

**КАНАЛОВ
ТВ**

**ЛЮБИМАЯ ДАЧА.
ГОТОВИМ ПОЧВУ
ПОД УРОЖАЙ**

стр. 29

**ЕШЬТЕ
СЛАДОСТИ
С РАДОСТЬЮ**

стр. 30

**АЛЕКСЕЙ
ГЛЫЗИН
НАСТОЯЩИЙ МУЗЫКАНТ
ВСЁ ВРЕМЯ В ПОИСКЕ**

стр. 6

**КАК УБЕРЕЧЬ
ГЛАЗА ОТ УСТАЛОСТИ**

стр. 9

**БЛИННИЦА:
ВЫБИРАЕМ
ПО ПАРАМЕТРАМ**

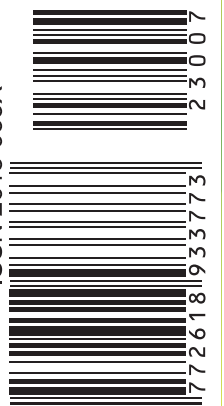
стр. 28

**ДЕТИ
ВЫРОСЛИ?
НОВАЯ ЖИЗНЬ
НАЧИНАЕТСЯ!**

стр. 4

Фото предоставлено Алексеем Глызиным
(из личного архива)

ISSN 2618-933X



12+



Золото высшей пробы
167 кристаллов Swarovski®
Открытый механизм
в стиле «скелетон»

infinito
ЮВЕЛИРНЫЕ ЧАСЫ

На правах рекламы.

Часы для успешной современной женщины

- Открытый механизм высочайшей точности.
- Высокопрочная сталь с покрытием золотом высшей пробы по технологии IPG.
- 167 кристаллов Swarovski®: на безеле, заводной головке, кнопках и креплении браслета.
- 3 дополнительные циферблата: число месяца, день недели и 24-часовой режим.
- Высокопрочное минеральное стекло, надежно защищающее циферблат от повреждений.
- Надежная и удобная ювелирная застежка с фирменной гравировкой Infinito.
- Диаметр корпуса: 40 мм.
- Водонепроницаемость 5 ATM (50 метров).



ВСЕГО 990 РУБ./МЕС.
(без переплат)

«Императорский бутик» гарантирует, что Вы останетесь довольны!

**ГАРАНТИЯ
ЭКСКЛЮЗИВНОСТИ**

Часы поставляются с Сертификатом подлинности и Международной гарантией на 2 года.

**БЕСПЛАТНАЯ
ДОСТАВКА**

Расходы на сервисный сбор и доставку мы берем на себя.

**БЕСПЛАТНЫЙ ОБМЕН
И ВОЗВРАТ**

Вы сможете обменять или вернуть покупку в течение 14 дней со дня получения посылки.

**ОПЛАТА ЧАСТЯМИ
БЕЗ ПЕРЕПЛАТ**

Удобные ежемесячные платежи без переплат – воспользуйтесь всеми преимуществами такой оплаты.

ЗАКАЖИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!

Бесплатная линия

8 (800) 600-29-56

понедельник – воскресенье
8:00–20:00 по московскому времени

Код специального предложения **12746603**

Любовный треугольник, когда «Всем по 50»

В Москве завершились съёмки многосерийной мелодрамы «Всем по 50» режиссёра Станислава Назирова для телеканала «Россия».

Создатели проекта собрали на одной съёмочной площадке многих популярных артистов. В кадре появятся Мария Порошина, Сергей Жигунов, Ярослав Бойко, Анна Якунина, Максим Аверин, Марина Доможирова, Галина Безрук и многие другие.

Съёмки сериала проходили в Москве и Подмосковье. История разворачивается в большой семье. Юлия (ее играет Мария Порошина) и Арсений (эта роль досталась Сергею Жигу-



нову), казалось бы, счастливы в браке уже четверть века. Но после стольких лет совместной жизни муж уходит к молодой возлюбленной. Поставив крест на личной жизни, Юлия с головой ушла в заботу о детях и внуке. Но однажды в результате неприятного инцидента главная героиня знакомится с бывшим летчиком Романом (в исполнении Ярослава Бойко). Он, как и Юлия, тоже разочаровался в любви. Общение между ними с самого начала не ладится, но судьба будто нарочно толкает их друг к другу.

Премьера запланирована в эфире телеканала «Россия».

Фото телеканала «Россия»



Никита Панфилов стал акушером в сериале НТВ

На НТВ стартовал медицинский детектив «Акушер» с Никитой Панфиловым в главной роли. Он играет военного хирурга Глеба Каверина, который, вернувшись в родной Нижний Новгород, сразу влипает в неприятную историю. В результате он оказывается перед выбором, от которого зависит вся его дальнейшая жизнь. Также в проекте задействованы Лена Лотова, Артём Осипов, Виктория Романенко, Иван Агапов и Юлия Такшина.

– Такого персонажа я сыграл впервые, – рассказал Никита Панфилов. – Ни один мой герой из тех, что я играл ранее, не похож на Глеба Каверина. Поэтому придется посмотреть сериал, самому очень интересно, что получилось. У нас на площадке было достаточно много консультантов, и все время, что мы снимали в больнице, присутствовали специалисты, и самой большой похвалой для меня было, когда один из консультантов сказал: «Вот сейчас я поверил, что это действительно операция». Мне было очень приятно.

Фото PR НТВ

Александр Метёлкин притворился роботом

Телеканал СТС завершил съёмки и готовит к показу многосерийную комедию «Кибер Иван».

В главной роли снялся Александр Метёлкин – звезда сериала «Тетьа Марта». Его герой Иван попадает в смешное положение: ломает робота, который должен был отправиться в дом чиновника. Иван решает на авантюру, и, притворившись роботом, попадает в дом к заказчику. А там его ждут удивительные испытания, самое сложное из которых – скрыть чувства к дочке хозяев. Метёлкин тщательно готовился к съемкам: смотрел фильмы про роботов и занимался с хореографом.

Чтобы усилить визуальный эффект, ему подобрали необычный костюм, белый парик и светло-серые линзы.

Михаил Галустян снова в Африке

В ЮАР стартовали съёмки нового экстремально-приключенческого шоу телеканала ТНТ «Новые звёзды в Африке». Создатели проекта обещают ярких участников, а также неожиданные правила игры. В эфире новое шоу появится уже весной.

У участников вообще не будет никакой еды! Зарабатывать придется кухонную утварь, еду и предметы первой необходимости во время прохождения испытаний. Участникам будут начисляться монеты, а потом они смогут принять решение, на что их потратить. Имена участников пока не разглашаются. А вот ведущими будут Ольга Бузова и Михаил Галустян.

Фото телеканала ТНТ



Реклама

БОГАТЫРЬ

+ БАКТОФИТ в составе

БИОГРУНТ В КОТОРОМ РАССАДА НЕ БОЛЕЕТ



office@lamatorf.ru

www.lamatorf.ru

ЛСМС
ТОРФ

ООО «Лам Торф», ОГРН 1105004000562

СЕКРЕТ УСПЕХА

Зарплата, расти!

Говорить о повышении зарплаты всегда непросто. Секрет успеха – в правильно подобранной аргументации.



Правильные доводы

- Просьба о повышении зарплаты прозвучит своевременно после удачно заключенной сделки, завершения важной работы: «Мой проект принес неплохой доход фирме, как вы считаете, эта работа достойна прибавки зарплаты?»
- Если значительно увеличилось количество работы, уместно сказать: «Я готов взять на себя дополнительные обязанности. Но считаю, что и зарплату необходимо пересмотреть, так как нагрузка увеличится».
- Можно продемонстрировать готовность работать больше и лучше: «Что я должен сделать, чтобы моя зарплата увеличилась?»

Плохие доводы

- Шантаж – не самый удачный вариант вести переговоры. Если скажете: «Или вы увеличиваете мою зарплату, или я ухожу!», скорее всего, услышите в ответ: «Уходите! Незаменимых нет». И вместо прибавки получите увольнение.
- Зарплату платят не за количество проработанных лет, а за эффективность. Поэтому неудачной будет фраза: «Я работаю здесь уже 5 лет, а мне ни разу не повышали зарплату!»
- Как говорилось в известном фильме, «кто сколько получает, только бухгалтерия знает». Поэтому аргумент «А почему Сидорову подняли зарплату, а мне нет?», неудачный. Скорее всего, вам скажут, что у вас разный объем работы, поэтому и зарплата разная.

Синдром пустого гнезда:

крах или перерождение?

Когда мои дети были маленькими, жена старалась строго соблюдать режим дня. Поэтому детство у них было строгого режима.



Синдромом пустого гнезда психологи называют семейный кризис, толчком к которому становится окончательное взросление детей.

Они окончили школу и уехали учиться в другой город, стали зарабатывать и начали жить отдельно – вариантов много. Родители остались как бы не у дел. Раньше вся жизнь крутилась вокруг подрастающего чада: надо приготовить еду, постирать, найти репетитора, отвезти к репетитору, проконтролировать подготовку к экзаменам и так далее. А что теперь? Пустота? Давайте разбираться.



Кто страдает в первую очередь?

С синдромом пустого гнезда так или иначе сталкиваются все родители подростков. Окончательная сепарация очень редко проходит безболезненно, и это нормально. Но две категории родителей страдают от ощущения пустого гнезда особенно:

✓ **Очень ответственные родители.** У них вся жизнь завязана только на потребности детей, а своей собственной практически нет. Хобби, общение с друзьями, личностный рост отодвинуты на второй и третий план. Все силы брошены на то, чтобы вырастить успешного ребенка.

✓ **Родители-одиночки.** Для таких мам (все-таки их подавляющее большинство, пап-одиночек меньше) расставание с ребенком – настоящая трагедия. Они как будто снова переживают разрыв с близким человеком.

Как пережить расставание?

Психологи рекомендуют несколько выходов из этой жизненной ситуации.

1 Подготовиться заранее. За 2-3 года до вылета ребенка из семейного гнездышка нужно задавать себе вопрос: «Что я буду делать, когда это случится? На что потрачу освободившееся время?» И продумать варианты: обзавестись новым хобби, обрести новыми знакомствами, запланировать обучение чему-то новому (новой специальности, иностранному языку, танцам и так далее).

2 Прислушиваться к своим желаниям. Сосредоточившись на потребностях ребенка, родители частично перестают слышать свой внутренний голос. Важно научиться прислушиваться к своим истинным желаниям.

3 Понять, что наступило прекрасное время. Можно отправиться в путешествие, сделать ремонт, сменить гардероб – что угодно, чтобы провести психоло-

гическую черту под завершенным этапом жизни.

4 Поменять семейные ритуалы. Допустим, раньше в выходные вам всем семейством приходилось отсыпаться после трудной недели. Теперь же вечера освободились, можно наладить режим сна, а в выходные вставать как обычно и отправляться на какое-то интересное мероприятие – в музей, поездку выходного дня, завтрак с друзьями в любимом кафе.

Последствия разделения

Что чувствуют родители, чьи дети упорхнули из-под отчего крова? Бескрайнее одиночество, безысходность (как будто будущего нет и уже не будет), панические атаки, беспричинное беспокойство. В голову сами собой лезут дурные мысли, хочется по 100 раз на дню звонить своему ребенку, чтобы убедиться, что с ним все в порядке.

Особенно остро это ощущают женщины. Период расставания с выросшим ребенком у них часто накладывается на физиологические и гормональные изменения в организме, подступающий климакс. Перепады настроения только усиливаются, растет неуверенность в себе, порой даже наступает кризис среднего возраста.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

Прадедушка кита и бегемота

Оказывается, у китообразных (к ним относятся киты, морские свиньи и дельфины) и бегемотов около 55 млн лет назад был общий предок *Cetancodonta*, обитавший... на суше. Да-да, в ходе эволюции разные ветви этого животного перешли к жизни в воде, причем совершенно независимо друг от друга. И хотя образ жизни у этих животных очень разный, и те, и другие прекрасно приспособлены к передвижению в жидкой среде. Только китообразные делают это всю жизнь, а бегемоты – время от времени.



Янтарная кунсткамера

Янтарь – постоянный источник вдохновения для ювелиров и поэтов. Первые делают из окаменевшей смолы прекрасные солнечные украшения, а вторые воспевают золотистые прозрачные слитки в стихах. Но есть и другие специалисты, для которых янтарь является объектом изучения, – энтомологи и археологи. Благодаря тому, что насекомые много миллионов лет назад утонули в смоле, ученые смогли детально изучить около 500 видов жуков, 60 видов муравьев, 450 видов двукрылых и огромное количество пауков.



Пуговка за пуговкой

Пока человечество не придумало пуговицы (а случилось это в 3 тысячелетия до н.э.), в качестве застёжек на одежде применялись шнуровки, булавки, многочисленные завязки и так далее. Но даже после изобретения пуговицы не сразу получили широкое распространение. Прежде всего из-за своей дороговизны. Делали их вручную, выпиливали из костей или отливали из металла, так что не каждому такая роскошь была по карману. Позже придумали делать пуговицы из стекла. В России это производство одобрила Екатерина II и поручила Михаилу Васильевичу Ломоносову организовать такую работу на стекольной фабрике.



Подводные красоты

Главная мечта спелеодайверов – самая длинная подводная пещера в мире – находится в России, в Пермском крае. Она называется Ординская и находится по левому берегу реки Кунгур. Вода в ней кристально чистая, из-за этого видимость составляет более сорока пяти метров. Ординская славится своими извилистыми и почти непроходимыми коридорами на протяжении более 5 км, поэтому насладиться красотами и изучить ее могут только самые опытные дайверы.

Светлана СИДОРЧУК

ПЛОХОЕ ЗРЕНИЕ НЕ ПРИГОВОР ИЛИ МОЖНО ВЕРНУТЬ СЕБЕ ЗРЕНИЕ, НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА?

Не вижу на расстоянии вытянутой руки. Почти всю жизнь так живу. На улицу страшно выйти. Чувствую себя беспомощной. Горько осознавать, что превратилась в обузу для детей. А что я могу с этим поделать? Так и оказалась в домашнем рабстве на старости лет. Ничего не оставалось, кроме как смириться.

Так было пару месяцев назад. Но ситуация изменилась. И я не могу с Вами не поделиться произошедшим. Ведь для кого-то это станет настоящим спасением.

МОЯ ИСТОРИЯ НЕ ПРИГОВОР

Плохо видела я с самого детства. С грустью вспоминаю эти годы. Хоть и училась я хорошо, одно-классники смеялись надо мной. Ведь я одна ходила в очках. Но это всё ерунда, ведь тогда я ещё видела. А тяжёлая работа отняла у меня остаток зрения...

Моим спутником по жизни были очки, стационары и операции на глаза. А в 1996 году мне поставили диагноз — глаукома. А она, как правило, не лечится. Мне даже группу дали по инвалидности. Ну инвалид так инвалид, что уж теперь. Я-то думала, моего зрения мне хватит до смерти, но как же я ошибалась... На моей глаукоме стала нарастать катаракта. С каждым днём глаз покрывался пеленой. Видела я ровно то, куда смотрела, про таких ещё говорят: «Не видит дальше своего носа».

Ещё тогда врачи сказали мне, что, чтобы сохранить зрение, нужно постоянно поддерживать питание глаз. Следить за глазным давлением, не перенапрягаться, ну и регулярно посещать врача. Только как это сделать? В домашних условиях это невозможно, а окулист один на весь город, к нему попросту не попасть! А к платным ходить у меня денег нет. Да и, признаться, водить некому.

Так и мучилась, пока не увидела статью в одном медицинском журнале. Там рассказывали про аппарат ГЛАЗНИК. Современный, запатентованный аппарат для лечения глаз. Отзывы хорошие.

К тому же там писали об акции — результат или возврат денег. А такие предложения встречаются нечасто. Недолго думая, я поняла, что я, в общем-то, ничем не рискую. Тогда чего я жду? И я позвонила. С того дня моя жизнь круто изменилась!

ДОЖДАЛАСЬ

Я, как инвалид по зрению со стажем, сильных результатов не ждала. Но, как оказалось, напрасно! ГЛАЗНИК действует на глаза лазером. Вы ведь знаете, что сегодня 95 операций из 100 делают именно лазером?

Сейчас это настолько популярно и востребовано, что в эффективности не остаётся сомнений.

За таким лечением люди в очередях стоят. И, что самое главное, ГЛАЗНИК — это наш, российский аппарат, отечественного производства и сборки. Честно говоря, китайский аппарат я бы не рискнула попробовать, а здесь своё, родное!

Производитель аппарата ГЛАЗНИК — ООО «Медприбор СПб», г. Санкт-Петербург. А в Петербурге, как известно, работают лучшие учёные России. К тому же ГЛАЗНИК прошёл все клинические испытания на базе Санкт-Петербургского государственного медицинского университета им. академика Павлова, где была доказана его высокая эффективность, целых 89%! И это чистая правда. Ведь над созданием этого аппарата трудились ведущие учёные и медики страны.

На сегодняшний день ГЛАЗНИК имеет сертификат медицинского изделия, а эффективность его не уступает стационарному оборудованию. Лечиться им можно, не выходя из дома. И сегодня это лечение доступно любому человеку. Благодаря ГЛАЗНИКУ у меня дома практически своя частная клиника! Представляете?

САМОЕ ЛУЧШЕЕ ЛЕЧЕНИЕ ЗА ВСЮ МОЮ ЖИЗНЬ

Неважно, на какой стадии Ваше заболевание. Любой из нас сможет подобрать свой режим лечения. Ведь у ГЛАЗНИКА их целых 10! Здорово, согласитесь?

Каждый режим полезен сам по себе и при этом усиливает действие других. Именно это сочетание помогает справиться с десятками воспалительных и дистрофических заболеваний глаз. С глазами как с цетами: нет питания — нет жизни.

И именно поэтому ГЛАЗНИК дарует нашим глазам новую жизнь. А дело вот в чём. Именно красное лазерное излучение аппарата расширяет сосуды. Кровь начинает циркулировать быстрее. И это замечательно!

Ведь ГЛАЗНИК действует не поверхностно, в отличие от капель, а глубоко, по всей структуре глаза. Благодаря чему питание обильно поступает в глаза вместе с полезными веществами.

Глазные мышцы начинают работать. Пробуждаются те рабочие процессы в глазах, которые практически атрофировались.

Стоит только надеть аппарат ГЛАЗНИК, как сразу чувствуются надёжность и уверенность. Аппарат будто сделан именно под мою голову. Крепления настолько плотные и удобные, сразу видно — качество! И лечиться им приятно и несложно, даже я разобралась. Теперь лечу глаза, сидя в кресле. Одно удовольствие! Будучи в этом аппарате, ощущаешь, как излучение направлено на глаза со всех сторон. Каждая клеточка подвергается лечению. А главное, что лечение ГЛАЗНИКОМ — это мягкая, восстанавливающая терапия, которая позволяет справиться с болезнями глаз без операции. Ведь операция решает проблему местно, а ГЛАЗНИК полностью обновляет Ваши глаза. Благодаря ему не только восстанавливается питание, но и очищаются слёзные каналы и уходит лишняя жидкость.

А значит, глазное давление падает (нормализуется) и развитие глаукомы останавливается. Вы можете сами убедиться в этом. Пользуясь аппаратом ГЛАЗНИК, Вы это не только почувствуете, но и увидите изменения в зеркале. Ваш взгляд станет ясным, пройдут отёки и спадут мешки под глазами. ГЛАЗНИК оказывает прямое действие на самые чувствительные клетки радужной оболочки и сетчатки глаза. Что отлично сказывается не только на лечении заболеваний глаз, но и на работе нервной системы.

ГЛАЗНИК оказывает прямое действие на самые чувствительные клетки радужной оболочки и сетчатки глаза. Что отлично сказывается не только на лечении заболеваний глаз, но и на работе нервной системы.

ГЛАЗНИК оказывает прямое действие на самые чувствительные клетки радужной оболочки и сетчатки глаза. Что отлично сказывается не только на лечении заболеваний глаз, но и на работе нервной системы.

**НЕ ОТКЛАДЫВАЙТЕ
СВОЙ ЗАКАЗ!***
Всего **200** аппаратов «ГЛАЗНИК»
по **сниженной цене***



Красное лазерное излучение восстанавливает её работу, а это благоприятно сказывается не только на настроении, но и на работе организма в целом! Укрепляется иммунитет!

ГЛАЗНИК — ВАШ ШАНС

Сейчас аппаратом ГЛАЗНИК лечусь и я, и мои близкие. И, честно сказать, результат превзошёл ожидания.

Я смогла разглядеть рисунок на обоях, представляете? Нет, Вы не представляете, это можно только почувствовать на себе! Это как запотевшее стекло протёрли сухой тряпкой (тканью). Всё видно! Для меня это прорыв, это моя личная победа!

А вот официальные показания к применению аппарата ГЛАЗНИК:

- ▶ глаукома;
- ▶ катаракта;
- ▶ близорукость (миопия);
- ▶ частичная атрофия и невррит зрительного нерва;
- ▶ дистрофические заболевания роговицы;
- ▶ конъюнктивит;
- ▶ ретинопатия диабетическая.

И это далеко не все заболевания. Аппарат ГЛАЗНИК широко применяется в лечении множества заболеваний, и сегодня с его помощью вылечиваются 9 человек из 10! И я в этом числе!

Чем раньше Вы станете обладателем ГЛАЗНИКА, тем больше у Вас шансов сохранить свои глаза! Предотвратить, остановить и победить заболевания глаз! Именно так работает ГЛАЗНИК.

У него есть подход к каждому заболеванию, как и метод лечения. Это не просто находка, это гордость современной медицины. ГЛАЗНИК — это прорыв, за которым будущее!

Торопитесь вернуть себе зрение, ведь возможности глаз не безграничны. Главное, будьте внимательны, дабы не нарваться на подделку.

Только у аппарата ГЛАЗНИК есть специальная защитная голограмма. Её невозможно подделать, она уникальна.

Ну и, конечно, заказывать нужно в проверенном месте. Я заказывала здесь: 8-800-333-17-38. Это бесплатная федеральная линия поставщика, всё расскажут, оформят, помогут и вовремя привезут. Я пользуюсь и довольна, чего и Вам желаю!

ВЕРНИТЕСЬ К ЖИЗНИ

Кто бы мне сказал лет 15 назад, что я, «слепая», смогу лечиться дома... Не поверила б! Ведь во времена моей молодости такого не было.

А сейчас медицина вышла на новый уровень в лице аппарата ГЛАЗНИК. Это моя жизнь, и она настоящая. Я вижу, сколько воды наливаю в бокал. Я выхожу на улицу! Я вижу! И Вы тоже можете видеть! Начните сейчас, не теряйте времени.

Чем раньше Вы это сделаете, тем больше шансов остаться зрячими! Ведь именно бездействие и страх — наши главные враги на пути к выздоровлению.

И если Вы сможете восстановить зрение, то эта статья не напрасна! Берегите себя! Смотрите на мир «новыми» глазами, свежим взглядом. Здоровья Вам и Вашим близким!

ОДОБРЕНО И ЗАРЕГИСТРИРОВАНО
Федеральной службой по надзору
в сфере здравоохранения

Остерегайтесь подделок!
Специальная защитная голограмма на упаковке — это 100%-ная гарантия, что Вы приобрели настоящий медицинский аппарат!

**Заказывайте аппарат
«ГЛАЗНИК»**
8-800-333-17-38
433507, г. Димитровград, а/я 476.
В письме укажите свой номер телефона.
Также Вы можете сделать заказ
на www.prodex.ru

Также Вы можете заказать аппарат
ГЛАЗНИК на www.apteka.ru.

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Стоимость доставки уточняйте у оператора. * Акция действует с 15.02.2023 г. по 15.03.2023 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Доставка Почтой России или курьером до двери. Оплата при получении. ООО "Поток" ОГРН 121600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. АО НПК "КАТРЕН" ОГРН 1025403638875 Юридический адрес: 630559, Новосибирская область, рп. Кольцово, пр-кт Академика Сандахчиева, зд. 11.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Популярное вокальное шоу «Ну-ка, все вместе!» Битва сезонов» на телеканале «Россия» в самом разгаре.

Сотня экспертов во главе с Сергеем Лазаревым буквально кипит, стараясь оценить лучших из лучших – финалистов предыдущих четырех сезонов. Среди членов масштабного жюри – известный певец и музыкант Алексей Глызин. Его голос всего лишь один из сотни, но зато какой! Алексей – непревзойденный авторитет в музыкальных вопросах...

Мнения противоположны

– Алексей, вы практически постоянный участник этого великолепного проекта. Расскажите о своих впечатлениях...

– О! Там очень весело! (Улыбается). В жюри сто абсолютно разных экспертов: музыканты, исполнители, композиторы, певцы, продюсеры и даже блогеры и спортсмены. Сейчас в нашей сотне, например, олимпийская чемпионка Светлана Мастеркова. То есть собрались совершенно разные люди по своему мировоззрению, отношению к музыке, и поэтому рождаются очень жаркие споры. Часто мнения экспертов по поводу исполнения номеров вообще диаметрально противоположны, но в этом и состоит интерес! Если бы все оценивали конкурсантов одинаково, было бы скучно.

В «Ну-ка, все вместе!» такого нет, каждый высказывает свою точку зрения, и иногда это возмущает лидера сотни Сергея Лазарева. Он очень соперничает участникам и недоумевает, когда кто-то из экспертов имеет отличное от большинства мнение (улыбается). На этот раз в спецпроекте «Битва сезонов» конкурсантам и экспертам будет вдвойне

ПОДРОБНОСТИ

– Ваш внук, который представляет то поколение, о котором сейчас говорите, не пошёл по вашим стопам? Музыкой не «болеет»?

– Нет. Денис еще учится в школе, отличник, дополнительно занимается на специальных курсах программистов. Я думаю, что придет время, и он станет хакером! (Смеется).

Алексей ГЛЫЗИН:

Настоящий музыкант всё время в поиске



Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Желаю, чтобы ваши возможности совпадали с вашими желаниями. Особенно это касается женщин. Читайте «Сказку о рыбаке и рыбке», она очень поучительная.



сложнее, так как у одних – сильные соперники, у других – сложнейшая задача выбрать лучшего из лучших.

Нельзя успокаиваться

– Вы не первый раз принимаете участие в качестве члена жюри солидной сотни. Почему соглашаетесь? Что вам нравится в этом проекте?

– В любом случае, это что-то новое для меня, без

этого было бы не так интересно. Участие в шоу меня вдохновляет и поднимает настроение, а послушать молодые таланты – особенное удовольствие. Гастрольная жизнь, концерты в разных городах, встречи со зрителями, поклонниками – это замечательно, но телевизионные проекты таят в себе что-то неизведанное, непредсказуемое, и этим они притягательны.

– Научить творчеству ремеслу может каждый. На что, на ваш взгляд,

должны в первую очередь обращать внимание начинающие певцы?

– Прежде всего, надо очень любить то, чем ты занимаешься. Творец, художник отличается от ремесленника тем, что он все время в поиске, не довольствуется тем, что есть. Он в постоянном движении, пробует себя в различных стилях, придумывает коллаборации. В нашей профессии, если хочешь чего-то достичь, нельзя успокаиваться.

ся, довольствоваться тем, чему однажды научился. Это, если хотите, жертвенность, про полное погружение в процесс.

Начинал с Высоцкого и «Битлов»

– Интересно, с чего для вас начиналась эстрада, какие песни нравились подросткам? На чьих песнях выросли?

– Все началось с Высоцкого. Помню, посмотрел фильм «Высота», где он исполняет песню «На нейтральной полосе», и был очарован. Семиструнная гитара, голос, слова – все легло на душу. Потом случайно услышал на пленочном магнитофоне музыку, которая сильно «зацепила». Песня была на английском языке, которого я не знал, но музыка звучала такая, что хотелось слушать и слушать. Потом узнал, что есть такая ливерпульская четверка,

Кошка сама по себе

– Знаю, что вы любите братьев меньших, что у вас дома есть собаки и кошка...

– Собаки – невероятно прекрасные существа. Это кошка живет сама по себе, спокойно обходится без хозяина. А собака в твое отсутствие скулит и, когда возвращаешься домой, встречает тебя так радостно, бросается на шею, а потом ходит за тобой по пятам, что диву даешься. Редкая кошка ходит за хозяином, и то лишь тогда, когда выпрашивает поесть.

– Правда, что одну из собак забрали из питомника?

– Было дело. Слава богу, в выборе не ошибся. Песик оказался замечательный, позитивный. Мне вообще кажется, что общение с животными не дает человеку зачерстветь, воспитывает в нем лучшие качества: бережно относиться ко всему живому, быть добрее.

Движение – жизнь

– Вы говорили о музыкантах, которые всё время в работе, в поиске, в движении. И сами – из их числа, вас сложно заставить на одном месте, трудно договориться об интервью, поскользнулся график ваш плотный. Но любому человеку, даже само-

му одержимому, требуется отдых. Как отдыхает Алексей Глызин?

– Я за активный отдых. Лежать на диване и смотреть телевизор – не про меня. Если отпуск, то в движении. Каждый день стараюсь пройти или пробежать километров 10-15. Бы-

страя ходьба, велосипеды, теннис, плавание, футбол – это все люблю. Нужно всегда находиться в тонусе, в движении, даже на отдыхе, чтобы однажды, встав к зеркалу, не удивиться – куда же девалась талия и откуда вдруг второй подбородок? (Смеется).

Телевизионные проекты таят в себе что-то неизведанное, непредсказуемое, и этим они притягательны.

Чем опасен для вас шум в голове или ушах?

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

Именно поэтому постоянный шум в голове относится к таким важным «звоночкам», свидетельствующим о развитии какого-либо недомогания. Это бомба замедленного действия в вашем организме. Шум может иметь различную интенсивность, постоянный или приступообразный характер. Очень часто неприятные ощущения сопровождаются головокружением, тошнотой, снижением работоспособности и другими последствиями для вашего организма.

Главная опасность таких шумов заключается в том, что они являются симптомами развития широкого спектра опасных заболеваний – от сосудистых нарушений до злокачественных опухолей мозга. Именно поэтому при возникновении у вас шума в голове или ушах так важна ранняя диагностика и вовремя начатое лечение.

Что будет, если не обратиться к специалисту?



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

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

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

Как правильно питать организм и восстановить вашу иммунную систему?

При покупке сосудистого комплекса – крем в ПОДАРОК



Как вам поможет прием сосудистого комплекса?

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

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

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

А ТЕПЕРЬ САМОЕ ВАЖНОЕ:

✓ **Сосудистый комплекс – наиболее мощное оружие современной практики при шуме в голове.**

✓ **Сосудистый комплекс – можно эффективно использовать совместно с любыми лекарственными продуктами, без каких-либо побочных эффектов.**

✓ **Сосудистый комплекс – УПОТРЕБЛЯЮТ тысячи людей в НАШЕЙ СТРАНЕ.**

✓ **Производится в России.**

✓ **Многоуровневый контроль качества.**

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

Главная причина шума в голове и ушах

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

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

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

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



www.vita-li.com

*Сроки проведения акции с 14.02 по 28.02.2023 г. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефону 8 (800) 777-89-40.

Как победить шум в голове и ушах быстро и эффективно?

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

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

Почему так важен сосудистый комплекс?

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

Как это работает?

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

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

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

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

Vita Li
Звоните и заказывайте сосудистый комплекс для себя и своих близких
8 (800) 777-89-40
Бесплатные звонки, консультация специалистов, а также бесплатная адресная доставка.

Ольга Хохлова снялась более чем в 230 картинах. Несмотря на то, что она всё время занята (снимается в кино, играет в театре, гастролирует), всегда излучает позитив, никогда не жалуется на усталость и готова делиться с другими своей доброй энергией.

Но, как бы ни была занята эта артистка, бытовые заботы имеют место в ее плотном жизненном графике.

Если отдал завтрак, ужин можешь съесть сам

– Жизнь актёрская такова, что много работы приходится на вечер, особенно если ты работаешь в театре. Стало быть, домой возвращается поздно. А после трудового дня хочется перекусить. Что думаете по поводу того, нужно и можно ли есть на ночь? Или лучше ужин отдать врагу?

– Ужин я съем сама. Лучшее отдам свой завтрак, это запросто. Утром есть не хочется, разве что выпить кофе. Поэтому, если ты отдал свой завтрак, ужин мо-

Детали

Кефир на здоровье

– Помните самое первое блюдо, которое научились готовить?

– Наверное, это бутерброд с колбасой и ломтиком помидора, а еще хлеб с маслом и сахаром. Делала себе такие бутерброды и бежала во двор гулять. Было чудесно!

– Расскажите о семейных традициях, связанных в вашей семье с едой...

– Мой папа, например, любил выпивать стакан кефира на ночь, считая, что это полезно, и при этом всегда приговаривал: «Прямо как в доме отдыха».

Ольга ХОХЛОВА:

Домашние застолья – это скрепы, на которых держится семья

жешь съесть сам (улыбается).

– **Расскажите, вы любите готовить и есть ли у вас свои фирменные кулинарные секреты?**

– Я очень люблю готовить борщ, правда, удаётся это редко. Мой секрет наваристого вкусного борща заключается в том, что сначала нужно две картошки сварить в бульоне целиком, потом растолочь и положить обратно. Тогда борщ получается сахарный, разваристый. Этот простой секрет мы переняли с мамой от бабушки.

Шашлык заворачивали в сало

– **Что-нибудь вкусное привозите из гастролей и путешествий? Какое блюдо произвело на вас незабываемое впечатление?**

– С Дальнего Востока привожу гребешки, которые обожает мой муж. Когда бываю на Кубани, обязательно покупаю сало и черный хлеб с перчинкой. А недавно привезла из Амурской области колбасу из мед-

ведя. Зятю очень понравилась.

Если говорить о том, что произвело на меня неизгладимое вкусовое впечатление, в пору вспомнить Бишкек, где в местном ресторане ели печеночный шашлык. Каждый кусочек был завернут в сало, и шашлык прямо таял во рту. А когда мы были со спектаклем «Семейка Фани» в Казахстане, прокатчики угощали нас молодой бараниной, которая тоже таяла на языке.

– **Какой стол для вас по-настоящему праздничный, что хотелось бы на нём видеть?**

Картошка с маслом и селёдка

– **В чём себе отказываете, когда надо войти в форму?**

– Если для роли нужно похудеть, то ем маленькими порциями, сильно их уменьшаю. Самое главное в похудении – это каждодневные усилия, которые ты для этого прилагаешь. И еще, у меня дома стоит тренажер велосипед, каждый день проезжаю на нем полчаса.

– **Что стараетесь приготовить, когда приходят гости? Есть у вас рецепт блюда, которое делается быстро и просто, если друзья свалились как снег на голову?**

– Мои гости обычно приносят еду с собой (смеется). А мы варим картошку с маслом и угощаем их слабосоленой селёдкой, которую я обожаю.

– Очень люблю традиционную сибирскую еду: пельмени с мясом, квашеную капусту в исполнении брата Сергея, слабосоленый байкальский омуль.

– **А если говорить о сладком?**

– Из сладкого предпочитаю безе, мятные конфеты и конфеты со вкусом винограда.

– **Что согласились бы есть каждый день?**

– Томаты с руколой и, наверное, пельмени.

Наталья АНОХИНА

БЛИЦ-ОПРОС

Романтика – это когда идешь по жизни со своей любимой музыкой.

Любимая книга – это то, в чем всегда нуждаешься, без нее пустота.

Весёлые друзья – это подарок, роскошь.

Отличный отдых – это солнечная погода. Очень люблю солнце.

Фотосессия – это труд, пусть радостный, но труд.

Домашний питомец – это большая ответственность и любовь.



Фото: Татьяна Турмалин

Кстати

Оливье от Елены

– **В вашей семье вы практикуете большие семейно-родственные застолья?**

– На мой взгляд, домашние застолья – это скрепы, на которых держится семья. И такое застолье – обязательно на Новый год. И вообще, по-моему, домашний Новый год – это подарок свыше, в котором заложен огромный смысл. Как только младшая дочь вышла замуж, наше новогоднее веселье переместилось из квартиры в дом. И вот уже восемь лет каждый Новый год встречаем у сватов. Сватья Елена – уникальная женщина: готовит, шьет, вяжет... Мне кажется, это парадокс – когда женщина готовит роскошный стол, и у нее получается при этом оставаться красивой и стройной. Рульки, пловы, рыба тушеная, салаты необыкновенной вкусноты, даже простое «Оливье от Елены» самое вкусное в России. И главное – вся семья за столом! Это счастье, это уже наша семейная традиция. Один год мы, правда, пропустили (пандемический), и было очень от этого грустно.

Есть еще одна печаль – не хватает моего папы с баяном. Он был педагогом-народником, преподавал баян в музыкальной школе. Этот инструмент – продолжение его самого. Конечно, в детстве за столом мы пели всей родней «Славное море, священный Байкал», «По диким степям Забайкалья», «Что стоишь, качаясь, тонкая рябина»... Вспоминаю сегодня об этом, и хочется плакать.

НОМЕР БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНА ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!

- ✔ Более 100 рецептов самых популярных национальных блюд в каждом номере.
- ✔ Каждый рецепт имеет информацию о калорийности и количестве персон.
- ✔ Советы по приготовлению.

- ✔ Рассказы о том, как эти блюда появились и какими стали в наши дни.
- ✔ Секреты национальных приправ.
- ✔ Подробности выбора посуды для приготовления и подачи национальных блюд.

12+ РЕКЛАМА

НОМЕР В ПРОДАЖЕ С 10 ФЕВРАЛЯ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

OZON
ozon.ru¹

WILDBERRIES
wildberries.ru²



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

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



Наши глаза очень чувствительны, они реагируют на малейшее внешнее раздражение, даже если мы этого не замечаем. Поэтому очень часто потеря остроты зрения становится для нас неприятным сюрпризом.

Сегодня мы расскажем о простых правилах, придерживаясь которых, можно сохранить хорошее зрение надолго. В наше время нагрузка на глаза человека чрезвычайно высока. Когда наши родители следили только за тем, правильно ли мы читаем книги, они и представить не могли, что появятся компьютеры и смартфоны, оказывающие на зрение гораздо более мощное влияние. Правила гигиены зрения дописываются теперь с учетом современных реалий.

Заглянем в тарелку

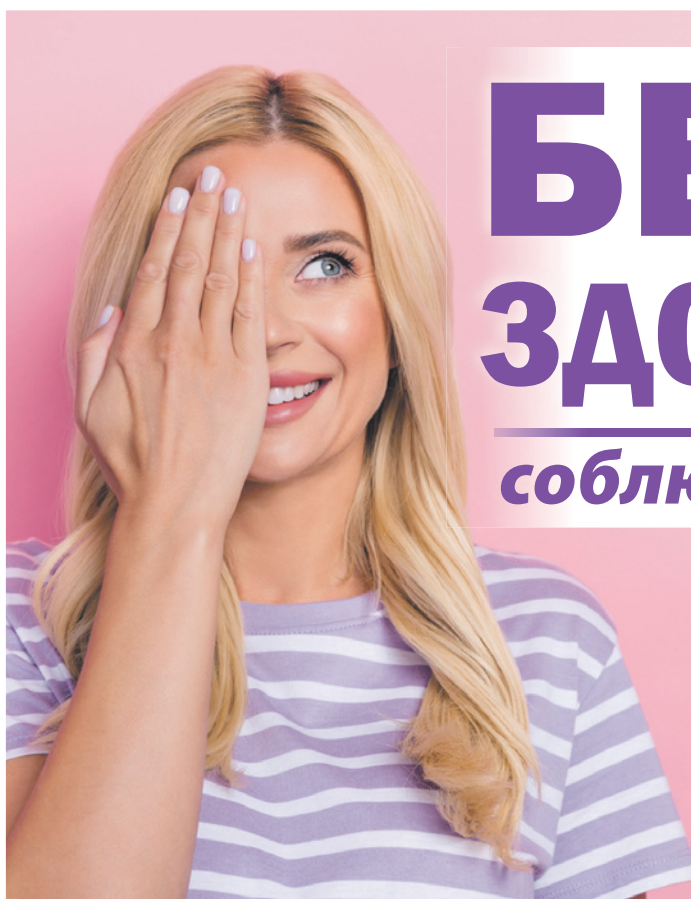
Правильное питание – один из основных элементов гигиены зрения. Ведь для нормальной работы органов зрения необходимы определенные вещества, которые можно получить с пищей. Это витамины А, С и Е, а также каротиноиды лютеин и зеаксатин. Продукты, содержащие эти вещества, необходимо включить в ежедневный рацион.

ВИТАМИН А способствует поддержанию остроты зрения, его дефицит в организме может привести к развитию гемералопии – «ночной слепоты», – при которой глаза теряют спо-



собность адаптироваться к перемене освещения, и в результате человек очень плохо видит в сумерках. Витамин А содержится в печени, твороге, моркови, луке, зеленом горошке, помидорах, листовом салате.

ВИТАМИН С необходим для бесперебойного поступления крови к сосудам глаз и защиты от вред-



БЕРЕЖЁМ здоровье глаз

соблюдаем простые правила

Два приятеля:

– Не верю я, что женщины любят ушами, а мужчины любят глазами.

– Почему?
– Что же это выходит – поморгал в уши, и вся любовь?!



Как читать, смотреть, работать



ЧИТАЕМ КНИГИ И ЖУРНАЛЫ

- не рекомендуется читать лежа и при плохом освещении;
- книга должна быть расположена на расстоянии примерно 30 см от глаз;
- каждый час нужно делать перерыв и переводить взгляд вдаль.



СМОТРИМ ТЕЛЕВИЗОР

- не рекомендуется смотреть телевизор как в темноте, так и при слишком ярком освещении;
- при длительном просмотре передач или фильмов нужно делать перерыв.



РАБОТАЕМ ЗА КОМПЬЮТЕРОМ

- расстояние от глаз до экрана – не менее 30 см;
- желательно, чтобы верхний край монитора был на 10 см ниже уровня глаз;
- надевайте очки, если вы их носите;
- чаще моргайте или используйте увлажняющие капли для глаз;
- если работаете за компьютером более 4-х часов в день, каждый час делайте перерывы на 10-15 минут, во время которых очень желательно выполнять упражнения для глаз;
- следите за чистотой монитора – чаще вытирайте с него пыль.

Гимнастика от усталости



Упражнения для снятия усталости глаз простейшие, но исключительно эффективные. Делать их нужно, сидя в удобной позе, лучше на стуле с поддерживающей спинкой.

1 Сесть у окна и сфокусировать взгляд на предмете, расположенном как можно дальше, через 20 секунд перевести взгляд на оконную раму; повторить 4-5 раз.

2 Закрыв глаза, вращать глазами 4-5 раз сначала в одну сторону, затем в другую.

3 Не открывая глаз, несколько раз опускать и поднимать глазные яблоки.

4 Открыть глаза и сделать несколько движений сначала вверх-вниз, затем – вправо-влево.

5 Открыть глаза и, глядя прямо перед собой, часто-часто поморгать в течение 30 секунд.

ных лучей. Этот витамин содержится в большом количестве в цитрусовых, капусте (особенно квашеной), шиповнике, клюкве, смородине (особенно черной).

ВИТАМИН Е – природный антиоксидант, поддерживает нормальную работоспособность органов зрения, необходим для профилактики их различных заболеваний и



развития негативных возрастных изменений. Этот витамин содержится в сливочном масле, бобовых, крупах, орехах.

Лютеин и зеаксатин жизненно необходимы для органов зрения, особенно хрусталика и сетчатки. Эти вещества содержатся в большом количестве в ягодах черники, яйцах, а

также в овощах и фруктах зеленого цвета, листовой капусте, шпинате.

Спорт для зрения

Как и любой другой орган нашего тела, глаза нуждаются в движении, своего рода гимнастике. Отличным занятием для профилактики и поддержания здоровья органов зрения являются бадминтон, настольный и большой теннис. Дело в том, что кроме активного движения всего тела при занятии этими видами спорта глаза постоянно работают – следят за перемещением мячика или волана. Это чрезвычайно полезно для зрения, особенно для поддержания в тонусе глазных мышц. Не менее полезно плавание, которое обеспечивает хорошее кровоснабжение в области шейных позвонков – это одно из самых необходимых условий нормальной работы органов зрения.



ПЕРВЫЙ



21.45 «НАЧАЛЬНИК РАЗВЕДКИ». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!» (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 18.20 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «НАЧАЛЬНИК РАЗВЕДКИ». (16+)
- 23.45 «Большая игра». (16+)
- 00.45 Подкаст.Лаб. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Подкаст.Лаб. (16+)

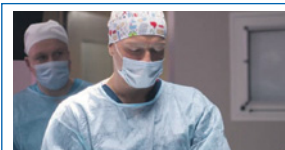
РОССИЯ 1



17.30 «60 минут». (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «МЕЖДУ НАМИ ГЛУБОКОЕ МОРЕ». (12+)
Андрей и Вера Баталовы приезжают в Турцию, чтобы отметить годовщину семейной жизни. Они знакомятся с рыбаком и владельцем небольшого отеля Кемалем Ташимом и его женой Светланой.
- 23.45 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.25 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
- 04.05 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (12+)
- 04.52 Перерыв в вещании

НТВ



20.00 «АКУШЕР». (16+)

- 04.45 «СТАЖЁРЫ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ДЕЛЬТА». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ДЕЛЬТА». (16+)
- 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 «АКУШЕР». (16+)
- 22.00 «МЕЛЬНИК». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «МЕЛЬНИК». (16+)
- 00.25 «НЕВСКИЙ: ЧУЖОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ». (16+)
Павел, которому чудом удалось выжить, собирается вернуться в полицию. Фома отговаривает и предлагает место начальника службы безопасности в своей компании.
- 04.30 «Их нравы». (0+)

СТС



08.45 «ЖУТКАЯ СЕМЕЙКА». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Лунтик». (0+)
- 08.20 Уральские пельмени. (16+)
- 08.45 «ЖУТКАЯ СЕМЕЙКА». (16+)
- 10.45 «КУХНЯ». (16+)
- 15.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
- 20.00 Премьера! Суперинд-зя. (16+)
- 23.00 «ОСОБНЯК С ПРИВИДЕНИЯМИ». (12+)
Агент по продаже недвижимости Джим Эверс стремится проверить сделку всей своей жизни - он покупает старый заброшенный дом с целью сделать из него шикарный особняк для перепродажи.
- 00.45 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
- 01.45 Даёшь молодёжь! (16+)
- 04.00 «6 кадров». (16+)
- 05.15 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



20.00 «ПАТРИОТ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 17.30 «ОЛЬГА». (16+)
- 20.00 «ПАТРИОТ». (16+)
- 21.00 «ИСПРАВЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ». (16+)
Под Смоленском полиция находит обескровленные тела. Громким делом занимается московский следователь. Тем временем блогер Женёк убеждает юных подписчиков, что он настоящий вампир. Откуда им знать, что парень говорит чистую правду? Именно из-за него существование всех вурдалаков в Смоленске внезапно оказывается под угрозой.
- 23.15 «СТРИПТИЗЁРШИ». (18+)
- 01.20 «Импровизация». (16+)
- 03.45 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.15 «Открытый микрофон». (16+)

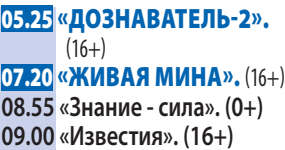
REN



20.00 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)

- 05.00 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 03.05 «Тайны Чапмана». (16+)
- 20.00 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)
- 22.10 «Водить по-русски». (16+)
- 23.30 «Документальный спецпроект». (16+)
- 00.30 «ПОЦЕЛУЙ ДРАКОНА». (18+)

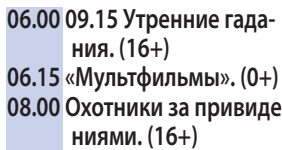
5 5-Й КАНАЛ



05.25 «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2». (16+)

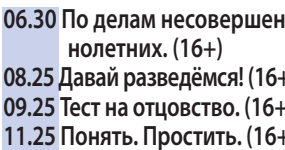
- 07.20 «ЖИВАЯ МИНА». (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ЖИВАЯ МИНА». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 18.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 19.40 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.20 01.20 «ЛЕТЯТ ЖУРАВЛИ». (12+)
- 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 13.20 15.05 03.20 «КОМИС-САРША». (16+)
- 18.55 «Оружие Победы». (16+)
- 19.40 «Загадки века». (12+)
- 22.55 «Между тем». (12+)
- 23.20 «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ». (12+)
- 02.55 «Вторая мировая война. Город-герой Севастополь». (12+)

ТВ-3



- 06.00 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 Охотники за привидениями. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 16.15 «Старец». (16+)
- 17.20 «Слепая». (16+)
- 18.30 Любовная магия. (16+)
- 19.30 «Слепая». (16+)
- 20.30 «МАЖОР». (16+)
- 22.30 «РОБОКОП». (16+)
- 00.45 «ОТЕЦ». (16+)
- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.20 Улётное видео. Топ-35. (16+)
- 07.10 КВН ярче. (16+)
- 08.00 Утилизатор. (12+)
- 09.30 Утилизатор. (16+)
- 10.00 Улётное видео. (16+)
- 12.00 КВН ярче. (16+)
- 14.00 «+100500». (16+)
- 18.00 Охотники. (16+)
- 20.00 Решала. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 03.30 Невероятные истории. (16+)

ДОМАШНИЙ



- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.25 Давай разведёмся! (16+)
- 09.25 Тест на отцовство. (16+)
- 11.25 Понять. Простить. (16+)
- 12.30 23.30 «Порча». (16+)
- 13.00 «Знахарка». (16+)
- 13.35 «Верну любимого». (16+)
- 14.10 23.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.45 «ПАВЛИН, ИЛИ ТРЕУГОЛЬНИК В КВАДРАТЕ». (16+)
- 19.00 «СКВОЗЬ РОЗОВЫЕ ОЧКИ». (16+)
- 00.05 «Знахарка». (16+)
- 06.00 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЁХ». (12+)
- 10.10 18.00 «ВОЛЬНАЯ ГРАМОТА». (16+)
- 11.30 «Новости Совета Федерации». (12+)
- 11.45 «ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ». (12+)
- 15.10 23.20 «УСКОЛЬЗАЮЩАЯ ЖИЗНЬ». (12+)
- 16.00 00.10 «Россия глазами иностранцев». (12+)
- 17.00 «Моя история». (12+)
- 21.00 «ЕЩЁ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ». (12+)
- 22.35 «Очень личное». (12+)
- 01.00 ОТРажение. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- 06.40 «СТАРАЯ ГВАРДИЯ. ПРОЩАЛЬНАЯ ВЕЧЕРИНКА». (12+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.20 Новости
- 10.10 Белорусский стандарт. (12+)
- 10.20, 18.50 Телеигра «Игра в кино». (12+)
- 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 14.05, 16.15, 01.35 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 16.45 Мировое соглашение. (16+)
- 20.50 Слабое звено. (12+)
- 21.45 «БРАТАНЫ-4». (16+)
- 01.10 Наше кино. История большой любви. (12+)
- 02.35 Вот такая петрушка. (12+)
- 02.45 «СОБЛАЗН». (16+)
- 04.30 «Путь к Победе». (16+)
- 05.20 «РАЗВЕДЧИКИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
- 09.40 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ЗАПАДНЫЙ ФРОНТ». (16+)
Секретной группе разведывательного управления РККА поручают только самые сложные задания. Уничтожение отряда фашистских провокаторов, переброска секретных документов, поимка вражеских диверсантов и многие другие подвиги группы будут храниться в военных архивах под грифом «совершенно секретно»...
- 16.50 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ПЕРВЫЙ УДАР». (16+)
- 23.59 «Путь к Победе». (16+)
- 01.00 «28 ПАФИЛОВЦЕВ». (12+)
- 02.40 «ЗОЯ КОСМОДЕМЬЯНСКАЯ». (18+)
- 06.00, 12.40, 18.15, 23.45 О самом главном. Лишай. Самое важное. (12+)
- 06.50 На приёме у психолога. Лень. (12+)
- 07.20 Психология. Неврозы. (12+)
- 07.50, 08.15, 11.45, 12.15, 14.30, 15.00, 17.20, 17.50, 21.55, 22.25, 00.40, 01.10 Будь в тонусе! (12+)
- 08.45 О самом главном. Псориаз. Кому он грозит? (12+)
- 09.45 Тайны мозга. (12+)
- 10.30 Медицинский квест. Артроз. (12+)
- 11.15, 04.15 Метод исследования. Лор-заболевание. (12+)
- 13.35 Откровенный разговор с нутрициологом. (12+)
- 14.05 10 решений доктора Карташёвой. Мастопексия. (12+)
- 15.30 О самом главном. Лекарства, которые вредят сердцу. (12+)
- 16.25 На приёме у доктора Малявина. Во все лёгкие. (12+)
- 16.55 Это лечится. Непослушный ребёнок. (12+)
- 19.10, 01.40, 05.05 Теледоктор. (12+)
- 20.05, 02.30 Большой скачок. Правда о молоке. (12+)
- 20.30, 02.55 Большой скачок. Инстинкт самосохранения. (12+)
- 21.00 О самом главном. Инфаркт и инсульт. Повторные приступы. (12+)
- 22.55, 23.20, 03.25, 03.50 Большой скачок. (12+)
- 04.40 Метод исследования. Заболевания костей. (12+)
- 06.00 Секреты цивилизации. (12+)
- 06.55, 07.45 Военные заводы. (12+)
- 08.35 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Гибралтара. (12+)
- 09.30 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища средиземноморских островов. (12+)
- 10.25, 11.30 Древние небеса. (12+)
- 12.30 Взлом кодов: Код банды. (16+)
- 13.25 Взлом кодов: Код, который выиграл Первую мировую. (16+)
- 14.25 Королевские жёны на войне. (12+)
- 15.30 Частная жизнь: Принцесса Маргарет. (16+)
- 16.25 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Стамбула. (12+)
- 17.20 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Аравии. (12+)
- 18.15, 19.05 5000 лет истории Нила. (12+)
- 20.00 Взлом кодов: Код человека. (16+)
- 21.00 Загадки чудес в Лурде. (12+)
- 22.00 Военные заводы: Первые великаны. (12+)
- 22.50 Военные заводы: Двигатель, который выиграл войну. (12+)
- 23.40 Королевские жёны на войне. (12+)
- 00.45, 01.35 Частная жизнь. (12+)
- 02.20 Сокровища с Беттани Хьюз. (12+)
- 03.05, 04.00 Древние небеса. (12+)
- 04.55 Взлом кодов. (16+)

ПЕРВЫЙ



23.55 «ЖЕНЯ, ЖЕНЕЧКА И «КАТЮША». (0+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!» (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 16.50 18.20 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «Голос. Дети». 10-й юбилейный сезон. Финал. Прямой эфир. (0+)
- 23.55 «ЖЕНЯ, ЖЕНЕЧКА И «КАТЮША». (0+)**
- 01.30 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



23.45 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 16.00 20.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «МЕЖДУ НАМИ ГЛУБОКОЕ МОРЕ». (12+)**
Свекровь запрещает Светлане увозить Эмиля в Москву. Чтобы не расставаться с ними, Андрей решает остаться в Турции. Он сразу же получает выгодный контракт на работу в сети турецких клиник. Владелица сети Софья оказывается бывшей студенткой отца Андрея.
- 23.45 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.25 «КАМЕНСКАЯ». (16+)**

НТВ



20.00 «АКУШЕР». (16+)

- 04.50 «БОМЖИХА-2». (16+)**
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ДЕЛЬТА: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)**
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ДЕЛЬТА: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)**
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 19.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 20.00 «АКУШЕР». (16+)**
- 22.00 «МЕЛЬНИК». (16+)**
Кто-то хочет помешать Мельнику доказать свою невиновность. За ним и Свиридовым устанавливается слежка.
- 00.00 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)
- 01.50 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
- 02.15 «Квартирный вопрос». (0+)
- 03.05 «Дачный ответ». (0+)

СТС



07.30 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Лунтик». (0+)
- 07.30 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)**
- 08.35 Уральские пельмени. (16+)
- 08.55 «МАРА И НОСИТЕЛЬ ОГНЯ». (12+)**
- 10.45 «КУХНЯ». (16+)
- 15.05 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)**
- 20.00 «ПАССАЖИРЫ». (16+)**
- 22.20 «КОСМОС МЕЖДУ НАМИ». (16+)**
История любви земной девушки и Гарднера Эллиота, выросшего в экспериментальной колонии на Марсе. Их роман начался в интернете, и теперь Эллиот летит на Землю, чтобы встретиться с возлюбленной...
- 00.45 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)**
- 02.25 Даёшь молодёжь! (16+)
- 04.00 «6 кадров». (16+)
- 05.15 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



09.30 «РАЗВОД». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.30 «РАЗВОД». (16+)**
Марафон сериала о семейных отношениях. Илона и Виктор любили друг друга и были счастливы. Почти три года. Но сейчас они в разводе и хотят продать квартиру со свежим ремонтом... перепланировкой и ипотекой. А пока покупатель не найден, они вынуждены жить вместе, постоянно ссорясь и подкалывая свою бывшую половину. Илона, не зная, как сообщить про развод маме, убеждает Виктора поддержать ее ложь.
- 17.30 «ОЛЬГА». (16+)**
- 20.00 «ПАТРИОТ». (16+)**
- 21.00 «ИСПРАВЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ». (16+)**
- 22.00 «ВАМПИРЫ СРЕДНЕЙ ПОЛОСЫ». (16+)**
- 23.15 «СУПЕР МАЙКИ». (16+)**
- 01.10 «Импровизация». (16+)
- 03.30 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.05 «Открытый микрофон». (16+)

РЕН



20.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ ЖЕНЫ КИЛЛЕРА». (16+)

- 05.00 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ ЖЕНЫ КИЛЛЕРА». (16+)**
- 22.10 «Смотреть всем!» (16+)
- 23.30 «БИТВА НА ОЗЕРЕ-2». (18+)**

5-Й КАНАЛ

- 05.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)**
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 13.00 17.30 00.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «СНАЙПЕР: ГЕРОЙ СОПРОТИВЛЕНИЯ». (16+)**
- 13.30 18.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-2». (16+)**
- 19.40 00.30 «СЛЕД». (16+)**
- 22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)**
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)**
- 03.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)**
- ЗВЕЗДА**
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.20 «ОТВЕТНЫЙ ХОД». (12+)**
- 13.20 «Легенды армии». (12+)
- 13.55 15.05 «ВИКИНГ». (16+)**
- 18.55 «Оружие Победы. Щит и меч Красной армии». (16+)
- 19.40 «Секретные материалы». (16+)
- 22.55 «Между тем». (12+)
- 23.20 «АТАКА». (12+)**
- 01.15 «ДВА БОЙЦА». (12+)**
- 02.30 «ДОБРОВОЛЬЦЫ». (12+)**

ТВ-3

- 06.00 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 Охотники за привидениями. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 16.15 «Старец». (16+)
- 17.20 19.30 «Слепая». (16+)
- 18.30 Любовная магия. (16+)
- 20.30 «МАЖОР». (16+)**
- 22.30 «РОБОКОП-3». (16+)**
- 00.45 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)**
- че!**
- 06.00 Невероятные истории. (16+)
- 06.20 Улётное видео. Топ-35. (16+)
- 07.10 КВН ярче. (16+)
- 08.00 Утилизатор. (12+)
- 10.00 Улётное видео. (16+)
- 12.00 КВН ярче. (16+)
- 14.00 «+100500». (16+)
- 18.00 Охотники. (16+)
- 20.00 Рашала. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 03.30 Невероятные истории. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.15 Тест на отцовство. (16+)
- 11.20 «Понять. Простить». (16+)
- 12.25 23.20 «Порча». (16+)
- 12.55 23.50 «Знахарка». (16+)
- 13.30 00.25 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 22.45 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «СКВОЗЬ РОЗОВЫЕ ОЧКИ». (16+)**
- 19.00 «ОТ ВСТРЕЧИ ДО РАЗЛУКИ». (16+)**
- 00.55 «БАБОЧКИ И ПТИЦЫ». (16+)**
- ОТР**
- 06.40 «ВОЛЬНАЯ ГРАМОТА». (16+)**
- 10.10 «Мультфильмы». (12+)
- 11.25 «СЛУШАЯ ТИШИНУ». (16+)**
- 15.50 «Хроники общественного быта». (6+)
- 16.00 00.15 «Россия глазами иностранцев». (12+)
- 17.40 «ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ». (12+)**
- 21.00 «ПОХОРОНИТЕ МЕНЯ ЗА ПЛИНТУСОМ». (16+)**
- 22.50 «СТАРИК С ПИСТОЛОТОМ». (16+)**
- 01.00 ОТражение. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- МИР**
- 05.00 «СОБЛАЗН». (16+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 03.20 Новости
- 10.10, 18.50 Телеигра «Игра в кино». (12+)
- 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 14.05, 16.15, 01.55 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 15.10, 02.40 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 16.45 Мировое соглашение. (16+)
- 19.25 Шоу «Назад в будущее». (16+)
- 20.15 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». (6+)
- 21.40 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (6+)
- 23.15 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ». (6+)
- 01.30 Наше кино. История большой любви. (12+)
- ПОБЕДА**
- 04.10 «Путь к Победе». (16+)
- 05.10 «30Я». (16+)
- 06.40 «ТАКТИСТ». (16+)
Россия, Беларусь, 2016 г. История советских «танковых асов», которые во время Великой Отечественной войны встали на пути у лучших немецких генералов-стратегов и остановили натиск врага.
- 09.40 «У КАЖДОГО СВОЯ ВОЙНА». (16+)
История простых замоскворецких пацанов, на детство и отрочество которых выпала война и послевоенный быт с коммуналками, нищетой, царящими вокруг насилием и несправедливостью...
- 23.59 «Путь к Победе». (16+)
- 01.00 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
- 02.30 «СМЕРШ». (16+)
- ДОКТОР**
- 06.00, 12.25, 18.25, 23.45 О самом главном. Что важно знать о крупах. (12+)
- 06.50 Теледоктор. (12+)
- 07.50, 08.20, 11.30, 11.55, 14.45, 15.15, 17.30, 17.55, 21.55, 22.25, 00.40, 01.05 Будь в тонусе! (12+)
- 08.45 О самом главном. Инфаркт и инсульт. Повторные приступы. (12+)
- 09.40, 10.05 Большой скачок. (12+)
- 10.35, 04.50 Откровенный разговор с нутрициологом. (12+)
- 11.00 10 решений доктора Карташёвой. (12+)
- 13.20 Медицинский репортёр. (12+)
- 13.50, 14.15 Метод исследования. (12+)
- 15.40 О самом главном. Какие болезни лишают возможности ходить? (12+)
- 16.35 InVivo. Хроника инсульта. (12+)
- 17.05 Клинический случай. Единственная Надежда. (12+)
- 19.15, 05.15 Медицинский квест. Мигрень. (12+)
- 20.05, 02.20 Истории болезней. Панacea. (16+)
- 20.30, 02.45 Истории болезней. Хирургия. (16+)
- 21.00 О самом главном. Причины покалывания и онемения. (12+)
- 22.50, 03.10 Истории болезней. Психиатрия. (16+)
- 23.15, 03.35 Истории болезней. Гастроэнтерология. (16+)
- 01.30 Медицинский квест. Артроз. (12+)
- 04.05 Тайны мозга. (12+)
- VIASAT HISTORY**
- 06.05 Загадки чудес в Лурде. (12+)
- 07.00, 07.55 Военные заводы. (12+)
- 08.45, 09.45 Затерянный мир Ангкор-Вата. (12+)
- 10.40, 11.35 5000 лет истории Нила. (12+)
- 12.30 Мифы: великие тайны человечества: В поисках гробницы Аттилы. (12+)
- 13.30 Мифы: великие тайны человечества: Сокровища Нибелунгов. (12+)
- 14.30 Частная жизнь: Аль Капоне. (12+)
- 15.25 Частная жизнь: Петр Великий. (12+)
- 16.15 Затерянные города троянцев: Руины. (12+)
- 17.10 Затерянные города троянцев: Война. (12+)
- 18.00 Загадка троянского кода. (12+)
- 19.00 Тайна фетского кода. (12+)
- 20.00 Мифы: великие тайны человечества: Святой Грааль. (12+)
- 21.00 Мифы: великие тайны человечества: В поисках человека-мотылька. (12+)
- 22.00 Военные заводы: Машины нацистской мощи. (12+)
- 22.55 Военные заводы: Грузовики блицкрига. (12+)
- 23.45, 00.35 Восход Османской империи. (16+)
- 01.25, 02.15 Затерянный мир Ангкор-Вата. (12+)
- 03.05, 03.50 5000 лет истории Нила. (12+)
- 04.40 Мифы: великие тайны человечества: В поисках гробницы Аттилы. (12+)
- 05.30 Невероятные изобретения. (12+)

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

КРОССВОРД

Разгадайте в головоломке афоризм писателя Александра Вампилова (54 буквы).
Зашифрованные буквы не соприкасаются друг с другом ни по горизонтали, ни по вертикали, ни по диагонали.

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

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

- 1) как только вы нашли одну из букв, можно сразу вычеркнуть все буквы вокруг нее (в задании несколько букв уже найдено);
- 2) если стрелка указывает, что в ряду 0 букв, то можно сразу же вычеркнуть весь ряд. Если стрелка указывает, что в ряду одна буква, и вы ее уже нашли, то остальные буквы в ряду можно вычеркнуть, и т.д.;
- 3) если на какой-то ряд не указывает стрелка, все равно можно посчитать (или примерно прикинуть), сколько там искомых букв, зная общее количество букв в загаданной фразе, и количество букв в параллельных нашему рядах;
- 4) если в ряду загаданной буквой может быть только одна из двух соседних, вы можете смело вычеркивать буквы на этих же местах в двух соседних рядах;
- 5) когда уже не помогает умение считать, просто попробуйте понять, какие не вычеркнутые буквы составят осмысленную фразу или хотя бы часть ее.

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



Ответ на задание в № 6:
Арабская пословица:
«Если парус остается без ветра,
он становится обыкновенной
тканью».

ХРОНОЛОГИКА

НА ДОСУГЕ



Найди 10 отличий
Если музыку
добавить – веселей
уборка станет!

Давно замечено, что с музыкой
любое дело и выполняется бы-
стрее, и эффект от сделанного
больше!

Ответы: футболка у хозяйки, нора у нее же, карманная аптечка, труба на думке, при-
жметки, среднее икрава, цвет футбол-
ты для справа вверху, цвет футбол-
ки справа, вешалка, салфетка, икрава



Дорогие читатели!
События года набирают оборо-
ты, набираем обороты
и мы. Следующий номер обе-
щает быть максимально на-
сыщенным, интересным, ак-
туальным и злободневным.
Ваши звонки и письма задают

тон и не позволяют рассла-
биться, за что мы вам безмер-
но благодарны. Итак, в следу-
ющем номере:
✓ цирроз печени: симптомы,
диагностика и лечение за-
болевания – советы опыт-
ного врача;

✓ кому показана цистоскопия
и как подготовиться к ис-
следованию;
✓ мифы о гельминтозах, кото-
рые могут быть опасны для
здоровья.
А также в свежем номере
мы расскажем о пользе шам-

пиньонов, предложим под-
робный календарь Великого
поста, распишем недельное
меню для тех, у кого суще-
ствует риск тромбозов.

Не пропустите следующий
номер.

В ПРОДАЖЕ С 24 ФЕВРАЛЯ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ,
СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П2961
Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях
и на сайте Почты России <https://podpiska.pochta.ru>



Викторина-конкурс от «ТЕЛЕКА»

Дорогие читатели, мы предлагаем вам принять участие в викторине-конкурсе «Как на Масленой неделе в потолок блины летели!»

П о условиям конкурса, надо дать ответы на вопросы викторины и составить кодовое слово из отмеченных букв. Выберите правильный вариант ответа, найдите в нем выделенную букву и впишите ее в соответствующую клеточку внизу.

1 Масленница продолжает-ся целую неделю. В это

время все сословия на Руси увлекались праздничной жизнью и забавами, устраивали обряды проводов зимы – ряжение, сжигание старых вещей и чучела Масленицы. По традиции, в течение Масленой недели некоторые родственники должны пригласить друг друга на блины. Какие родственники показывали таким образом уважение друг к другу?

- а)** Молодая семья и дедушки и бабушки.
б) Зять и теща.
в) Невестка и золовка.

2 Пётр Ильич Чайковский написал фортепианную миниатюру «Масленица». В какой цикл произведений композитора вошла музыкальная картинка разгульного праздника с задорными плясками и перзвоном бубенцов на тройках?

- а)** «Времена года».
б) «Щелкунчик».
в) «Зимние грезы».

3 В какой русской народной сказке на Масленицу баба напекла пять чучунов блинов, которых даже солнышко захотелось отведать?

- а)** «Солнце и блины».
б) «Солнце и Луна».
в) «Солнце и весна».

4 Русские писатели тоже не обошли вниманием Масленицу. В каком литературном произведении описана сцена народных гуляний?

- а)** «Война и мир» Л.Н. Толстого.
б) «О бренности» А.П. Чехова.
в) «Снегурочка» А.Н. Островского.

5 На Масленицу на площадях устраивались театральные представления. Как звали любимого народом персонажа таких забав?

- а)** Солдат.
б) Петрушка.
в) Купец.

Кодовое слово:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Ответы принимаем 22 февраля с 12:00 до 13:00 по московскому времени по телефону: 8-495-792-47-73
Срок проведения конкурса с 15 февраля по 1 марта 2023 года.

Результаты конкурса будут опубликованы 1 марта 2023 года в №9 газеты «ТЕЛЕК».

Присылайте ответы и получите призы:

- 1 МЕСТО** – книга «Просто кухня с Александром Бельковичем» с автографом автора;
2 МЕСТО – подписка на полгода на газету «ТЕЛЕК»;
3 МЕСТО – подписка на полгода на журнал «Домашний повар».

Участие в конкурсе означает ваше ознакомление и полное согласие с «Общими правилами» участия в конкурсах, размещенными на сайте Организатора конкурса по адресу:

<https://telek.kardos.media/project/>

Не забывайте указывать свой номер телефона для связи.



«ТЕЛЕК» приглашает на блины

Традиции – тот самый «мостик» к стабильности, уверенности в завтрашнем дне, которого нам сейчас так не хватает. В череде подобных «мостиков» Масленица занимает особое место. Это праздник добра, всепрощения, умения радоваться простым вещам. В 2023 году Масленица пройдет с 20 по 26 февраля, и в каждый из семи дней на столе будут уместны блины. Ну не готовить же каждый день одно и то же! Мы собрали для вас сборник рецептов, который поможет внести в масленичное меню необходимое разнообразие. Здесь вы найдете и рекомендации шеф-поваров, и фирменные рецепты артистов, а также рассказы об истории Масленицы и традициях ее празднования. Ну и, конечно, не обошлось без рецептов начинок и соусов. Мы также подобрали несколько оригинальных идей для подачи блинов. Ну а чтобы праздник прошел более азартно и интересно, предлагаем вам принять участие в конкурсе-викторине и выиграть приз!

Подробности на стр. 16 сборника.

Поздравляем вас с Масленицей и желаем отведать побольше вкусных и аппетитных блинов!



ФОТО: А. СТЕПАНОВ

Масленица:

Карнавал

Масленица – это не просто праздник, это целая неделя весёлых посиделок и всевозможных забав. Пища без меры, гулянье на полную катушку – так, как правило, воспринимаются Масленая неделя. Однако есть в масленичных гуляниях свои нюансы.

Имена праздника

У Масленой недели столько имен, что все и пересчитать сложно. Вот только некоторые из великого множества: Сырная неделя, Масолуст, Блишница, Пополуха, Обьеуха, Кривая неделя, Боярыня Масленица, Госпожа Масленица, Целовальница, Масленая колдунья, Прожорная неделя.

В 2023 году Сырная неделя продлится с 20 по 26 февраля.

Каждый день на Масленицу имеет своё название и свои традиции.

Понедельник.

Встреча

Встречали Масленицу – ходили по деревне с чучелом из соломы. Потом катались на санках и устанавливали чучело на самой высокой снежной горке, с которой начинались катания на санях и веселые гулянья с песнями и танцами. Накрывали столы со сластями.

Воскресенье.

Проводы, Целовник, Прощёное

Воскресенье

Сжигалось чучело Масленицы как образ провожаемой

зимы. Кроме встречи весны у Масленицы есть и другая, «пограничный» смысл: она служит переходом к Великому посту. В эту неделю уже нельзя есть мясо. С православной точки зрения, Масленица – это неделя прощения и примирения. В этот день все – и взрослые, и дети – просили друг у друга прощения. А после обеда шли в церковь к открывающейся Великой пост вечерне.

Наши предки считали, что тот, кто не веселится на Масленицу, будет жить бедно и уныло.



Блинные красавицы

Мешочки

Если в центр блина положить начинку, а его края поднять, собрать и перевязать перышком лука, веточкой петрушки и т.п., получатся оригинальные мешочки.



Роллы

Подвернув один край блина и скатав его рулетом, получим аккуратные роллы, которые можно расплощить на блюде вертикально. При желании можно наполнить роллы начинкой.



Треугольники

Завернуть края с трех сторон и обжарить, чтобы закрепить форму. Выкладывать стороной без стыков. Можно добавить тонкий слой начинки.



Розочки

Из очень тонких блинчиков можно сделать нарядные розочки, свернув блин в трубочку и вывернув один его край на другую.



Сеточки

Испекь блинчики в клеточку, сверху на каждый выложить лист салата, начинку и свернуть рулетиком.



Гнёзда

Для такой подачи понадобятся очень тонкие блинчики, которые нужно скрутить в рулет, а затем уложить спиралью. Сверху можно выложить начинку.



Шашлычок

Блинчики, фаршированные овощами, разрезать пополам, нанизать на шпажки. Воткнуть «шашлыки» для устойчивости в половинку яблока.



Двойные треугольники

В середину блина положить начинку. Край блина сложить к центру, формируя треугольник. Затем так же, к центру, подтянуть края сформированного треугольника и закрепить шпажками.



Даже самое обычное блюдо можно сделать праздничным, надо только выбрать, как подать его красиво.



Блинная стопка

Самый простой способ – сложить блины ровной стопкой на большой тарелке. Чтобы блины не спалились, их необходимо промазывать маслом.



При порционной подаче можно сложить блины пополам два раза. Внутрь можно вложить начинку.



Уголки

Сложив блин три раза, получаем симпатичные уголки, которые можно как выложить на одном большом блюде, так и подать порционно.

Как подать

Налистники

Это блинчики с начинкой, открытые с одного конца.



Конвертики

Конвертики отличаются от налистников отсутствием начинки. При желании можно смазать внутреннюю поверхность блинов тонким слоем джема, варенья и т.п.



Трубочки

Выложив по краю блина начинку и свернув его рулетом, получим трубочки, которые можно красиво уложить горкой на блюде.



Барышня

4-5 тонких блинчиков сложить два раза. Полученную четверть немного примять, поставить. Один блин скатать, приплюснуть, наложить сверху. Еще один блин свернуть пополам и укутать «барышню», скрепив края «платка» зубочисткой.



Рулетики

Если края блинов-трубочек закрупорить, получатся рулетики.



Конус

На край блина выложить начинку (лучше плотную – крем-сыр, творог и т.п.) и свернуть блин по кругу.



Веер

При индивидуальной подаче блин можно собрать «гармошкой», а затем сложить пополам – получится своеобразный веер.



по-русски

Вторник. Заигрыши

Катались на лошадях и санках, качелях и каруселях, а также с гор, кто дальше уедет. Считалось, что у победителя будет хорошо сбиваться масло. На веселых гуляньях парни и девушки присматривались друг к другу, формировались взаимные симпатии, которые в скором времени могли закончиться сватовством и свадьбой.

Среда. Лакомка

На Лакомку теща приглашала зятя и всю родню на блины. Какими бы сложными ни были отношения между тещей и зятем, в этот день было принято не помнить зла. Теща приглашала мужа дочери в гости и старалась как следует накормить блинами собственного приготовления. Ведь это отличный способ наладить отношения!

ПОСЛОВИЦА

Масленица, семикова племянница.

Четверг. Перелом, разгуд, Широкий четверг

Переход от Узкой масленицы к Широкой: три дня позади, три дня впереди. Гуляния из семейных превращались в массовые. Развлечения продолжались целый день, с утра до вечера: шуточные бои, катания с ледяных горок (надо было накататься вдоволь, ведь скоро лед растает), езда на санях, пляски под гармошку. Молодоженов по традиции заставляли при всех целоваться и спускали с горы в санях.

Суббота. Золовкины посиделки

Гостей на блины завалила молодая невестка. Молодые женщины в субботу старались показать себя хорошими хозяйками и продемонстрировать родне мужа (в частности, его сестрам, то есть золовкам) свои кулинарные таланты. За чем? Да с той же целью – наладить мир в семье! Помимо угощения надо было одарить золовок подарками.

ПОСЛОВИЦЫ

На горах покатаешься, в блинах поваляться.

Масленица идёт, блин да мёд несёт. Блины, блинчики, блины, как колёса у Весны.

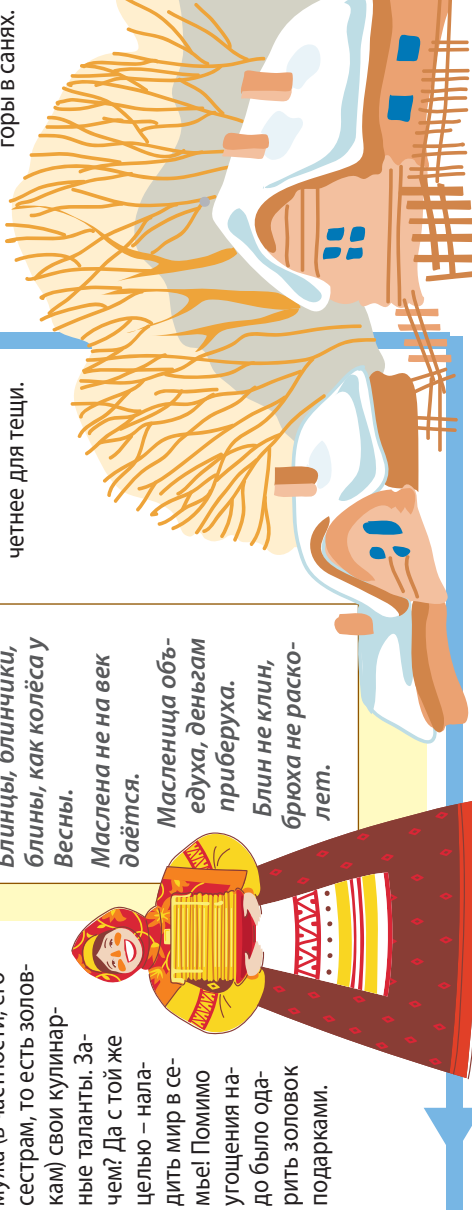
Маслена не на век даётся.

Масленица едуха, деньгам приберуха.

Блин не клин, брюха не расколлет.

Пятница. Тёщины посиделки

Ходили в гости – тещи к зятям. Накануне зять лично приглашал тещу на блины, а утром засыпал «зватых» – чем больше, тем почетнее для тещи.



Блины с лососем

На 8-10 персон. Время: 1 час
Калорийность (на 100 г):
212 ккал



ИНГРЕДИЕНТЫ:
1 кг пшеничной муки, 10 яиц, 2200 мл молока, 200 г сахара, 10 г соли, 120 мл растительного масла
Для начинки на 1 порцию:
200 г филе лосося, 150 г помидоров, 300 мл сливочного масла (жирности 20%), 10 г чеснока, 10 г укропа
Для подачи:
Несколько перьев зеленого лука

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Смешать ингредиенты, испечь классические блины.
- 2 Приготовить сливочный соус. Нарезать лосось кубиками 2 на 2 см, обжарить с двух сторон на сковороде. Нарезать кубиками помидоры. Добавить к соусу, залить сливками. Довести сливки до кипения и дождаться, пока они загустеют. Добавить к соусу мелко нарезанные чеснок и укроп.
- 3 Соус выложить на блин, завернуть мешочком. Блин сверху перевязать ошпаренным зеленым луком, чтобы не открылся. Подать на стол.

Блины со сливочным сыром и апельсином



На 8-10 персон. Калорийность (на 100 г): 312 ккал
Время: 1 час



Рецепт
От
Андрея
Бова

Блины из гречишной муки

На 8-10 персон. Калорийность (на 100 г): 335 ккал
Время: 1 час 30 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:
1 кг пшеничной муки, 200 г гречишной муки, 12 яиц, 2500 мл молока, 150 г растительного масла, 220 г сахара, 12 г соли
Для сливочного хрена:
100 г сметаны (жирности 25%), 100 г майонеза, 80 г консервированного хрена
Для подачи (на 3 блина):
100 г запеченной буженины, 60 г бочковых огурцов, 40 г сливочного хрена

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Поставить обычное тесто для блинов, но добавить туда гречишную муку из расчета 200 г гречишной на 1 кг пшеничной. Испечь блины.
- 2 Приготовить соус из сливочного хрена: смешать сметану с майонезом



НАША СПРАВКА

В отношении 1/1, добавить туда ложку консервированного хрена, перемешать.
3 Нафаршировать свернутые «конвертиком» блины запеченной бужениной, также добавить бочковые огурцы и сливочный хрен (из расчета три блина на порцию). Подать на стол.

Андрей Бова – шеф-повар, ресторатор и ведущий кулинарного шоу «Пять ужинов» на телеканале Домашний. В нем он рассказывает, что можно приготовить на рабочую неделю из продуктов, которые всегда есть в холодильнике. Сам себя называет гастрономическим хулиганом.

Фото телеканала Домашний

ИЗ ИСТОРИИ

Как праздновали Масленицу в Санкт-Петербурге

Масленице в Санкт-Петербурге готовились заранее. Особое внимание обращали на такую забаву Масленой недели, как катание с гор. Горы строились на льду Невы и Фонтанки, на Адмиралтейской площади (до 1872 года, ныне на этом месте расположен Александровский сад и Адмиралтейский проезд), а также на Царьинном лугу (ныне Марсово поле).
Ледяные горы часто строились до 8 саженей в высоту (примерно 17 м). Как описывали свое состояние очевидцы, 40 или 50 саженей (85-106 м) пролетали в одно мгновение. Парни старались иметь расписные санки, чтобы покататься с горы девушек. Интересно, что санки были такого размера, чтобы девушка помещалась на них только сидя на коленях у парня. Ну а плата за спуск – поцелуй.

В качестве зрителей набиралось много народу, и рядом работали балаганы, в которых разыгрывали комедии или сценки, шарманщики играли на своих инструментах, разносчики торговали блинами и пирогами, горячим битнем. Рядом строили качели-карусели, раек, где за небольшую плату можно было разглядеть через увеличительные стекла лубочные картинки внутри ящика.



Блины как у Аринны Родионовны

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 232 ккал
Время: 45 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:
400 г муки, 8 яиц, 50 г сливочного масла, 1 свекла, 0,5 л кислого молока, сахар и соль по вкусу

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Разделить яйца на желтки и белки. Свеклу натереть на мелкой терке, отжать сок. Должно получиться около 0,5 стакана, добавить в молоко.
- 2 Муку просеять и смешать с личными желтками, сахаром и солью, постепенно добавлять молочною смесь, замесить тесто.
- 3 Взбить белки и добавить в тесто. На разогретой сковороде испечь с обеих сторон. Смазать сливочным маслом. Подавать с вареньем из крыжовника.



ЭТО ИНТЕРЕСНО

Непременным занятием было катание на лошадах. Те, у кого их не было, старались подкопить денег, чтобы нанять извозчика. Цены вырастали до невероятных высот. Выручали презжающие подработать на праздники в Петербург «вейки». Так местные называли финнов-извозчиков, которые укрывали своих лошадей ленточками и бубенцами. Чопорная северная столица с появлением всек преобразилась – днем мамы старались покатать детей, вечером их сменяли парочки или возвращались из ресторанов приподнявшаяся публика.

История сохранила мемуары любимой трилицы Александры Федоровны – Александры Смирновой-Россет. Рассказывая чиновнику посольства в Париже Н.Д. Киселёву, ее «предмету самого глубокого чувства» о разном образе блинов, она упоминает крупичатые розовые блины. Делали их со свеклой, и Александра Осиповна писала о своем знакомом: «Лушкин съедал их 30 и после каждого блина – глоток воды, и не испытывал ни малейшей тяжести в желудке». Рецепт блинов от няни Александра Сергеевича, Аринны Родионовны, вошел в правительственный проект «Петербургская кухня», который стал культовым брендом Северной столицы.



Бабушкины блины

на опаре

На 10 персон. Калорийность (на 100 г): 227 кКал
Время: 3 часа 30 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для опары:
250 г муки, 1 стакан воды,
2 ч. л. сухих или 60 г прессо-
ванных дрожжей

Для теста:

250 г муки, 500 мл молока,
1 яйцо, 1 ст. л. сахара, 2 ст. л.
растительного или раство-
рленного сливочного масла,
1 ч. л. соли

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Развести дрожжи в 1 ста-
кане теплой воды.
2 Влить в муку, тщательно
размешать, накрыть ем-
кость с опарой полотенцем и
поставить в теплое место на
50-60 минут.

3 В подошедшую опару до-
бавить сахар, масло, яй-
цо, соль, размешать.

4 Добавить теплое молоко
и остальную муку, выме-
сить тесто, накрыть емкость
полотенцем и поставить
подниматься еще
на час в теплое
место.

5 Поднявшее-
ся тесто разме-
шать (осадить) и дать
ему подняться еще раз.
Жарить блины нужно, как
только тесто поднялось вто-
рой раз, не перемешивая его.

Блины на молоке

На 8 персон. Калорийность (на 100 г): 170 кКал
Время: 25 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:

400 г муки, 1 л молока, 4 яйца,
3 ст. л. растительного масла,
3 ст. л. сахара, щепотка соли

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Яйца взбить с солью и сахаром,
добавить молоко, перемешать.

2 Добавить небольшими ча-
стями муку, перемешивая до
гладкости.



3 Добавить масло, перемешать.
Выпекать блины на хорошо
разогретой и смазанной маслом
сковороде.



Блины на кислом молоке

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 234 кКал
Время: 15-20 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 стакан муки, 2 стакана кислого
молока, 2 ст. л. сметаны, 1 яйцо,
2 ст. л. сахара, 1 ч. л. соды, ще-
потка соли, 3 ст. л. растительно-
го масла

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Яйцо взбить с сахаром и со-
лью, добавить сметану, тща-
тельно перемешать.

2 Влить кислое молоко, доба-
вить соду, перемешать.

3 Добавить масло и просея-
нную муку, замесить одно-
родное тесто.

4 Выпекать на хорошо
разогретой сковоро-
де обычным способом.



Тонкие картофельные блины с зеленью

На 7 персон. Калорийность (на 100 г): 135 кКал
Время: 1 час

ИНГРЕДИЕНТЫ:

2 картофелины, 2 яйца, 400 мл
молока, 200 г муки, 1 ст. л. сахара,
1/2 ч. л. соли, 20 г петрушки, 80 мл
растительного масла, соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Картофель очистить, нарезать
средними кусочками и варить
до готовности. Картофельный от-
вар оставить для теста.

2 Слить 1/2 картофельного от-
вара и помять картофель тол-
кушкой до однородной консистен-
ции. Влить молоко, добавить 2 яйца
и перемешать венчиком.

3 К картофелю с молоком по-
степенно всыпать муку и по-
стоянно перемешивать венчиком.
Тесто для картофельных блинов
должно быть чуть гуще, чем у обы-
чных блинов. Добавить в картофе-
льное тесто 2 щепотки соли, 1 ст. л.
сахара, 1/2 ч. л. соды, 20 мл расти-
тельного масла и перемешать.

4 Мелко нарубить петрушку,
отправить в тесто и переме-
шать. Готовому тесту дать постоять
5 минут. Разогретую сковороду с
антипригарным покрытием сма-
зать растительным маслом (10 мл)
и перелить половник теста на ско-
вороду, равномерно распределить
по поверхности. Обжарить блин на
медленном огне, подержав 1-2 ми-
нуты с каждой стороны.

5 Таким образом пожарить бли-
ны из оставшегося теста, сма-
зывая растительным маслом (10 мл)
сковороду через каждые 1-2 блина.

6 Скрутить блинчики в трубоч-
ки и подавать со сметаной,
стуженкой или любым топplingом.



рецепты
от
Александра Бельковича

СОВЕТ ОТ ШЕФА
Тесто для бли-
нов должно
быть гуще, чем
для классиче-
ских блинчи-
ков.

Попадын блинный пирог с яблоками

На 8 персон. Калорийность (на 100 г): 110 кКал
Время: 1 час

ИНГРЕДИЕНТЫ

Для теста:
250 мл молока, 2 яйца, 150 г
пшеничной муки, 70 г сахара,
1/2 ч. л. соды, 80 мл подсолнеч-
ного масла, щепотка соли

Для начинки:

8 средних яблок, 400 г зернисто-
го творога, 3 ст. л. стуженного
молока, 70 г сахара, 120 мл
сливок (жирности 20%)

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 В молоко разбить 2 яйца, до-
бавить щепотку соли и 3 ст. л.
сахара, перемешать венчиком до
однородности.

2 Высыпать в молоко муку, соду
и перемешать венчиком.

3 Добавить в тесто 50 мл под-
солнечного масла и переме-
шать венчиком.

4 На сковороду налить под-
солнечное масло (20 мл) и
обжарить блины с двух сторон
(5 штук), после второго блина
на сковороду налить еще 10
мл масла.

5 С помощью специального
ножа удалить сердцевин-
ы (семенные коробочки)
из шести яблок и наре-
зать тонкими кружочка-
ми. У двух целых яблок
отрезать верхушки с
веточками для укра-
шения пирога. Творог
смешать со стуженкой.

6 В разогретый со-
тейник насыпать
70 г сахара. Как только
сахар закарामелизует-

ся и потемнеет,
вливать сливки и
одновременно пере-
мешать венчиком. Сливки
можно добавить чуть больше
или меньше, ориентируясь на
консистенцию соуса.

7 На листе пергаментной бу-
маги на противне собрать
пирог: положить блин более
поджаристой стороной вверх,
сверху выложить тонкий равно-
мерный слой творога со сту-
женкой, а на творог выложить
яблочные кружочки и полить
яблоками небольшим количеством
карамельного соуса.

8 Таким образом собрать
пирог, чередуя слои, на по-
следний блин выложить яблоки,
полить карамельным соусом и
положить верхушки с веточками.

9 Отправить пирог в заранее
разогретую до 180 градусов
духовку на 20 минут.

10 Готовый пирог разрезать
на порционные кусочки.

НАША СПРАВКА

Александр Белькович –
ресторатор, блогер, автор
книг по кулинарии и
ведущий шоу «Про-
СТО кухня» на СТС.
Открыл более
20 ресторанов в
качестве бренд-
шефа. Обладатель
специальной но-
минации премии
WHERE TO EAT «За
вклад в развитие
ресторанной куль-
туры».



Блинчики гречневые с изюмом

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

Время: 30 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:

150 г гречневой муки, 50 г пшеничной муки, 1 ч. л. разрыхлителя, горсть изюма без косточек, 50 мл фруктового сока, 25 г сахара, растительное масло, соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Изюм замочить в горячей воде на 20-30 минут.
- 2 Смешать и просеять обе муки, добавить разрыхлитель, сахар, щепотку соли, еще раз перемешать.
- 3 В мучную смесь влить сок, 2 ст. л. растительного масла и 2 ст. л. воды, замесить тесто с помощью миксера или венчика.
- 4 В готовое тесто добавить распаренный и отжатый изюм, еще раз перемешать. Выпекать блинчики.

Рецепт
От актрисы
Валерии
Ланской



Овсяные блинчики

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

Время: 40 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:

120 г овсяной муки (или 60 г/60 г овсяной и цельнозерновой), 200 мл молока, 1 яйцо, 1 ч. л. сахара, щепотка соли, 1/2 ч. л. разрыхлителя, масло для жарки

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйцо взбить венчиком с солью и сахаром до появления пены.
- 2 В просеянную муку добавить разрыхлитель и смешать с яйцом.
- 3 Теперь молоком довести массу до жидкого состояния. Если используете электрический миксер, ставьте его на минимальную скорость.

- 4 Нагреть сковороду, сбрызнуть маслом, перемешать тесто (делать это перед каждым блинчиком) и налить смесь в сковороду, аккуратно распределить по всей поверхности.

НАША СПРАВКА

Валерия Ланская, актриса театра и кино, известная по таким проектам, как сериал «Концы невинности», фильм «Тариф «Новогодний»», мюзиклы «Анна Каренина», «Монте-Кристо» и драгима.



Фото из личного архива Валерии Ланской

Блинны низкокалорийные с отрубями

На 4 персоны
Калорийность (на 100 г):
93 ккал. Время: 1,5 часа

ИНГРЕДИЕНТЫ:

3 ст. л. отрубей, 4 ст. л. крахмала, 2 яйца, 250 мл обезжиренного кефира, 1 ч. л. сахара, 1/4 ч. л. соды, растительное масло, щепотка соли

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

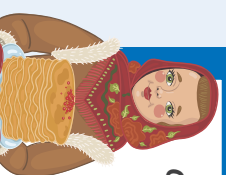
- 1 Отруби залить кефиром и оставить на полчаса.
- 2 Яйца взбить с сахаром и солью, добавить к кефиру с отрубями, всыпать крахмал, тщательно перемешать.

- 3 Добавить в тесто соду, перемешать.



- 4 Влить в тесто 180 мл крутого кипятка, перемешать, оставить еще на 15-20 минут.
- 5 Жарить блины обычным способом на смазанной маслом сковороде.

ПОСЛОВИЦЫ



Отдадим почти-
нее на сырной
в воскресеень.
Не житье-
бытье,
а Масленица.

Блинны «Пышныё» с шоколадным соусом

На 4 персоны. Калорийность
(на 100 г): 221 ккал
Время: 3 часа

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Тесто:
1 стакан муки, 0,5 стакана манки, 1-2 желтка (без белков), 1-1,5 стакана молока, сахар, соль, 1/2 пакета ванилина (по желанию), 2-3 ст. л. сливочного масла, 2-3 ст. л. растительного масла

Соус:
2 ч. л. какао, 3 ст. л. сахара, 3-5 ст. л. ложек молока, 2 ст. л. сливочного масла

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Подогреть немного молока, развести дрожжи, добавить немного сахара и поставить



Рецепт
От актрисы
Юлии
Такшиной

НАША СПРАВКА

Актриса Юлия Такшина проснулась знаменитой после выхода на экраны сериала «Не родись красивой». Ее последние работы в фильмах «Бабабол», «Анна-детектив», «Триггер» добавили артистке еще популярности. Сегодня у нее на выходе еще четыре картины.

Фото Милы Лактионовой



- 2 Смешать какао и сахар, растереть.
- 3 Добавить молоко и на небольшом огне 1-2 минуты проварить, чтобы сахар разошелся.
- 4 Масло втирать в массу постепенно, до образования глянца.

СОВЕТЫ ХОЗЯЙКЕ

- Тесто для блинов не должно быть слишком густым или слишком жидким. Идеальное блинное тесто по консистенции больше всего напоминает жидкую сметану.
- Если тесто все-таки получилось очень густым, его нужно разбавить. Лучше добавить воду (можно минеральную).

Соус из апельсина

На 4 персоны. Калорийность
(на 100 г): 285 ккал
Время: 50 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:

2 апельсина, 200 г сахара, 100 г сливочного масла

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Из апельсина выжать сок. Влить сок в ковшик, добавить сахар, поставить ковшик на огонь.
- 2 Довести сок до кипения и полного растворения сахара, варить до состояния густого сиропа, снять с огня.
- 3 Добавить масло, растворить его в сиропе.



Помакушки по-вятски

На 5 персон. Калорийность
(на 100 г): 340 ккал
Время: 20 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:

6 яиц, 220 г сливочного масла, соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйца варить 3-4 минуты (до состояния «я мешочек»). После варки поместить в холодную воду на несколько минут.
- 2 Растопить сливочное масло, не доводя до кипения.
- 3 Желтки от яиц выложить в масло, перемешать.
- 4 Белок натереть или мелко нарезать. Добавить к желтково-масляной массе, посолить, все перемешать. Подать к столу как соус, в который будут обмакивать блины.





Начинка с маком

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 124 кКал. Время: 1 час

ИНГРЕДИЕНТЫ:
200 г мака, горсть изюма, горсть очищенных грецких орехов, сахар

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Мак залить кипятком и оставить на полчаса, откинуть на мелкое сито или слить воду через марлю. Изюм залить горячей водой минут на 10. Воду слить, изюм обсушить.
- 2 Грецкие орехи порубить ножом или пропустить через блендер. Все ингредиенты перемешать. Выложить на блинчики и свернуть их трубочкой. Нарезать на части и подавать с вареньем или медом.



Начинка ореховая

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 583 кКал. Время: 25 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:
300 г грецких орехов, 150 г любых сухофруктов без косточек, 200 г сахара

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Сухофрукты залить теплой водой, оставить на 15-20 минут, после чего хорошо отжать.
- 2 Орехи подсушить на сухой сковороде, остудить. Сварить сироп из сахара и 50 мл воды, остудить.
- 3 Орехи и сухофрукты переложить в чашу блендера, добавить сироп и взбить в пюре.



рецепт

От актрисы Анны Роскошной

Ажурные блины на кефире

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 230 кКал. Время: 40 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:
2 яйца, 2 ст. л. сахара, 0,5 л кефира, 300 г муки, 300 мл воды, 1/2 ч. л. соды, щепотка соли, 2 ст. л. растительного масла и отделенное масло для сковороды

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Взбить ручным венчиком яйца с сахаром и солью.
- 2 В полученную массу влить кефир и снова перемешать.
- 3 Теперь понемногу сыпать просеянную муку, тщательно мешать до получения однородной массы.
- 4 Оставить тесто на 10 минут. Вскипятить фильтрованную воду и также аккуратно вливать в тесто кипяток, непрерывно помешивая.

5 Следом добавить соду и влить масло. Все это время не переставать мешать массу.

6 Заварное тесто готово. Сковороду смазать маслом, хорошо раскалить и вливать тесто тонким слоем. У вас должны получиться тонкие кружевные блинчики.

НАША СПРАВКА

Анна Роскошная, актриса театра и кино, известна по фильмам: «Кабинет путешественника», «Хрустальный», «Красная зона», «Глаза в глаза» и другим.



Фото из личного архива Анны Роскошной



рецепт

От актрисы Надежды Бахтиной

Блинчики с творогом

На 8 персон. Калорийность (на 100 г): 110 кКал. Время: 1 час

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для теста:
1 стакан молока, 1 ст. л. с горкой крахмала, 4 яйца, соль, сахар, масло для жарки, сливочное или топленое масло

Для начинки:

1 яйцо, 200 г творога, сахар, ванилин

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйца взбить с солью и сахаром, добавить крахмал, влить молоко, замесить тесто.
- 2 Выпекать блинчики на растительном масле.
- 3 Творог растереть с яйцом и сахаром, ванилином.
- 4 Творожную массой начинить блинчики и при-

пустить их на сливочном или топленном масле.

НАША СПРАВКА

Актриса Надежда Бахтина снялась более чем в 50 картинах. Наибольшую популярность ей принесли фильмы и сериалы «Кармелита», «Цыганки», «Дьявол из Орли», «Господа Головлевы», «Граф Крестовский», «Склифосовский», «Сельский детектив» и другие.



Фото из личного архива Надежды Бахтиной

Ажурные блины из бутылки

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 115 кКал. Время: 40 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:
400 г муки, 600 мл воды, 2 яйца, 1 ст. л. сахара с горкой, 1 ч. л. разрыхлителя, щепотка соли, 3 ст. л. растительного масла

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Смешать сухие ингредиенты и высыпать в пластиковую бутылку.
- 2 Добавить туда при помощи воронки яйца, воду и масло. Закрутить крышку бутылки и хорошо потрясти. Прodelать отверстие в крышке.



Линия STIGA

Блины на сухих дрожжах

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 197 кКал. Время: 1 час 20 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:
300 г муки, 1 л теплого молока, 1 яйцо, 50 г сахара, 1 ч. л. сухих дрожжей, 1 ст. л. растительного масла, соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Муку просеять, добавить сахар, дрожжи, щепотку соли, все перемешать. Влить в муку небольшими частями теплое молоко, постоянно перемешивая, замесить однородное тесто.
- 2 Добавить яйцо, перемешать до однородности.
- 3 Накрывать емкость с тестом полотенцем и убрать в теплое место на 40-50 минут. В поднявшееся тесто влить масло, перемешать. Жарить блины обычным способом.



Блины на твороге

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 187 кКал. Время: 20 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:

120 г мягкого творога, 1 стакан молока, 1 яйцо, 80 г муки, 2 ст. л. сахара, 1/2 ч. л. соды, 2 ст. л. растительного масла, соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Творог залить молоком, добавить яйцо и сахар, взбить венчиком или блендером.
- 2 Добавить муку, соль и соду, перемешать до однородности; следить, чтобы не образовалось комочков.
- 3 Добавить в тесто масло, перемешать. Жарить блины на хорошо разогретой сковороде.



Блины царские

На 4 персоны. Время: 1 час
Калорийность (на 100 г):
337 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

100 г муки, 200 г сливочного масла, 8 яиц, 500 мл жирных сливок, 200 г сахара, сок 1 лимона, 2 ст. л. варенья

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Отделить желтки от белков (белки не понадобятся). Масло растопить, остудить и растереть с желтками и 150 г сахара до однородности.
- 2 Просеянную муку развести до однородности в 300 мл сливок, поставить на огонь и довести до кипения, постоянно помешивая.
- 3 Получившуюся густую смесь перенести на лед и размешивать, пока полностью не остынет.
- 4 Оставшиеся сливки взбить в густую пену. В остывшую смесь вмешать желтковую массу и взбить сливки.
- 5 Печь блины на небольшой сковороде, не переворачивая, до полного пропекания.
- 6 Готовые блины перекаладывать на тарелку. Каждый сбрызнуть лимонным соком и посыпать сахаром, на верхний положить варенье.



Блины купеческие

На 8 персон
Калорийность (на 100 г):
93 ккал. Время: 40 минут



ИНГРЕДИЕНТЫ:

300 г пшеничной муки, 200 г гречневой муки, 650 мл молока, 3 яйца, 90 мл растительного масла, сливочное масло, 100 г сахара, 1/2 ч. л. соды, щепотка соли

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйца взбить с солью и сахаром, добавить теплое молоко, еще раз взбить.
- 2 Добавить в личино-молочную смесь просеянную муку

(оба вида) с содой, тщательно перемешать.

3 Влить в тесто растительное масло, перемешать и выпекать блины обычным способом.

4 Готовые блины складывать стопкой на тарелку, смазывая каждый сливочным маслом.

Купеческие блины издавна славились своей пышностью. У Антона Павловича Чехова есть такое сравнение «Блины были поджаристые, пористые, пышные, как плечо купеческой дочки...» («О бременности»)

ЭТО ИНТЕРЕСНО



рецепт
От актрисы Анны Песковой

Французские блинчики

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

Время: 1 час

ИНГРЕДИЕНТЫ:

300 г муки, 500 мл молока, 3 яйца, 1 ч. л. сахара, 2 ст. л. сливочного (несоленого) масла, щепотка соли

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Растопить сливочное масло и поставить его остужаться (можно убрать на балкон, чтобы не ставить кипятком в холодильник).
- 2 Отдельно взбить молоко и яйца.
- 3 Половину молочной смеси вылить в муку и перемешать blenderом до однородности. Остывшее масло влить в смесь: перемешать ручным венчиком, вливая оставшуюся массу. Тесто должно получиться не водянистым.

НАША СПРАВКА

Анна Пескова, актриса кино, продюсер, известная по ролям в сериалах «Тест на беременность», «Пять минут тишины», «Летчик», «Дон-басс», «Окраина».



Фото из личного архива Анны Песковой



рецепт
От актрисы Ирины Рудоминской

Пышные блины на воде

На 10 персон.
Калорийность (на 100 г):
120 ккал

Время: 1 час

ИНГРЕДИЕНТЫ:

4 стакана пшеничной муки, 2 яйца, 350 мл питьевой воды, 2 ст. л. сахара, 1/2 ч. л. соды, уксус, щепотка соли, 2 ст. л. растительного масла для теста и еще немного для сковороды

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Смешать яйца, сахар и соль, взбить миксером до появления легкой белой пены.
- 2 Добавить 1 ст. л. масла, гашеную соду, воду и потихоньку всыпать просеянную муку, взбить миксером до получения однородной массы.
- 3 В это время поставить сковороду на огонь и, хорошо ее раскалив, выливать тесто.

НАША СПРАВКА

Ирина Рудоминская, актриса театра и кино, основательница бренда одежды. Известна по фильмам «Ботан и сулержба», «Зацепка», «Рымаза», «Зайцев, жги!».



Фото из личного архива Ирины Рудоминской

СОВЕТЫ ХОЗЯЙКЕ

- Не стоит взбивать тесто для блинов слишком долго, оно станет тягучим, а блины – «резиновыми».
- Растительное масло добавляется в тесто для того, чтобы оно стало более эластичным и не прилипало к сковороде.
- Готовому тесту для блинов нужно «отдохнуть» несколько минут до выпекания. За это время набухнет клейковина, содержащаяся в муке, и блины не будут рваться.
- Можно подавать на стол к блинам: сметану, разогретое сливочное, топленое или растительное масло, селедку, балык, кильку, анчоусы, лососину, семгу, кету, икру разных сортов, различные фруктовые, овощные, сладкие соусы, варенье, стуженку.
- Муку обязательно надо просеять не столько для удаления комков и примесей, сколько для того, чтобы тесто поднялось быстрее, а блины получились пышными.

Блины из цельнозерновой муки

На 4-6 персон. Калорийность (на 100 г): 125 ккал
Время: 1 час

ИНГРЕДИЕНТЫ:

100 г цельнозерновой муки, 50 г кукурузного крахмала, 500 мл молока, 2 яйца, соль, заменитель сахара, растительное масло

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Взбить яйца с молоком, добавить соль и заменитель сахара, как следует смешать.
- 2 Муку и крахмал смешать, просеять и добавить в яично-молочную смесь. Размешать венчиком, чтобы не осталось комочков. Вмешать 2 ст. л. растительного масла.
- 3 Оставить на 15 минут. Разогреть сковороду, слегка смазать ее маслом для первого блина. Убавить огонь. Налить немного теста, распределить по сковороде, обжарить с двух сторон.
- 4 В отличие от блинов из обычной муки, перед каждой порцией тесто нужно перемешивать, чтобы поднять осевший крахмал.
- 5 Складывать блины стопкой, накрывая крышкой или миской подходящего диаметра.

В качестве дополнения к блинам из цельнозерновой муки подойдут натуральные йогурт, мед, хумус.



Говорят, что судьба благосклонна к тем, кто играет с ней дерзко.

Она может щедро одарить, но потом и отнять. Закон сохранения энергии: если где-то прибыло, значит, где-то убыло.

Я с детства мечтала быть врачом. Более нужной и гуманной профессии не представляла. Родители поддерживали мой выбор, тем более что в нашем роду уже были доктора.

Баянист молоденький

В медицинский поступила с первого раза. После отлично сданной сессии за 3-й курс с подружкой поехали на Черноморское побережье, в дом отдыха. По утрам там проводили зарядку «под баяниста». Я и предположить тогда не могла, что те летние канюклы перевернут мою жизнь, и ее сценарий стремительно начнет развиваться по популярной некогда песенке: «Баянист молоденький, звать его Володенька. Через месяц, через два будешь ты его жена».

В то утро мы с Мариной расположились, как обычно, на пляже. К нам подошел голубоглазый баянист и вместо традиционного приветствия выпалил:

– Девчонки, мое сердце покороно! Решил жениться! Как предложение? Можно завтра подать заявление.

Подруга захихикала, повертела пальцем у виска и пошла купаться. А мне захотелось поболтать с этим веселым массивиком-затейником, поупражняться, так сказать, в остроумии.

– Во-первых, мы не знакомы. Во-вторых, у Маришки есть жених. В-третьих, назови мне хоть одну причину, по которой надо быстренько

Талант быть счастливой



“Любовь – это полное слияние умов, мыслей, душ, интересов, а не одних только тел. Любовь – громадное, великое чувство, могучее, как мир, а вовсе не валяние в постели».

Александр Куприн

Мне еще два года учиться. И потом, я тебя совсем не знаю.

«Жених» уже на полном серьезе стал обрисовывать ситуацию.

– Подадим заявление в ЗАГС, по правилам надо будет ждать пару месяцев. За это время ты в меня влюбишься. И институт закончим, не переживай.

Игра в замужество

Мы с Мариной вернулись с моря домой. Володя обещал быть через неделю, приехал через три. Мобильных телефонов тогда не было, и эти дни ожидания меня потрясли. Сначала – злость на обманщика, потом нежность к едва зародившемуся и потерянному чув-

ству. Когда жених наконец приехал, я вполне осознанно была готова идти за него замуж.

Он был удивительный: легкий, веселый, озорной, душа любой компании. С первой минуты покорила его энергия сметала все преграды и не знала границ. Вскоре под марш Мендельсона мы сказали друг другу «да».

Я благополучно окончила институт, стала врачом-неонатологом. Володя поступил в институт культуры. Музыкально одаренный и деятельный, он создал там свой ансамбль, который вскоре стал очень популярным. Заработанные деньги почти все уходило в дело: музыкальные инструменты, реквизит. Мы жили скромно, но весело и, главное, душа в душу.

Крах всем надеждам

«Случайно» поженившись, о детях не задумывались и не мечтали. Оба хотели сначала состояться в профессии. С годами мыслить о малыше стали заниматься все больше и больше. Рождение новой жизни – настоящее чудо, в котором я ежедневно принимала участие на работе в клинике. Не передать словами те чувства, когда узнала, что сама вскоре стану мамой. Володя был счастлив!

Мне не повезло. Когда переходила дорогу, машина, подъезжавшая к пешеходному переходу, вместо того, чтобы притормозить, увеличила скорость. Оказалось, водитель был новичком и перепутал педали тормоза и газа. Удар пришелся в область живота...

Я восстанавливалась долго и мучительно. Физическая боль была ничем в сравнении с душевной. Мне никогда уже не суждено было стать матерью. Володя сначала очень меня поддерживал, заботился, старался предугадать и исполнить все мои желания. Потом начал тихонько отдаляться, все больше занимался творчеством.

– Может, разведемся? – как-то вечером предложила я, понимая, что на-

ша семейная жизнь потихонечку заходит в тупик.

Он ответил резко и безапелляционно:

– Забудь об этом раз и навсегда! Мы давно с тобой единое целое, и жизнь у нас одна на двоих.

Ребёнок был жив

В тот вечер я дежурила в клинике. Скорая привезла совсем юную роженицу в тяжелейшем состоянии. Бывшая детдомовская девчушка оказалась один на один со взрослой жизнью. Несмотря на все усилия врачей, спасти ее не удалось, но ребенок был жив!

Я взяла на руки крошку, и что-то там в душе у меня повернулось. За годы работы неонатологом через мои руки прошли сотни детей, но ни один из них до этого момента не вызвал во мне подобных чувств. Малыш занял все мои мысли. Володя сначала осторожно отнесся к идее усыновления ребенка. Но, видя мои метания, вдруг сказал:

– Если этот малыш занял всю твою душу, если ты мучаешься и страдаешь, давай возьмем в семью.

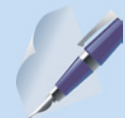
К нашему удивлению, проблем с оформлением документов не было. Родственников у малыша не оказалось, наша семья подходила по всем параметрам, и соответствующие госорганы не нашли препятствий для усыновления. Когда мы забирали Илюшку, он крепко вцепился в «папу» и не захотел его отпускать.

Где-то я услышала, что быть счастливым – это талант. Двадцать пять лет прошло, но мне ни разу не встретился мужчина умнее, добрее, ласковее моего Володи.

Впрочем, я и не искала...

ОЛЬГА

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



Судоку

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9 так, чтобы в каждом столбце, каждой строке и каждом блоке 3x3 цифры не повторялись. Для примера приводим одно задание и его решение.

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

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

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

1 ★★★★★★

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

2 ★★★★★★

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

3 ★★★★★★

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

1 ПЕРВЫЙ



16.10 «ОФИЦЕРЫ». (0+)

- 07.00 Телеканал «Доброе утро»
- 10.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 Премьера. «Герои». Специальный репортаж. (16+)
- 11.10 «ОНИ СРАЖАЛИСЬ ЗА РОДИНУ».** (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 «ОНИ СРАЖАЛИСЬ ЗА РОДИНУ».** (16+)
- 14.35 «Офицеры». Концерт в Кремле. (12+)
- 16.10 «ОФИЦЕРЫ».** (0+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Премьера. «Время выбрало нас!» Концерт ко Дню защитника Отечества. Прямой эфир
- 21.00 «Время»
- 21.35 «НАЧАЛЬНИК РАЗВЕДКИ».** (16+)
- 23.35 «Юстас - Алексу». Тот самый Алекс». (16+)
- 00.40 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



20.00 Вести

- 04.25 «КАМИННЫЙ ГОСТЬ».** (12+)
- 05.55 «ФЕРМЕРА».** (12+)
- 09.10 Большой юбилейный концерт, посвящённый 90-летию Академического ансамбля песни и пляски им. А.В. Александрова
- 11.00 Вести
- 11.40 Петросян-шоу. (16+)
- 13.40 «ДЕВЧАТА».** (0+)
- 15.25 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ».** (6+)
- 17.00 Вести
- 18.00 «Песни от всей души». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ЧЕМПИОН МИРА».** (6+)
- Некоторые победы в спорте - больше, чем спорт. Они становятся частью истории. Этот фильм - о самом драматичном и легендарном поединке в истории шахмат.
- 23.50 «ОГОНЬ».** (6+)
- 02.00 «БАЛКАНСКИЙ РУБЕЖ».** (16+)

НТВ



08.00 «Сегодня»

- 04.00 «ОТСТАВНИК».** (16+)
- 05.35 «ОТСТАВНИК-2».** (16+)
- 07.10 «ОТСТАВНИК-3».** (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.20 «ОТСТАВНИК-3».** (16+)
- 09.25 «ОТСТАВНИК: ОДИН ЗА ВСЕХ».** (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.20 «ОТСТАВНИК: ОДИН ЗА ВСЕХ».** (16+)
- 12.00 «ОТСТАВНИК: СПАСТИ ВРАГА».** (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.20 «ОТСТАВНИК: СПАСТИ ВРАГА».** (16+)
- 14.20 «ДЕД МОРОЗОВ».** (16+)
- Морозов Николай Александрович - самый пожилой герой Великой Отечественной войны. Он попал на войну в возрасте 87 лет и стал одним из лучших снайперов.
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «ДЕД МОРОЗОВ».** (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.40 «ДЕД МОРОЗОВ-2».** (16+)
- 23.35 «Три танкиста». (16+)
- 00.30 «НЕВСКИЙ: ЧУЖОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ».** (16+)

СТС



02.35 Даёшь молодёжь! (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.10 «Мультфильмы». (0+)
- 07.30 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 08.45 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА».** (12+)
- 11.05 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2».** (12+)
- 13.40 «ДЕВОЧКА МИА И БЕЛЫЙ ЛЕВ».** (6+)
- 15.40 «СУВОРОВ: ВЕЛИКОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ».** (6+)
- 17.25 «Монстры на каникулах». (6+)
- 19.15 «Монстры на каникулах-2». (6+)
- 21.00 «Монстры на каникулах-3. Море зовёт». (6+)
- 22.55 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ: ПРОДОЛЖЕНИЕ».** (16+)
- 00.50 «О ЧЁМ ЕЩЁ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ».** (16+)
- 02.35 Даёшь молодёжь! (16+)
- 04.00 «6 кадров». (16+)

ТНТ



10.30 «ПРОСТО МИХАЛЫЧ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 10.30 «ПРОСТО МИХАЛЫЧ».** (16+)
- Марафон сериала о суровом сибиряке в гламурной Москве. Семья Беляковых ужинает деликатесами, Марк всячески провоцирует родителей, снимая влог. Внезапно приезжает Михалыч. Ведет себя беспардонно. Все в шоке.
- 16.30 «ПАТРИОТ».** (16+)
- Марафон серий нового сезона о приключениях бывшего спецназовца на гражданке. Саню отстраняют от учёбы в академии ФСБ до выяснения результатов ДНК-теста (Трамп Саня или нет). Саня отправляется на отдых в Сочи с новым напарником (Окси) и Ленкой.
- 21.00 «НЕЛИЧНАЯ ЖИЗНЬ».** (16+)
- 01.30 «ЗОМБОЯЩИК».** (18+)
- 02.25 «Импровизация». (16+)
- 03.55 «Comedy Баттл». (16+)

РЕН



06.00 «С бодрим утром!» (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «СМЕРШ».** (16+)
- 21 июня 1941 года. Советский дипкурьер Георгий Волков везет в СССР из Берлина ценный груз - изумруды на сумму 37 миллионов рейхсмарков. Однако на самом деле это лишь прикрытие.
- 12.30 «Новости». (16+)
- 13.00 17.00 «СМЕРШ».** (16+)
- 16.30 «Новости».** (16+)
- 21.15 «НЕСОКРУШИМЫЙ».** (16+)
- Сюжет основан на реальных событиях. 13-го июля 1942-го. Экипаж советского танка КВ-1 под командованием Семёна Коновалова вступил в неравную схватку с противником.
- 23.00 «ЧЕРНЫЕ БУШЛАТЫ».** (16+)
- 02.50 «КРЕМЬЕНЬ: ОСВОБОЖДЕНИЕ».** (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Моя родная Армия». (12+)
- 06.35 «РЖЕВ».** (12+)
- 08.40 «ДЖУЛЬБАРС».** (16+)
- Август 1941 года. Пограничная школа служебного собаководства оказывается на линии фронта.
- 17.05 «СНАЙПЕР: ОФИЦЕР СМЕРШ».** (12+)
- 20.45 «ТАНИСТ».** (12+)
- 00.25 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ».** (12+)
- 02.20 «СНАЙПЕР: ГЕРОЙ СОПРОТИВЛЕНИЯ».** (16+)
- ЗВЕЗДА**
- 04.55 «ЭСКАДРОН ГУСАР ЛЕТУЧИХ».** (12+)
- 08.00 Новости дня. (16+)
- 08.15 13.15 «Легенды армии» с Александром Маршалом. (12+)
- 13.00 Новости дня. (16+)
- 15.45 18.15 «Непобедимая и легендарная». (16+)
- 18.00 Новости дня. (16+)
- 22.30 «ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ».** (12+)
- 00.05 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД».** (12+)
- 01.35 «Полководцы России. От Древней Руси до XX века». (12+)

ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.45 «Слепая». (16+)
- 20.30 «МАЖОР».** (16+)
- Ночью на конюшню пробираются конокрады. Путь им преграждает девочка-аутист, которая получает ножевое ранение, но чудом остается жива. Получить от нее показания крайне сложно. Валерий намерен любой ценой узнать информацию.
- 22.30 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ».** (12+)
- 01.30 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ».** (16+)
- ЧЕ!**
- 06.00 «ЗНАХАРЬ».** (16+)
- Молодой перспективный врач, счастливый муж и баловень судьбы Константин Разин в один миг лишается всего. Он обвиняется в убийстве, которого не совершал, и попадает за решетку. Даже там он остается верен своей профессии и получает кличку Знахарь.
- 22.00 «+100500». (16+)
- 23.00 «+100500». (18+)
- 01.50 Рюкзак. (16+)
- 03.20 Невероятные истории. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 06.30 «6 кадров». (16+)
- 06.40 «ДОЛГИЙ СВЕТ МАЯКА».** (16+)
- 10.35 «СЕЗОН ЛЮБВИ».** (16+)
- Надя влюблена в дельталанериста Вадима. В их отношения вмешивается бывшая девушка Вадима, Марина, она обманом вынуждает Надю отказаться от Вадима и женит его на себе.
- 14.50 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА ФРАНЦУЗА».** (16+)
- 19.00 «С ДНЁМ РОЖДЕНИЯ, ВИКА!»** (16+)
- 22.45 «ПРИВИДЕНИЕ».** (16+)
- 01.05 «ДВЕ ЖЕНЫ».** (16+)
- ОТР**
- 07.25 «ИЛЬЯ МУРОМЕЦ».** (0+)
- 10.05 ОТражение. 23 февраля
- 12.05 15.05 03.20 «ЖИЗНЬ И СУДЬБА».** (16+)
- 17.25 «ТОРПЕДОНОСЦЫ».** (12+)
- 19.10 «ОСОБО ВАЖНОЕ ЗАДАНИЕ».** (12+)
- 21.25 Гала-концерт фестиваля «Во имя жизни», посвящённого творчеству Александры Пахмутовой. (12+)
- 22.50 «БРАТ ВО ВСЁМ».** (16+)
- 00.10 «ХОЛОСТЯК».** (16+)

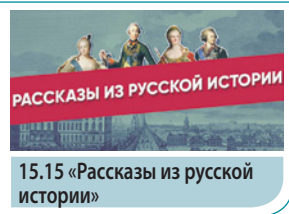
ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- | МИР | ПОБЕДА | ДОКТОР | VIASAT HISTORY |
|--|--|--|---|
| 05.00, 04.05 Наше кино. История большой любви. (12+) | 05.00 «ГЕРОЙ 115». (16+) | 06.00, 06.25, 15.45, 16.10, 03.20, 03.45 Это лечится. (12+) | 06.15, 07.00 Военные заводы. (12+) |
| 05.15 «БРАТАНЫ-4». (16+) | 06.00 «28 ПАНОИЛОВЦЕВ». (12+) | 06.55, 07.20, 16.40, 17.05 Большой скачок. (12+) | 07.55, 08.45 Затерянные города троянцев. (12+) |
| 08.30, 10.10, 16.15 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ!» (16+) | 07.50 «КАЛАШНИКОВ». (16+) | 07.50, 08.15, 17.35, 18.00 Клинический случай. (12+) | 09.35 Загадка троянского кода. (12+) |
| Фильм рассказывает о событиях 1944 года и об одной операции СМЕРШа - спецотдела советской контрразведки. | 09.30 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+) | 08.45, 18.30 На приеме у косметолога. (12+) | 10.35 Тайна фестского кода. (12+) |
| 10.00, 16.00, 18.30 Новости | 11.10 «НАРКОМОВСКИЙ ОБОЗ». (16+) | 09.10, 18.55 Медицинский квест. (16+) | 11.35, 12.35 Мифы: великие тайны человечества. (12+) |
| 18.45, 16.30 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ: КРЫМ». (16+) | 14.40 «ОПЕРАЦИЯ «МУХАБ-БАТ». (16+) | 09.55, 21.35 Метод исследования. Заболевания печени. (12+) | 13.35 Восход Османской империи: Новый султан. (16+) |
| В основу сериала положены события Великой Отечественной войны - противостояние фашистской разведки и советской контрразведки во время подготовки к ялтинской конференции встреч глав государств-союзников. | Сериял. Военная драма, Россия, Украина, 2018 г. В ролях: Илья Малаков, Сергей Стрельников 1984 год, разгорается афганская война. В СССР перестройка, «холодная война» в самом разгаре. На этом фоне развивается история двух влюбленных - Мити и Ани, которые оказались разлучены. | 10.25, 22.00 Метод исследования. Спермограмма. (12+) | 14.25 Восход Османской империи: Сквозь стены. (16+) |
| 00.40 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ: СКРЫТЫЙ ВРАГ». (16+) | 01.00 «РУБЕЖ». (16+) | 10.50, 11.20, 22.25, 22.55 Основной элемент. Мужчины vs Женщины. (12+) | 15.15 Восход Османской империи: В Золотой Рог. (16+) |
| 04.30 Мультфильмы. (6+) | 02.30 «СОЛДАТИК». (12+) | 11.45, 23.20 Клинический случай. Спасти Гоголя. (12+) | 16.05 Затерянные библейские города: Тайны Великого потопа. (16+) |
| | 04.00 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+) | 12.15, 23.50 Клинический случай. Спасти доктора Чехова. (12+) | 17.05 Затерянные библейские города: Тайны Ниневии и Вавилона. (16+) |
| | | 12.40, 00.15 Мужской тест. (16+) | 18.00 История Матери-Земли: тайны богини Геи. (12+) |
| | | 13.10, 00.45 Медицинский квест. Импотенция. (12+) | 19.00 Байи - Атлантида Древнего Рима. (12+) |
| | | 13.55, 01.30 На приеме у психолога. Алкоголизм. (12+) | 20.00 Мифы: великие тайны человечества: Бермудский треугольник. (12+) |
| | | 14.20, 01.55 На приеме у психолога. Кризис среднего возраста. (12+) | 21.00 Мифы: великие тайны человечества: Проклятые фараоны. (12+) |
| | | 14.50, 02.25 Большой скачок. Зависимости. (16+) | 22.00 Военные заводы: История пулемета. (12+) |
| | | 15.15, 02.50 Основной элемент. Гормон риска. (12+) | 22.55 Республика детей. (12+) |
| | | 19.45, 04.10 На приеме у доктора Бубновского. Мужское здоровье. (12+) | 23.55, 00.45 Восход Османской империи. (16+) |
| | | 20.10, 04.40 На приеме у доктора Бубновского. Синдром менеджера. (12+) | 01.35, 02.20 Затерянные города троянцев. (12+) |
| | | 20.40, 05.05 Основной элемент. Ген власти. (12+) | 03.05 Загадка троянского кода. (12+) |
| | | 21.05, 05.30 Основной элемент. Цветы зла. (12+) | 04.00 Тайна фестского кода. (12+) |
| | | | 04.50 Мифы: великие тайны человечества. (12+) |

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

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

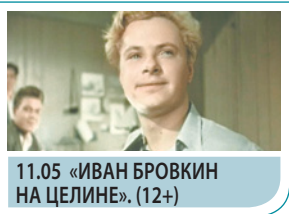
РОССИЯ К Культура



15.15 «Рассказы из русской истории»

- 07.40 «Железная стена»
08.25 «ПЁТР ПЕРВЫЙ»
 10.05 «Честь мундира»
 10.50 «Добровидение-2022»
 13.25 01.30 «Страна птиц»
 14.10 Концерт Ансамбля песни и пляски Российской Армии имени А.В. Александрова в Большом театре России. Посвящение Валерию Халилову
 15.15 «Рассказы из русской истории»
 16.05 «Отцы и дети»
16.30 «ПОДВИГ РАЗВЕДЧИКА»
 18.00 Операция «Монастырь». День защитника Отечества
 18.45 «Песня не прощается... 1971»
 19.20 «По следам сирийских мудрецов»
20.00 «ЭСКАДРОН ГУСАР ЛЕТУЧИХ»
 22.40 «Русский бал»
23.35 «НЕ ХЛЕБОМ ЕДИНЫМ»
 02.10 «Искатели»

ТВЦ



11.05 «ИВАН БРОВКИН НА ЦЕЛИНЕ». (12+)

- 06.25 «Как стать оптимистом». Юмористический концерт. (12+)
07.50 «НЕПОДСУДЕН». (6+)
09.20 «СОЛДАТ ИВАН БРОВКИН». (0+)
11.05 «ИВАН БРОВКИН НА ЦЕЛИНЕ». (12+)
 12.55 «Назад в СССР». (12+)
 13.40 «Легенды эстрады. ВИА 70-х». (12+)
 14.30 События
 14.45 «Мужской формат». Юмористический концерт. (12+)
16.25 «ДЕДУШКА». (12+)
18.30 «ЧУДНЫ ДЕЛА ТВОИ, ГОСПОДИ!» (12+)
 22.00 События
 22.15 «Приют комедиантов». (12+)
23.55 «ОГАРЕВА, 6». (12+)
01.20 «ВОСЕМЬ БУСИН НА ТОНКОЙ НИТОЧКЕ». (12+)
03.00 «КОЛОДЕЦ ЗАБЫТЫХ ЖЕЛАНИЙ». (12+)
 06.00 «Дворжечки. На роду написано...» (12+)

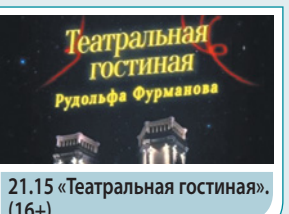
МАТЧ! МАТЧ! ТВ



20.30 Футбол. Лига Европы. Раунд плей-офф

- 07.00 09.05 20.25 Новости
 07.05 17.00 19.30 01.00 Все на Матч!
 09.10 13.25 Биатлон. Паралимпийский чемпионат России. Прямая трансляция
 10.50 Футбол. Обзор. (0+)
 11.40 Лыжные гонки. «Чемпионские высоты». Прямая трансляция
 14.55 Футбол. «Крылья Советов» - «Динамо». FONBET Кубок России. 1/4 финала. Прямая трансляция
 17.25 Футбол. ЦСКА - «Краснодар». FONBET Кубок России. 1/4 финала. Прямая трансляция
 20.30 Футбол. «Нант» - «Ювентус». Лига Европы. Прямая трансляция
 22.45 Футбол. «Манчестер Юнайтед» - «Барселона». Лига Европы. Раунд плей-офф. Прямая трансляция
 01.55 Футбол. «Монако» - «Байер». Лига Европы. Раунд плей-офф. (0+)

СПБ



21.15 «Театральная гостиная». (16+)

- 06.40 «ГОДЕН К НЕСТРОЕВОЙ».** (12+)
08.00 «ТОЧКА ОТСЧЕТА». (12+)
09.55 11.10 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». (12+)
 11.00 13.00 15.00 18.00 Новости. (16+)
11.40 13.10 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (12+)
13.25 15.10 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ». (12+)
16.25 «ГОДЕН К НЕСТРОЕВОЙ». (12+)
 18.10 «Служить России». Концерт ко Дню защитника Отечества в БКЗ «Октябрьский». (6+)
 20.40 «Время суток. Интервью». (16+)
 21.15 «Театральная гостиная». (16+)
23.05 «ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ». (16+)
02.55 «ГОСПОДА ПОЛИЦЕЙСКИЕ». (16+)

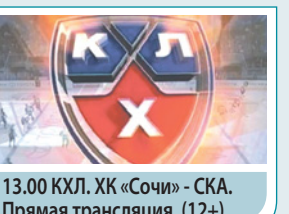
ЛЕНТВ 24 ЛЕНТВ 24



05.10 «БОМБА». (16+)

- 07.10 19.15 «Праздничный концерт, посвященный Дню Защитника Отечества». (12+)
 09.00 «С молитвой о павших». (0+)
09.25 «ОТЕЦ СОЛДАТА». (0+)
 11.00 15.00 «ЛенТВ24 Новости». (6+)
 11.15 «Тайна Ладоги. Малютки». (6+)
12.00 «ПРИКАЗАНО УНИЧТОЖИТЬ! ОПЕРАЦИЯ: «КИТАЙСКАЯ ШКАТУЛКА». (16+)
15.15 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)
 16.50 «Забывший полководец». (12+)
17.20 00.00 «ПОЗЫВНОЙ «СТАЯ». (16+)
 19.00 «ЛенТВ24 Новости». (6+)
21.05 «ТАНКИ». (12+)
22.40 «ОХОТА НА ЕДИНОРОГА». (12+)
01.30 «ПОЗЫВНОЙ «СТАЯ». (16+)
03.20 «К ЧУДУ». (12+)
05.10 «БОМБА». (16+)

78 КАНАЛ



13.00 КХЛ. ХК «Сочи» - СКА. Прямая трансляция. (12+)

- 06.00 «ПЕРЕХВАТ».** (12+)
07.30 «ОТВЕТНЫЙ ХОД». (12+)
 09.00 12.30 «Дороже золота». (12+)
 09.15 10.30 15.30 17.30 19.30 «Курская битва». (12+)
 10.00 12.00 17.00 19.00 «Проществования». (16+)
 10.10 12.10 17.10 19.10 21.00 «Известия 78». (12+)
 12.45 15.20 «Болеем за наших!» (12+)
 13.00 КХЛ. ХК «Сочи» - СКА. Прямая трансляция. (12+)
 20.15 «Легендарные российские полководцы». (12+)
21.10 «СЛУЧАЙ В КВАДРАТЕ 36-80». (12+)
22.30 «ОДИНОЧНОЕ ПЛАВАНИЕ». (12+)
 00.10 «История одного мира». (12+)
 00.40 «Морским судам быть!» (12+)
 01.10 «Опасный фарватер». (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- КАРУСЕЛЬ**
 05.00 Ранние пташки. «Три кота». (0+)
 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 Просыпайтесь с нами, и ваше утро обязательно будет добрым!
 07.30 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
 Настало время приоткрыть завесу тайны и поближе познакомиться с миром юных волшебниц и его жителями!
 10.40 «Ну, погоди!» (0+)
 13.15 «С.О.Б.Е.З.» (6+)
 Вот уже который год идет борьба между кланами двух суперзлодеев - Носорога Гегемона и Ядерной Мартышки. Ослепленные жаждой власти над миром, они превратили его в поле боя и, наверное, давно бы уничтожили... Если бы не Специальный Отряд Бесстрашных Зверей! А девиз у отряда такой: «Один - коготь, вместе - лапа!»
 15.30 «Ералаш». (6+)
 17.00 «Геройчики». (0+)
 19.10 «Смешарики. Легенда о золотом драконе». (6+)
 Отважные Смешарики отправляются в самое сердце джунглей, где их ждут опасные приключения, свирепые туземцы, до зубов вооруженные гаджетами, расхитители гробниц и невероятные испытания. Задача проста - всего-навсего спасти мир!
 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 20.45 «Простоквашино». (0+)
 22.50 «Ералаш». (6+)
 01.05 «Еда на ура. Рецепты». (0+)
 01.30 «Смешарики». (0+)
- МУЛЬТ**
 06.00, 09.00, 15.00 «Лео и Тиг». (0+)
 Мультсериал «Лео и Тиг» рассказывает о необычной дружбе двух маленьких жителей тайги Приморского края. Леопард по имени Лео и тигренок по имени Тиг каждый день отправляются в захватывающее путешествие по родному краю, чтобы изучить его загадки и помочь другим животным. Лео - зверь очень редкого вида, и из всей семьи у него осталась только мама, но ему удаётся найти верного и заботливого друга в лице Тига. Они становятся неразлучными друзьями и проводят время неразлучно. Малышам интересно всё вокруг, а обычные явления они воспринимают как что-то волшебное. Животные учат маленьких зрителей, как правильно обращаться с дикой природой, требующей особого внимания. Ведь окружающий мир - дом для всего живого.
 08.50 «Моррики Дорики». (0+)
12.00 «Геройчики». (0+)
 Мальчик Рома очень любит играть, поэтому в его комнате полным-полно разных игрушек. Все эти игрушки обожают игры, веселье, соревнования, приключения и вечеринки. Когда Ромы нет в комнате, они живут собственной увлекательной игровой жизнью. Но если что-то случается с их любимым Ромой, Геройчики тут же бросают свои затеи и делают все возможное, чтобы помочь ему справиться с неприятностями.

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000**
 05.30 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
 06.20 «Говорящий Том: Герои». Мультсериал. (6+)
 07.00 «Дикие скричеры». Мультсериал. (6+)
 08.30 «ЛЕГЕНДЫ ОСЕНИ». (16+)
 10.55 «КАСПЕР». (6+)
 12.40 «КОНСТАНТИН: ПОВЕЛИТЕЛЬ ТЬМЫ». (16+)
 14.50 «ДЕНЬГИ НА ДВОИХ». (16+)
 17.00 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)
 19.00 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)
 21.10 «ПРЕСТИЖ». (16+)
 Триллер. США, Великобритания, 2006 г.
 23.30 «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)
 01.25 «ДЮНКЕРК». (16+)
 03.15 «ЧЕТЫРЕ ПЕРА». (16+)
- РУССКОЕ КИНО**
 05.30 «Смешарики». «Три кота», «Фиксики». (6+)
 06.30 «Алеша Попович и Тугарин Змей». (12+)
 07.50 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)
 09.00 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». (6+)
 10.25 «ВОР». (16+)
 12.10 «22 МИНУТЫ». (16+)
 13.35 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (12+)
 16.05 «БРАТ». (16+)
 17.55 «БРАТ-2». (16+)
 20.10 «АНТИКИЛЛЕР». (16+)
 22.15 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (12+)
 00.00 «ГОРОСКОП НА УДАЧУ». (12+)
 01.35 «ЛЮБОВЬ В ГОРОДЕ АНГЕЛОВ». (16+)
 02.50 «ЛЮБИТ - НЕ ЛЮБИТ». (16+)
- ДОМ КИНО**
 06.35 «УСАТЫЙ НЯНЯ». (6+)
 07.50 «ЧАРОДЕИ». (12+)
 10.40 «ПРИХОДИТЕ ЗАВТРА...» (12+)
 12.35 «ВЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ УЛИЦЕ». (12+)
 14.20 «ТРИ ПЛЮС ДВА». (12+)
 16.15 «УКРОТИТЕЛЬНИЦА ТИГРОВ». (12+)
 18.10 «ПОЛОСАТЫЙ РЕЙС». (12+)
 19.50 «КОРОЛЕВА БЕНЗОКОЛОНКИ». (6+)
 21.15 «БЕЛЫЕ РОСЫ». (12+)
 23.00 «УКРОТИТЕЛЬНИЦА ТИГРОВ». (12+)
 00.50 «ДЕЛО БЫЛО В ПЕНЬКОВЕ». (12+)
 Мелодрама по повести Сергея Антонова о деревенском любовном треугольнике.
 02.25 «ТИХИЙ ДОН». (16+)
- СУББОТА!**
 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машинные сказки», «Машинные страшилки». Мультсериалы. (0+)
 18.00, 18.50, 19.40 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
 20.30, 21.30 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
 22.20, 23.10 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
 00.00, 01.10 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
 02.20 «ОТТЕПЕЛЬ». (16+)
 03.10, 03.35 «Буба-2». Мультсериал. (0+)
 03.30 «Готовим с Бубой». Мультсериал. (0+)
 04.00 «Буба-3». Мультсериал. (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ**
 00.50 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АЛАДДИНА». (6+)
 02.55 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)
 04.45 «ДЮПЛЕКС». (12+)
 06.25 «ДОМ С ПАРАНОРМАЛЬНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ». (16+)
 07.55 «ДОМ С ПАРАНОРМАЛЬНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ-2». (18+)
 09.30 «СОКРОВИЩЕ АМАЗОНКИ». (12+)
 11.25 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+)
 13.25 «ЗНАЧИТ, ВОЙНА». (16+)
 15.15 «ГИТЛЕР КАПУТ». (16+)
 17.05 «ОБЕЩАТЬ - НЕ ЗНАЧИТ ЖЕНИТЬСЯ». (16+)
 19.30 «ОТЛИЧНИЦА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
 21.05 «ВОЗВРАЩЕНИЕ ВЫСОКОГО БЛОНДИНА». (12+)
 22.40 «ЖЕНИХ». (12+)
- МОСФИЛЬМ**
 07.00 «ЯГУАР». (16+)
 08.40 «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ». (12+)
 10.25 «ОТВЕТНЫЙ ХОД». (12+)
 11.55 «СЛУЧАЙ В КВАДРАТЕ 36-80». (12+)
 13.10 «КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ЩУКИ»». (12+)
 15.00 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)
 16.35 «ЭКИПАЖ». (16+)
 19.05 «9 РОТА». (16+)
 21.30 «ОНИ СРАЖАЛИСЬ ЗА РОДИНУ». (12+)
 Июнь, 1942. Измотанные боями с превосходящими силами противника и длительными отступлениями, советские войска продолжают держать оборону.
 00.20 «АДЪЮТАНТ ЕГО ПРЕВОСХОДИТЕЛЬСТВА». (12+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО**
 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
 12.00, 20.00, 04.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
 Сериал. Мелодрама, Россия, 2014 г. В ролях: Янина Соколовская, Михаил Полосухин, Надежда Бахтина, Вахтанг Беридзе, Мила Август
 13.00, 21.00, 05.00 «ГРАЖДАНИН НАЧАЛЬНИК». (16+)
 14.00, 22.00, 06.00 «ДОМ-ФАНТОМ В ПРИДАНОЕ». (16+)
 15.00, 23.00, 07.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-2». (12+)
 Сериал. Мелодрама, Россия, 2004 г.
- СТС LOVE**
 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
 08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
 10.50 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
 16.00 «КУХНЯ». (12+)
 21.55 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
 Сериал. Молодёжная драма, Россия, 2013 г. Костров понимает, от кого был подарок. Марину ждёт неприятная встреча на кастинге. Савчук устраивает Свете допрос, откуда она взяла деньги на шубу. На Никитина поступает заявление в полицию. А Макеев всё-таки выходит из себя.
 01.45 «РАНЕТИКИ». (16+)
 04.05 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
 05.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
 05.00 День Патриарха. (0+)
 05.10 Святые воины Отечества. (0+)
 05.50 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (0+)
 07.30 Мультфильмы на СПАС. (0+)
 07.40, 08.40, 09.40 Освободители. (0+)
 10.35 «ТРЕВОЖНЫЙ МЕСЯЦ ВЕРЕСЕНЬ». (12+)
 12.30 Наши любимые песни. (6+)
 13.30 Феодор Ушаков. (6+)
 14.05 Боевые отцы. Хроника служения военного духовенства. (16+)
 14.45, 16.05, 17.30, 18.55, 20.35 «ОТЯЖЕЛЕНИЕ НАЗНАЧЕНИЯ». (6+)
- СПАС**
 22.00 Старец Илий. О своей жизни и чуде на войне. (0+)
 22.35 Старец Илий. Как спасти страну и семью. (0+)
 23.05 Старец Илий. О России и молитве. (0+)
 23.35 Старец Илий. Что нас ждет завтра. (0+)
 00.05 Старец Илий. О пандемии и вере. (0+)
 00.35 День Патриарха. (0+)
 00.50 Александр Невский. Цикл: Святые воины. (6+)
 01.20 Пилигрим. Великий русский северный путь. (6+)
 02.00 Торжественное мероприятие, посвящённое 32-й годовщине вывода Советских войск из Афганистана. (0+)
 03.40, 04.20 Полковой священник, гвардии капеллан. (0+)

Православный календарь

23 февраля
 Семница сырная (масленица), сплосная. Глас з. Сщмч. Харалампия и с ним мчч. Порфирия, Ваптоса и трех мучениц.

Иконы Божией Матери «Огневидная».

Поста нет. Из трапезы исключается мясо.

«Сколько возможно, подвизайся против чревоугодия, и Господь поможет тебе познавать и делать полезное». Прп. Авва Дорофей

РОССИЯ К **РОССИЯ К**
Культура



18.25 «Романтика романса»

- 07.05 Мультфильмы
- 07.40 «История Семеновского полка»
- 08.25 «ПЁТР ПЕРВЫЙ»**
- 10.05 «Геленджику улыбается солнце»
- 10.35 «НЕ ХЛЕБОМ ЕДИНЫМ»**
- 12.35 «Сладкая жизнь»
- 13.25 01.45 «Страна птиц»
- 14.20 «Александр Невский»
- 15.15 «Рассказы из русской истории»
- 15.50 «Первые в мире»
- 16.05 «Отцы и дети»
- 16.35 «ЧИСТОЕ НЕБО»**
- 18.25 «Романтика романса»
- 19.20 «По следам сирийских мудрецов»
- 20.00 «Свой среди чужих, чужой среди своих». По всем законам нашего тяжелого времени»
- 20.40 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ»**
- 22.15 «Если дорог тебе твой дом...». Концерт мастеров искусств
- 00.00 «СУВОРОВ»**

ТВЦ **ТВЦ**



14.30 События

- 06.45 «ДЕДУШКА».** (12+)
- 08.35 «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА ГЕНЕРАЛА».** (16+)
- 10.45 «Большое кино». (12+)
- 11.20 «ПЕТРОВКА, 38».** (12+)
- 13.00 «Назад в СССР». (12+)
- 13.45 «Легенды эстрады. Не стреляйте в пародиста!» (12+)
- 14.30 22.00 События
- 14.45 «Смешнее некуда». Юмористический концерт. (12+)
- 16.30 «ПЕТРОВИЧ».** (12+)
- 18.35 «ХРОНИКА ГНУСНЫХ ВРЕМЕН».** (12+)
- Кирилл никак не предполагал, что Настя Сотникова, которую он случайно встретил в Петербурге, окажется ему настолько дорога, что он, плюнув на поездку в Дублин, будет заниматься расследованием смерти ее бабушки.
- 22.15 «Хорошие песни». (12+)
- 23.30 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ».** (0+)
- 01.00 «КУРКУЛЬ».** (16+)
- 02.40 «ГДЕ-ТО НА КРАЮ СВЕТА».** (12+)

МАТЧ! **МАТЧ! ТВ**



07.00 Новости

- 06.00 «Вид сверху». (12+)
- 06.30 «Ты в бане!» (12+)
- 07.00 10.00 20.55 Новости
- 07.05 12.35 15.15 20.15 23.00 Все на Матч!
- 10.05 «Команда Матч». (0+)
- 10.40 Лыжные гонки. «Чемпионские высоты». Прямая трансляция
- 12.55 Хоккей. «Авангард» - «Торпедо». Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
- 15.30 Смешанные единоборства. ONE FC. Прямая трансляция
- 17.45 Хоккей. ЦСКА - «Динамо». Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
- 21.00 Профессиональный бокс. Нокауты. (16+)
- 23.45 Футбол. Еврокубки. Обзор. (0+)
- 00.55 «Всё о главном». (12+)
- 01.25 Гандбол. «Ростов-Дон» - ЦСКА. Чемпионат России. OLYMPBET Суперлига. Женщины. (0+)

СПБ **СПБ**



19.00 «В ритме Петербурга». (12+)

- 06.00 «В ТУМАНЕ».** (16+)
- 08.20 01.25 «Ролан Быков. Портрет неизвестного солдата». (12+)
- 10.30 11.10 23.40 «ПРОВЕРКА НА ДОРОГАХ».** (16+)
- 11.00 13.00 15.00 Новости. (16+)
- 12.30 13.10 15.10 «ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ».** (16+)
- 19.00 «В ритме Петербурга». (12+)
- 20.00 «22 МИНУТЫ».** (16+)
- Фильм основан на реальных событиях произошедших 5 мая 2010 года. Морские пехотинцы БПК «Маршал Шапошников» освободили российский танкер, захваченный пиратами в водах Аденского залива.
- 21.40 «ВОЕННЫЙ КОРРЕСПОНДЕНТ».** (16+)
- 03.15 «ЮРКА - СЫН КОМАНДИРА».** (16+)
- 04.40 «ДВА БОЙЦА».** (6+)

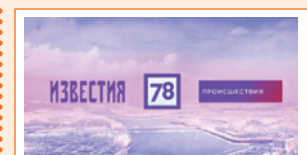
ЛЕНТВ 24 **ЛЕНТВ 24**



09.00 «Ели у Емели». (12+)

- 06.00 «ТАНКИ».** (12+)
- 07.35 05.00 «Центральный музей бронетанкового вооружения и техники». (12+)
- 08.30 «Забывший полковдец». (12+)
- 09.00 «Ели у Емели». (12+)
- 09.25 «ПОСЛЕДНИЙ ШАНС».** (12+)
- 11.15 «ОХОТА НА ЕДИНОРОГА».** (12+)
- 12.40 «ЗЕРКАЛО ДЛЯ ГЕРОЯ».** (16+)
- 15.15 «ЧЕМПИОНЫ. БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ СИЛЬНЕЕ».** (6+)
- 17.00 «Производство боевых вертолетов МИ-24». (12+)
- 17.25 «ПОЗЫВНОЙ «СТАЯ».** (16+)
- 19.15 «Юбилейный концерт Олега Газманова «7:0 в мою пользу»». (16+)
- 21.00 «ЧЕМПИОНЫ».** (6+)
- 22.40 «СПАРРИНГ».** (16+)
- 00.15 «ДОРОГИ».** (16+)

78 **78 КАНАЛ**



12.00 «Происшествия». (16+)

- 06.00 «СЛУЧАЙ В КВАДРАТЕ 36-80».** (12+)
- 07.20 «Без срока давности». (12+)
- 09.00 10.10 «Полезное утро». (12+)
- 10.00 12.10 14.10 16.00 19.10 21.00 «Известия 78». (12+)
- 12.00 14.00 19.00 «Происшествия». (16+)
- 12.30 14.30 16.15 «Сталинград. Победа, изменившая мир». (12+)
- 19.30 «Дороже золота». (12+)
- 19.45 21.10 «ДВА КАПИТАНА».** (12+)
- В детстве Саша Григорьев со своим другом Петькой нашли сумку с письмами неизвестного человека, в которых рассказывалось о пропавшей экспедиции. Дети зачитывались ими, как художественным произведением, и выучили их наизусть.
- 04.00 «Ночное вещание». (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- КАРУСЕЛЬ** **КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние пташки. «Мальшарики идут в детский сад». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+)
- 07.30 «Лунтик». (0+)
- 10.20 «Дракошия». (0+)
- 11.05 «Трое из Простоквашино». (0+)
- 11.25 «Каникулы в Простоквашино». (0+)
- 11.40 «Зима в Простоквашино». (0+)
- 12.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 15.30 «Ералаш». (6+)
- 17.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 19.10 «Смешарики. Дежавю». (6+)
- Крош решает устроить незабываемый день рождения Копатыча. Он обращается в агентство «Дежавю», которое обещает своим клиентам удивительные путешествия во времени. Но из-за несоблюдения условий договора всех Смешариков раскидывает во времени, а Крошу приходится собирать друзей по разным эпохам в компании своего второго «Я», повзрослевшего и ворчливого Шорка, появившегося из-за временного парадокса.
- 20.30 «Спокойной ночи, малышки!» (0+)
- 20.45 «Буба». (6+)
- 22.50 «Петя и Красная Шапочка». (0+)
- 23.10 «Незнайка учится». (0+)
- 23.35 «Дядя Степа - милиционер». (0+)
- 23.50 «Ивашка из Дворца пионеров». (0+)
- 00.05 «Ералаш». (6+)
- 01.05 «Еда на ура. Рецепты». (0+)
- 01.30 «Смешарики». (0+)
- МУЛЬТ** **МУЛЬТ**
- 06.00 ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ на канале МУЛЬТ. (0+)
- 08.50 «Морики Дорики». (0+)
- Команда подводных существ с пользой проводит будни. Герои мультсериала «Морики Дорики» живут под водой и посещают школу. У них такие же проблемы, как и у обычных детей: нужно успевать учиться, дружить, заниматься своими хобби и не унывать. Именно вместе персонажи способны преодолеть любую трудность и извлечь из истории позитивный урок. В каждом начинании их поддерживает учительница Лана, верящая, что у детишек всё обязательно получится.
- 09.00 ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ на канале МУЛЬТ. (0+)
- 15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
- 15.30 ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ на канале МУЛЬТ. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000** **TV1000**
- 05.30 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 05.55 «Роботы-поезда. Теневая энергия». Мультсериал. (6+)
- 06.20 «Говорящий Том: Герои». Мультсериал. (6+)
- 07.00 «Дикие скричеры». Мультсериал. (6+)
- 08.35 «ПРЕСТИЖ». (16+)
- 10.55 «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)
- 12.50 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)
- 14.50 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)
- 17.05 «ТРАССА 60». (16+)
- 19.00 «КРУПНАЯ РЫБА». (12+)
- 21.10 «ЗАГАДОЧНАЯ ИСТОРИЯ БЕНДЖАМИНА БАТОНА». (16+)
- 00.10 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- 02.05 «ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ». (16+)
- 03.45 «ПРЕДЧУВСТВИЕ». (16+)
- РУССКОЕ КИНО** **РУССКОЕ КИНО**
- 05.30 «Смешарики», «Три кота», «Фиксики». Мультсериалы. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Шамаханская царица». (12+)
- 08.25 «Три богатыря на дальних берегах». (6+)
- 09.35 «Три богатыря: Ход конём». (6+)
- 10.55 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (12+)
- 13.20 «БРАТ». (16+)
- 15.10 «БРАТ-2». (16+)
- 17.30 «22 МИНУТЫ». (16+)
- 19.00 «БОЙ С ТЕНЬЮ». (16+)
- 21.15 «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕВАНШ». (16+)
- 23.40 «БОЙ С ТЕНЬЮ 3D: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)
- 01.50 «МАТЬ МОЕГО СЫНА». (18+)
- 03.30 «СТАЛЬНАЯ БАБОЧКА». (16+)
- МОСФИЛЬМ** **ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**
- 06.30 «СВАТОВСТВО ГУСАРА». (12+)
- 07.40 «ПАРАД ПЛАНЕТ». (12+)
- 09.25 «ШТРАФАБЪ». (16+)
- 19.00 «БЕЛЫЙ ТИГРЬ». (16+)
- 21.00 «БЕЛУССКИЙ ВОКЗАЛ». (12+)
- Расставшиеся четверть века назад на белорусском вокзале после войны однополчане встречаются на похоронах боевого товарища. Мирная жизнь развела их, но никакие превратности судьбы не заставили забыть о настоящей дружбе...
- 22.50 «СЛУЖИЛИ ДВА ТОВАРИЩА». (12+)
- 00.35 «МУЖИКИ!». (12+)
- 02.10 «ГОРЯЧИЙ СНЕГ». (12+)
- 03.50 «ИВАНОВО ДЕТСТВО». (16+)
- 05.20 «ТЕГЕРАН-43». (12+)
- ДОМ КИНО** **ДОМ КИНО**
- 08.00 «ДЕЛО БЫЛО В ПЕНЬКОВЕ». (12+)
- 09.50 «ТРИ ПЛЮС ДВА». (12+)
- 11.45 «ПОЛОСАТЫЙ РЕЙС». (12+)
- 13.20 «БЕЛЫЕ РОСЫ». (12+)
- 15.00 «КОРОЛЕВА БЕНЗОКОЛОНКИ». (6+)
- 16.25 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «НОЧНОЙ ДОЗОР». (16+)
- Мировой блокбастер, экранизация одноимённого бестселлера Сергея Лукьяненко. Они - Иные. Они служат разным силам, но в сумраке нет различия между отсутствием тьмы и отсутствием света...
- 01.10 «ДЕД МОРОЗ. БИТВА МАГОВ». (6+)
- 03.00 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (16+)
- 05.05 «СТОРОЖЕВАЯ ЗАСТАВА». (12+)
- СУББОТА!** **СУББОТА!**
- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машинные сказки», «Машинки страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 18.00, 18.50, 19.40 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
- 20.40, 21.20 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
- 22.20, 23.10 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
- 3 сезон. Сериал. США, 1992 г.
- 00.00, 01.10 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
- 02.20, 03.10 «ОТТЕПЕЛЬ». (16+)
- 04.10, 04.20 «Буба-3». Мультсериал. (0+)
- 04.15 «Готовим с Бубой». Мультсериал. (0+)
- СТС LOVE** **СТС LOVE**
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+)
- 10.50 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- Скоро 14 февраля - самый любимый праздник Сени, но любимый Марины...
- 16.00 «КУХНЯ». (12+)
- 22.00 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- 01.50 «РАНЕТКИ». (16+)
- Арина и Марина помогут «Ранетки» с первыми песнями для продажи альбома за границей. Папа Леры обещает Мише защиту, если тот расскажет следователю то, что рассказал Лере.
- 04.10 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- 05.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС** **СПАС**
- 05.00, 00.05 День Патриарха. (0+)
- 05.10, 03.05 Военная операция. Вопросы и ответы. (16+)
- 05.40 Цикл: На своей земле. Ополченцы. (16+)
- 05.55, 07.10, 08.30, 09.55, 11.35 «ОТЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». 1-5 серии. (6+)
- 13.00 Князь Владимир. Цикл: Святые воины. (6+)
- 13.35 Александр Невский. Цикл: Святые воины. (6+)
- 14.05 Димитрий Донской. Цикл: Святые воины. (6+)
- 14.40 Александр Пересвет и Родион Ослябя. Цикл: Святые воины. (6+)
- 15.15 От Илии Муромца до Паисия Святогора: воины-преподобные. Цикл: Святые воины. (0+)
- 15.50, 02.35 Пилигрим. (6+)
- 16.40, 03.35 Операция «Освобождение». (16+)
- 17.45 «ТРЕВОЖНЫЙ МЕСЯЦ ВЕРЕСЕНЬ». (12+)
- 19.40, 21.05 «ОТ БУГА ДО ВИСЛЫ». 1-2 серии. (12+)
- 22.35 Новодевичий монастырь. 500 лет истории. (0+)
- 23.35 Лики Богородицы. (0+)
- 00.20 Московские святители Петр и Алексей. (0+)
- 00.50 «Бесогом». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 01.50 Простые чудеса. (12+)
- 04.30 Украина: бегство на Восток. (16+)

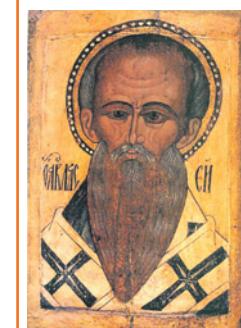
Православный календарь

24 февраля
Седмица сырная (масленица), сплошная. Глас 3. Сщмч. Власия, еп. Севастийского, и с ним двух отроков и семи жен.

Блгв. кн. Всеволода, во Святом Крещении Гавриила, Псковского. Прп. Димитрия Прилуцкого, Вологодского. Прп. Кассиана Босого, Волоколамского. Прав. Феодоры, царицы Греческой, восстановившей почитание святых икон.

Поста нет.
Из трапезы исключается мясо.

« Учись держать чрево в крепкой узде; оно одно не воздаст благодарности за оказанные ему благодеяния. »
Свт. Григорий Богослов



7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1 РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	REN
 <p>14.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (12+)</p> <p>07.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»</p> <p>08.58 «Умницы и умники». (12+)</p> <p>09.45 «Слово пастыря». (0+)</p> <p>10.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>10.15 Премьера. «ПроУют». (0+)</p> <p>11.10 Премьера. «Поехали!» (12+)</p> <p>12.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>12.15 «Видели видео?» (0+)</p> <p>14.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (12+)</p> <p>18.00 Вечерние новости (с субтитрами)</p> <p>18.20 «Сегодня вечером». (16+)</p> <p>20.00 «УЧЕНОСТИ ПЛОДЫ». (12+)</p> <p>21.00 «Время»</p> <p>21.35 «УЧЕНОСТИ ПЛОДЫ». (12+)</p> <p>23.55 Подкаст.Лаб. (16+)</p>	 <p>09.00 «Формула еды». (12+)</p> <p>05.00 Утро России. Суббота</p> <p>08.00 Вести. Местное время</p> <p>08.20 Местное время. Суббота</p> <p>08.35 «По секрету всему свету»</p> <p>09.00 «Формула еды». (12+)</p> <p>09.25 «Пятеро на одного»</p> <p>10.10 Сто к одному</p> <p>11.00 Вести</p> <p>11.40 «Доктор Мясников». (12+)</p> <p>12.45 «В ЧУЖОМ КРАЮ». (16+)</p> <p>17.00 Вести</p> <p>18.00 «Привет, Андрей!» (12+)</p> <p>20.00 Вести</p> <p>21.00 «ВОСЬМОЙ УЧАСТОК». (12+)</p> <p>Талантливая нейрохирург Инна Лосева, потеряв мужа на собственном операционном столе, вынуждена покинуть Москву и вернуться в родной городок помогать маме после инсульта.</p> <p>01.00 «АКУШЕРКА». (16+)</p> <p>04.30 «ДЕЛА СЕМЕЙНЫЕ». (12+)</p>	 <p>23.20 «Международная пилорама». (18+)</p> <p>05.10 «ЛЕЙТЕНАНТ СУВОРОВ». (12+)</p> <p>06.40 «Три танкиста». (16+)</p> <p>07.25 «Смотр». (0+)</p> <p>08.00 10.00 16.00 «Сегодня»</p> <p>08.20 «Поедем, поедим!» (0+)</p> <p>09.20 «Едим дома». (0+)</p> <p>10.20 «Главная дорога». (16+)</p> <p>11.00 «Живая еда». (12+)</p> <p>12.00 «Квартирный вопрос». (0+)</p> <p>13.00 «АФОНЯ». (0+)</p> <p>15.00 «Своя игра». (0+)</p> <p>16.20 ЧП. Расследование. (16+)</p> <p>17.00 «Следствие вели...» (16+)</p> <p>19.00 «Центральное телевидение»</p> <p>20.20 «СВОЯ ВОЙНА: ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+)</p> <p>22.15 «Ты не поверишь!» (16+)</p> <p>23.20 «Международная пилорама» с Тиграном Кеосаяном. (18+)</p> <p>00.00 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)</p> <p>01.20 «А.Л.Ж.И.Р.». (16+)</p>	 <p>13.05 «Детектив Финник». (0+)</p> <p>06.00 Ералаш. (0+)</p> <p>06.05 «Фиксики». (0+)</p> <p>06.25 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>06.45 «Три кота». (0+)</p> <p>07.30 Премьера! «Отель «У овечек». (0+)</p> <p>08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)</p> <p>08.25 Шоу «Уральских пельменей». (16+)</p> <p>09.00 ПроСТО кухня. (12+)</p> <p>09.30 Премьера! ПроСТО кухня. (12+)</p> <p>10.00 Суперниндзя. (16+)</p> <p>13.05 «Детектив Финник». (0+)</p> <p>13.40 «Кощей. Начало». (6+)</p> <p>15.35 «Кощей. Похититель невест». (6+)</p> <p>17.05 «Вперёд». (6+)</p> <p>19.05 «Лука». (6+)</p> <p>21.00 «ПАДЕНИЕ ЛУНЫ». (12+)</p> <p>23.35 «ПРИБЫТИЕ». (16+)</p> <p>01.50 Даёшь молодёжь! (16+)</p> <p>04.00 «6 кадров». (16+)</p> <p>05.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>05.50 Ералаш. (0+)</p>	 <p>12.30 «ЖУКИ». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p> <p>09.00 «Бьюти баттл». (16+)</p> <p>09.30 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p> <p>10.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>12.30 «ЖУКИ». (16+)</p> <p>Марафон эпизодов сериала о трёх айтишниках, которые вынуждены проходить альтернативную службу в глухой деревне, параллельно пытаясь продолжить разработку приложения для знакомств, на которое уже есть покупатель.</p> <p>20.30 «Жуки-3». Фильм о сериале. (16+)</p> <p>21.00 «Конфетка». (16+)</p> <p>23.00 «Женский стендап». (16+)</p> <p>00.00 «КАНИКУЛЫ». (18+)</p> <p>02.00 «Импровизация. Дайджест». (16+)</p> <p>03.30 «Comedy Баттл». (16+)</p> <p>05.00 «Открытый микрофон». (16+)</p> <p>06.30 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p>	 <p>09.00 «Минтранс». (16+)</p> <p>05.00 03.50 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрим утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Минтранс». (16+)</p> <p>10.00 Самая полезная программа. (16+)</p> <p>11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</p> <p>14.30 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>15.30 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>17.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>18.00 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ». (16+)</p> <p>20.00 «ГНЕВ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ». (16+)</p> <p>22.30 «ХАОС». (16+)</p> <p>00.30 «АДРЕНАЛИН-2: ВЫСОКОЕ НАПРЯЖЕНИЕ». (18+)</p> <p>02.10 «ОГРАБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР - СТРИТ». (16+)</p>		

5 5-Й КАНАЛ	ТВ-3	ДОМАШНИЙ	МИР	ПОБЕДА	ДОКТОР	VIASAT HISTORY
 <p>05.00 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)</p> <p>06.55 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)</p> <p>09.15 «ПРАВДА». (16+)</p> <p>У Надежды счастливый роман с Сергеем. Они знакомы всего пару месяцев, но девушка уже не может представить своей жизни без него.</p> <p>11.15 «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2». (16+)</p> <p>18.50 «СЛЕД». (16+)</p> <p>00.00 «Известия». (16+)</p> <p>01.05 «ШУГАЛЕЙ». (16+)</p> <p>02.55 «ШУГАЛЕЙ-2». (16+)</p> <p>ЗВЕЗДА</p> <p>06.10 «КОРТИК». (12+)</p> <p>08.15 «Морской бой». (6+)</p> <p>09.30 02.55 «НАД ТИССОЙ». (12+)</p> <p>11.15 «Не факт!» (12+)</p> <p>11.45 «Легенды музыки». (12+)</p> <p>13.15 «Время героев». (16+)</p> <p>13.35 «Главный день». (16+)</p> <p>14.20 «Война миров». (16+)</p> <p>15.10 18.15 «ВЛАСИК: ТЕНЬ СТАЛИНА». (16+)</p> <p>22.10 «ТИХАЯ ЗАСТАВА». (16+)</p> <p>00.00 «ПЕРЕД РАССВЕТОМ». (16+)</p>	 <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>08.30 Секреты здоровья. (16+)</p> <p>08.45 «Старец». (16+)</p> <p>11.15 «ПОСЛЕДНИЙ ДРАКОН: В ПОИСКАХ МАГИЧЕСКОЙ ЖЕМЧУЖИНЫ». (6+)</p> <p>13.15 «ЗАТЕРЯННЫЙ ГОРОД Z». (16+)</p> <p>16.00 «НОЙ». (12+)</p> <p>19.00 «ДЖЕК - ПОКОРИТЕЛЬ ВЕЛИКАНОВ». (12+)</p> <p>21.15 «ОХОТНИКИ НА ВЕДЬМ». (16+)</p> <p>23.00 «ПЭН: ПУТЕШЕСТВИЕ В НЕТЛАНДИЮ». (6+)</p> <p>01.15 «МИСТЕР ЧЕРЧ». (12+)</p> <p>ЧЕ!</p> <p>06.00 Невероятные истории. (16+)</p> <p>06.20 Улётное видео. Топ-35. (16+)</p> <p>08.00 Утилизатор. (16+)</p> <p>09.00 Утилизатор. (12+)</p> <p>10.30 Утилизатор. (16+)</p> <p>11.00 КВН ярче. (16+)</p> <p>13.00 Большой кэш. (16+)</p> <p>15.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>18.00 КВН ярче. (16+)</p> <p>20.00 «+100500». (16+)</p> <p>23.00 «+100500». (18+)</p> <p>23.30 Большой кэш. (16+)</p> <p>01.20 Рюкзак. (16+)</p> <p>03.00 Улётное видео. (16+)</p>	 <p>06.30 «СКОЛЬКО ЖИВЁТ ЛЮБОВЬ». (16+)</p> <p>10.25 «РЕДКАЯ ГРУППА КРОВИ». (16+)</p> <p>Надя Самсонова - обычная медсестра - работает в городе в областной больнице, а живёт в деревне с родителями. В свои 28 лет она давно махнула рукой на личную жизнь.</p> <p>18.45 Скажи, подруга. (16+)</p> <p>19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)</p> <p>22.20 «СЕЗОН ЛЮБВИ». (16+)</p> <p>02.05 «РЕДКАЯ ГРУППА КРОВИ». (16+)</p> <p>05.25 «6 кадров». (16+)</p> <p>ОТР</p> <p>07.35 «Сделано с умом». (12+)</p> <p>08.00 «Сказка о царе Салтане». (0+)</p> <p>09.00 ОТражение</p> <p>12.20 16.00 «Конструкторы будущего». (12+)</p> <p>12.30 «ТОРПЕДОНОСЦЫ». (12+)</p> <p>17.40 «БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН!» (12+)</p> <p>19.10 «Очень личное». (12+)</p> <p>19.50 «Ректорат». (12+)</p> <p>20.30 «СИБИРСКИЙ ЦИРЮЛЬНИК». (12+)</p> <p>23.25 «МОРФИЙ». (18+)</p> <p>01.25 «ХОЛОДНЫМ ДНЁМ В ПАРКЕ». (18+)</p>	 <p>05.00, 02.50 Мультфильмы. (6+)</p> <p>08.40 Исторический детектив с Николаем Валувевым. (12+)</p> <p>09.05 Слабое звено. (12+)</p> <p>10.00 Погода в мире</p> <p>10.10 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». (6+)</p> <p>11.35 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (6+)</p> <p>13.05 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ». (6+)</p> <p>15.40, 16.15, 18.45 «ГЕТЕРЫ МАЙОРА СОКОЛОВА». (16+)</p> <p>Сериал. Драма, Россия, 2014 г. В ролях: Андрей Панин, Сергей Гармаш</p> <p>16.00, 18.30 Новости</p> <p>23.55 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?» (12+)</p> <p>01.10 «МОЯ ЛЮБОВЬ». (6+)</p> <p>02.25 Наше кино. История большой любви. (12+)</p>	 <p>05.10 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)</p> <p>07.10 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)</p> <p>08.40 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». (16+)</p> <p>12.20 «ДИВЕРСАНТ». (16+)</p> <p>1942 год. Молодые выпускники разведшколы ехали к месту задания на полупустом грузовике, когда начался обстрел. В результате перестрелки в живых остаются только 16-летний Лёна Филатов и случайный попутчик - сержант Алексей. Сержант просит отдать ему документы одного из погибших, чтобы «его имя продолжало бить фашистов»...</p> <p>01.00 «КАЛАШНИКОВ». (16+)</p> <p>02.40 «ГЕРОЙ 115». (16+)</p> <p>03.40 «ТАНЕЦ С САБЛЯМИ». (16+)</p>	 <p>06.00, 06.25, 10.35, 11.00, 13.10, 13.35, 15.50, 16.20, 18.40, 19.05, 21.10, 21.40, 23.55, 00.25 Будь в тонусе! (12+)</p> <p>Этот фильм для всех, кто интересуется своим здоровьем и самочувствием. Используя научный подход и опыт ведущих специалистов, авторы пытаются проверить популярные мифы о здоровье и представить зрителям результаты научных исследований в увлекательной форме.</p> <p>06.55, 14.00, 22.05, 02.40 На приёме у психолога. Курение. (12+)</p> <p>07.25, 14.30, 22.30, 03.05 Это лечится. Шизофрения. (12+)</p> <p>07.50, 14.55, 23.00, 04.15 Основной элемент. Гипноз. Развенчание мифов. (12+)</p> <p>08.20, 15.25, 23.25, 04.40 Основной элемент. Механизмы боли. (12+)</p> <p>08.45, 16.50, 00.50 InVivo. Выпуск 7. (12+)</p> <p>09.15, 17.15, 01.20 Клинический случай. Спасти Тургенева. (12+)</p> <p>09.40, 17.45, 01.45 Теледоктор. Когда нужна помощь. Алкоголизм и игромания. (12+)</p> <p>11.25, 19.30, 03.30 Научные сенсации. Хомо футурус. (12+)</p> <p>12.15, 12.40, 20.15, 20.45 Истории болезней. Туберкулёз. (16+)</p> <p>05.10 На приёме у доктора Исагуляна. Всё о головной боли. (12+)</p> <p>05.35 Это лечится. Варикоз. (12+)</p>	 <p>06.15, 07.05, 07.55 Взлом кодов. (16+)</p> <p>08.55 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Стамбула. (12+)</p> <p>09.45 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Аравии. (12+)</p> <p>10.40, 11.35 Затерянный мир Ангкор-Вата. (12+)</p> <p>12.35 История Матери-Земли: тайны богини Геи. (12+)</p> <p>13.30 Байи - Атлантида Древнего Рима. (12+)</p> <p>14.35 Тайна фетского кода. (12+)</p> <p>15.30 Тутанхамон: последняя выставка. (12+)</p> <p>17.00 Американские принцессы на миллион долларов: Деньги за стиль. (12+)</p> <p>17.55 Американские принцессы на миллион долларов: Свадьба столетия. (12+)</p> <p>18.50 Американские принцессы на миллион долларов: Воротины. (12+)</p> <p>19.40 Операция «Золотая лихорадка»: Горные перевалы. (12+)</p> <p>20.45 Операция «Золотая лихорадка»: Озера и Реки. (12+)</p> <p>21.45 Операция «Золотая лихорадка»: Добыча золота. (12+)</p> <p>22.40 Военные заводы: Первые великаны. (12+)</p> <p>23.35 Военные заводы: Двигатель, который выиграл войну. (12+)</p> <p>00.25 Военные заводы: Рассвет авианосцев. (12+)</p> <p>01.15, 02.10, 03.05 Мифы: великие тайны человечества. (12+)</p> <p>04.00, 04.50 Затерянный мир Ангкор-Вата. (12+)</p>

РОССИЯ К
Культура

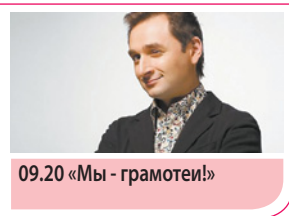
ТВЦ

МАТЧ!
МАТЧ! ТВ

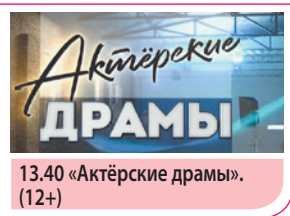
СПБ
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

ЛЕНТВ 24
ЛЕНТВ 24

78
78 КАНАЛ



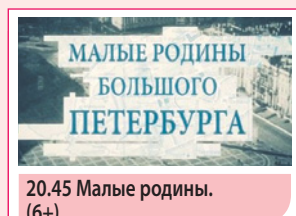
09.20 «Мы - грамотеи!»



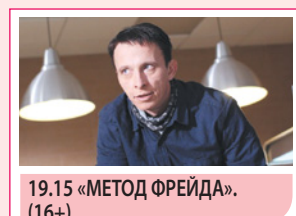
13.40 «Актёрские драмы», (12+)



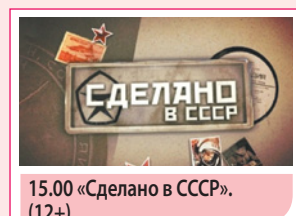
20.00 Смешанные единоборства



20.45 Малые родины. (6+)



19.15 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)



15.00 «Сделано в СССР». (12+)

- 06.30 «Рикки Тикки Тави». «Три толстяка»
07.35 «СУВОРОВ»
09.20 «Мы - грамотеи!»
10.05 «Земля людей»
10.35 «ЭСКАДРОН ГУСАР ЛЕТУЧИХ»
13.15 01.55 «Страна птиц»
13.55 Международный фестиваль «Цирк будущего»
15.15 «Рассказы из русской истории»
16.05 «Отцы и дети»
16.40 «Храм»
17.35 Московский международный Дом музыки - 20 лет. Юбилейный концерт
19.20 «По следам сирийских мудрецов»
20.00 «Янковский»
21.15 «ВЛЮБЛЕН ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ»
22.40 «Роман в камне»
23.10 «ЖЮЛЬ И ДЖИМ»
01.00 Маркус Миллер на фестивале Джаз во Вьенне

- 05.45 «ПЕТРОВИЧ».** (12+)
07.30 «Православная энциклопедия». (6+)
07.55 «СОЛДАТ ИВАН БРОВКИН». (0+)
09.35 «ЖЕНИХ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
11.05 «ОГАРЕВА, 6». (12+)
12.55 «Назад в СССР». (12+)
13.40 «Актёрские драмы». (12+)
14.30 22.00 События
14.45 «Уполномочены рассмешить!» Юмористический концерт. (12+)
16.35 «ВОСЕМЬ БУСИН НА ТОНКОЙ НИТОЧКЕ». (12+)
18.40 «СЛАДКАЯ МЕСТЬ». (12+)
22.15 22.55 «Русский шансон». (12+)
23.40 «Секс-бомбы со стажем». (16+)
00.20 «Жёны против любовниц». (16+)
01.00 «Тайные дети звезд». (16+)
01.40 «Легенды эстрады. ВИА 70-х». (12+)

- 06.00 Бокс. А. Адамс - А. Белчер. Bare Knuckle FC. Прямая трансляция
08.00 10.00 18.55 Новости
08.05 14.00 16.30 19.00 00.00 Все на Матч!
10.05 «Команда МАТЧ». (0+)
10.40 Лыжные гонки. «Чемпионские высоты». Прямая трансляция
12.00 II Зимние международные спортивные игры «Дети Азии». Церемония открытия. Прямая трансляция
14.25 Футбол. «Волга» - «Зенит». FONBET Кубок России. 1/4 финала. Прямая трансляция
16.55 Мини-футбол. «Синара» - «Норильский Никель». Кубок России. Прямая трансляция
20.00 Смешанные единоборства. И. Букуев - К. Гаджиев. АСА. Прямая трансляция
00.55 Футбол. Журнал Лиги чемпионов. (0+)
01.25 Биатлон. (0+)

- 06.00 «ЖИЗНЬ С ОТЦОМ».** (12+)
08.10 «По зову сердца». (12+)
08.40 «Слово в образе». (12+)
09.15 «Полярный экспресс». (6+)
11.10 #НовыеТерритории. (16+)
11.30 «Культурная эволюция». (16+)
12.30 «Петербург 3.2.0». (6+)
12.45 13.10 «Земля». (6+)
13.35 «Оркестр над вольной Невой». (6+)
15.10 «ТРОЕ В ЛОДКЕ, НЕ СЧИТАЯ СОБАКИ». (12+)
18.10 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?» (16+)
19.50 «В ритме Петербурга». (12+)
20.45 Малые родины. (6+)
21.05 «Время суток». (16+)
21.35 «ЭФФЕКТ ДОМИНО». (16+)
23.20 «22 МИНУТЫ». (16+)
00.55 «МОЙ ЛАСКОВЫЙ И НЕЖНЫЙ МЕНТ». (16+)

- 06.00 «ЗЕРКАЛО ДЛЯ ГЕРОЯ».** (16+)
08.15 11.15 «Репортажи из будущего». (12+)
09.00 03.40 «Ели у Емели». (12+)
09.25 «МАНЯШИНО ОЗЕРО». (12+)
11.00 15.00 19.00 «ЛЕНТВ24 Новости». (6+)
12.00 «ЛЕКАРСТВО ДЛЯ БАБУШКИ». (16+)
15.15 «ОДИН ВДОХ». (12+)
16.55 «Ударный вертолет МИ-28. Ночной охотник». (12+)
17.20 00.15 «ПОЗЫВНОЙ «СТАЯ». (16+)
19.15 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)
21.00 «ФАНТОЦЦИ БЕРЁТ РЕВАНШ». (12+)
22.30 «ЧЕМПИОНЫ. БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ СИЛЬНЕЕ». (6+)
01.50 «К ЧУДУ». (12+)
04.10 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)

- 06.00 «ОДИНОЧНОЕ ПЛАВАНИЕ».** (12+)
07.35 «Легенды СССР». (12+)
08.30 «Зверопитер». (12+)
09.00 10.10 «Полезное утро». (12+)
10.00 12.00 14.00 16.00 18.00 «Известия 78». (12+)
12.15 «Хороший день». (12+)
13.15 «Автограф». (12+)
14.30 «Сделано в СССР». (12+)
15.30 «Отдыхаем дома». (12+)
16.30 «Гид 78. Гостиницы Петербурга». (12+)
17.00 «В поисках утраченного искусства». (16+)
18.30 «За неделю до войны». (12+)
19.00 «ПЕРЕХВАТ». (12+)
20.30 «Где деньги?» (12+)
21.00 «Происшествия». (16+)
22.00 «КЛАД МОГИЛЫ ЧИНГИСХАНА». (16+)
01.30 «Легенды советского сыска». (12+)
02.05 «Ночное вещание». (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Лунтик». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Черепашки». (0+)
09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)
Сегодня на кухне - повар-конструктор Платон! Как сделать самые вкусные печёночные оладушки, чем опасен космос, и что снится собакам? Ответы - в программе «Съедобное или несъедобное!»
09.20 «Морики Дорики». (0+)
09.45 «Оранжевая корова». (0+)
11.00 «Семья на ура!» (0+)
Неунывающая активная семья Тутты Ларсен и Валеры Колоскова встретит утро субботы вместе с нашими телезрителями!
11.30 «Волшебная кухня». (0+)
12.55 «Турбозавры». (0+)
Удивительные истории, в которых динозавры превращаются в машины!
15.00 «За секунду до счастья!» (0+)
15.30 «Ералаш». (6+)
16.50 «Снежная королева». (0+)
17.55 «Царевны». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Маша и Медведь». (0+)
22.50 «Аленький цветочек». (0+)
23.35 «Гуси-лебеди». (0+)
23.55 «О том, как гном покинул дом и...» (0+)
00.05 «Ералаш». (6+)
01.05 «Еда на ура. Рецепты». (0+)
01.30 «Смешарики». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Смешарики». (0+)
07.00 «Время малышей». (0+)
08.00 «Морики Дорики». (0+)
08.15, 13.20, 20.20 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
12.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес. Тот самый день». (0+)
12.05 «Кошечки-собачки. Милые песни. Кенго-диско». (0+)
12.35 Друзья на все времена. «Винни-Пух», «Винни-Пух идёт в гости», «Винни-Пух и день забот». (0+)
14.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
18.00 «Ну, погоди! Каникулы: Кулинары, Дикий отдых». (6+)
19.00 МУЛЬТпреьера! «Сказочный патруль. Хроники чудес. Тот самый день», «Кошечки-собачки. Милые песни. Кенго-диско», «Волшебная кухня. Семла», «Черепашки. Ушастик». (0+)
19.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
20.00, 03.00 «Лунтик». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)
21.25 «Спина к спине». (0+)
22.35 МУЛЬТпреьера! «Сказочный патруль. Хроники чудес. Тот самый день», «Кошечки-собачки. Милые песни. Кенго-диско», «Волшебная кухня. Семла», «Черепашки. Ушастик». (0+)
03.20 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)
04.30 «Черепашки». (0+)
05.00 «Белка и Стелка. Озорная семейка». (0+)
05.30 «Фиксики». (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

- 05.30 «Говорящий Том и друзья», «Буба». Мультсериалы. (6+)
07.10 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
08.10 «КРУПНАЯ РЫБА». (12+)
10.20 «ТРАССА 60». (16+)
12.10 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
14.10 «ЗАГАДОЧНАЯ ИСТОРИЯ БЕНДЖАМИНА БАТОНА». (16+)
17.10 «ЛЕМОНИ СНИКЕТ: 33 НЕСЧАСТЬЯ». (12+)
19.00 «ХРАНИТЕЛЬ ВРЕМЕНИ». (12+)
21.10 «ШОКОЛАД». (12+)
23.20 «ДЖУЛИ И ДЖУЛИЯ: ГОТОВИМ СЧАСТЬЕ ПО РЕЦЕПТУ». (12+)
01.30 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)
03.20 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)

РУССКОЕ КИНО

- 05.30 «Смешарики», «Три кота», «Фиксики». Мультсериалы. (6+)
09.50 «Три богатыря и Морской царь». Мультфильм. (6+)
11.10 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
12.25 «Три богатыря. Наследница престола». Мультфильм. (6+)
13.55 «БОЙ С ТЕНЬЮ». (16+)
16.15 «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕВАНШ». (16+)
18.40 «БОЙ С ТЕНЬЮ 3D: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)
21.00 «ЧИСТОЕ ИСКУССТВО». (16+)
22.40 «НЕБЕСНЫЙ СУД». (16+)
00.20, 02.00 «НЕБЕСНЫЙ СУД. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (12+)
03.40 «Я ИДУ ИСКАТЬ». (16+)

ДОМ КИНО

- 06.50 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
08.25 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
09.45 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
11.10 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
12.45 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
14.10 «НОЧНОЙ ДОЗОР». (16+)
16.20 «СВАТЫ». (16+)
23.00 «ДНЕВНОЙ ДОЗОР». (16+)
Продолжение истории, начатой в фильме «Ночной Дозор».
01.25 «ЗАЩИТНИКИ». (12+)
02.50 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (16+)
04.10 «ОПАСНЫЕ КАНИКУЛЫ». (6+)
05.30 «СПАСИБО ДЕДУ ЗА ПОВЕДУ». (12+)

СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
16.00, 17.10 Здравствуй, сладкий! (16+)
18.20, 19.20, 20.30, 21.40 Кулинарные детективы. (16+)
22.50, 00.00 Моя жена рулит. (16+)
Первое кулинарное шоу, где жёны управляют мужьями на кухне.
01.10, 02.10 Барышня-крестьянка. (16+)
02.55, 03.30 «Буба». Мультсериал. (0+)
03.25 «Готовим с Бубой». Мультсериал. (0+)
04.20 «Буба-2». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.05 «ВОЗВРАЩЕНИЕ ВЫСОКОГО БЛОНДИНА». (12+)
02.35 «СОКРОВИЩЕ АМАЗОНКИ». (12+)
04.15 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
06.10 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ КЛЕОПАТРА». (12+)
08.15 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (16+)
10.30 «БАТЯ». (16+)
12.00 «САЛОН КРАСОТЫ». (16+)
13.55 «ЖЕНИХ». (12+)
15.40 «Я ХУДЕЮ». (16+)
Комедия, Россия, 2018 г.
17.35 «КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (12+)
19.30 «ГИТЛЕР КАПУТ». (16+)
21.20 «ДЖУНГЛИ». (6+)
22.50 «ЗНАЧИТ, ВОЙНА». (16+)

МОСФИЛЬМ

- 07.50 «ИСПЫТАТЕЛЬ». (12+)
08.15 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (12+)
10.15 «ПЕПЕЛ». (16+)
18.05 «ШПИОН». (16+)
20.00 «ЗВЕЗДА». (16+)
21.50 «...ПО ПРОЗВИЩУ «ЗВЕРЬ»». (16+)
СССР, 1990 г. В ролях: Дмитрий Певцов, Татьяна Скоороходова, Борис Щербakov, Юрий Назаров, Лев Прыгунов
23.20 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». (16+)
01.05 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУШИНОВА». (16+)
02.40 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (12+)
04.10 «ЗЕРКАЛО». (12+)
05.50 «ЖЕНИХ С ТОГО СВЕТА». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)
Сериал. Авантюрная мелодрама, Россия, 2009 г. В ролях: Татьяна Арнтгольц, Александр Дьяченко, Виктор Сергачев, Денис Яковлев, Наталья Лукеичева
12.00, 20.00, 04.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
13.00, 21.00 «ГРАЖДАНИН НАЧАЛЬНИК». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «САК-ВОЯЖ СО СВЕТЛЫМ БУДУЩИМ». (16+)
Сериал. Детектив, Россия, Украина, 2006 г.
15.00, 23.00, 07.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-2». (12+)
05.00 «НАВИГАТОР». (16+)

СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
09.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НАНЯ». (0+)
В России, наконец-то учреждена премия «Золотой Квизимодо», которой награждаются создатели лучших мюзиклов года, и Шаталин становится ее лауреатом. Но падким на сенсации журналистам недостаточно заслуженной награды. Они выдумывают сногшибательную историю о том, что Максим и Вика были любовниками, еще когда была жива жена Максима, и подкрепляют ее фабрикованными фотографиями.
23.55 Сердца за любовь. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00, 01.25 День Патриарха. (0+)
05.10 Московские святители Петр и Алексий. Цикл: День Ангела. (0+)
05.40 «БЛАГИЕ НАМЕРЕНИЯ». (0+)
07.20 Лики Богородицы. (0+)
07.55 «Свет неугасимый». Мультфильм. (0+)
08.30, 04.30 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
08.45, 04.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
09.20, 22.00, 02.10 Простые чудеса. (12+)
10.10, 04.00 В поисках Бога. (6+)
10.45, 01.40 Рассказы мне о Боге. (6+)

- 11.15, 00.55 Пилигрим. (6+)
11.50, 19.55 Святныи России. (6+)
12.55 Новодевичий монастырь. 500 лет истории. (0+)
13.55 Старец Илий. О своей жизни и чуде на войне. (0+)
14.30 Старец Илий. Как спасти страну и семью. (0+)
15.00 Старец Илий. О России и молитве. (0+)
15.35, 16.55 «ОТ БУГА ДО ВИСЛЫ». 1-2 серии. (12+)
18.20 Лето Господне. (6+)
21.00 Русский мир. (12+)
22.50, 02.55 Профессор Осипов. (0+)
23.25 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
00.15, 03.25 Война и Библия. (16+)

Православный календарь

25 февраля
Седмица сырная (масленица), сплошная. Глас 3. Всех преподобных отцов в подвиге просиявших. Иверской иконы Божией Матери.



Свт. Мелетия, архиеп. Антиохийского. Свт. Алексия, митр. Московского и всея России, чудотворца. Свт. Мелетия, архиеп. Харьковского. Прп. Марии, именованной Марини, и отца ее Евгенгия. Свт. Антония, патриарха Константинопольского. Прп. Мелетия Ипсенийского.

Поста нет. Из трапезы исключается мясо.

« Кто связан пристрастием к земным благам, тот не обладатель, а обладаемый. »

Блаж. Августин

ПЕРВЫЙ



14.55 «МУЖИКИ!» (0+)

- 06.00 Новости
06.10 23.30 Подкаст.Лаб. (16+)
06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
07.40 «Часовой». (12+)
08.10 «Здоровье». (16+)
09.20 «Мечталлион». Национальная Лотерея. (12+)
09.40 «Непутевые заметки». (12+)
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Жизнь других». (12+)
11.10 Премьера. «Повара на колесах». (12+)
12.15 «Видели видео?» (0+)
13.50 «Бомба. Наши в Лос-Аламосе». (16+)
14.55 «МУЖИКИ!» (0+)
16.50 «Закат американской империи». «Европа». Полная версия. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 «Три аккорда». Новый сезон. (16+)
21.00 «Время»
22.35 «КОНТЕЙНЕР». (16+)

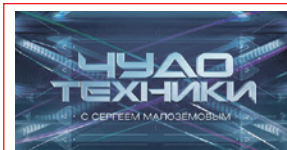
РОССИЯ 1



09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым

- 06.10 «ТЫ МОЙ СВЕТ». (12+)
В день серебряной свадьбы муж внезапно сообщает Наталье, что уходит от неё. Двадцать пять лет жизни в браке перечёркнуты.
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.40 Большие перемены
12.45 «В ЧУЖОМ КРАЮ». (16+)
17.00 Вести
18.00 «Песни от всей души». (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.30 «Виндзорское досье». (16+)
02.15 «ТЫ МОЙ СВЕТ». (12+)
03.59 Перерыв в вещании

НТВ



11.00 «Чудо техники». (12+)

- 04.55 «КАПИТАН ГОЛЛИВУД». (12+)
06.35 «Центральное телевидение». (16+)
08.00 10.00 16.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
11.55 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.05 «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным. (16+)
17.00 «Следствие вели...» (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
20.20 «Маска». Новый сезон. (12+)
23.30 «Звезды сошлись». (16+)
01.20 «А.Л.Ж.И.Р». (16+)
04.30 «Их нравы». (0+)

СТС



07.30 «Царевны». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Фиксики». (0+)
06.25 «Мультфильмы». (0+)
06.45 «Три кота». (0+)
07.30 «Царевны». (0+)
07.55 Уральские пельмени. (16+)
08.20 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.00 Премьера! Рогов в деле. (16+)
10.00 «Монстры на каникулах». (6+)
11.45 «Монстры на каникулах-2». (6+)
13.25 «Монстры на каникулах-3. Море зовёт». (6+)
15.20 «Мальчик-дельфин». (6+)
17.05 «Лука». (6+)
19.00 «Камуфляж и шпионаж». (6+)
21.00 «ИСХОД: ЦАРИ И БОГИ». (12+)
00.05 «КОСМОС МЕЖДУ НАМИ». (16+)
02.15 Даёшь молодёжь! (16+)
04.00 «6 кадров». (16+)

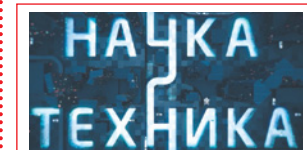
ТНТ



14.50 «ЧУДО-ЖЕНЩИНА: 1984». (12+)

- 07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
11.00 «Финник». (6+)
Мало кто знает, но в каждом доме живет... свой домовый! Это забавное мохнатое существо тайно обитает в мире людей и хранит домашний очаг.
12.50 «Том и Джерри». (6+)
14.50 «ЧУДО-ЖЕНЩИНА: 1984». (12+)
17.50 «ВСЁ ВЕЗДЕ И СРАЗУ». (16+)
20.40 «АННА». (16+)
По французским меркам, жизнь Анны удалась. Еще бы, из торговли матрешками - в топ-модели европейского уровня! И невдомек людям из Большой моды, что прогулки по подиуму - лишь прикрытые для шпионки.
23.00 «Где логика?» (16+)
00.00 «Конфетка». (16+)
01.40 «АНТУРАЖ». (18+)
03.15 «Импровизация. Дайджест». (16+)
04.40 «Comedy Баттл». (16+)
05.30 «Открытый микрофон». (16+)

REN



10.30 «Наука и техника». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)
09.00 «Самая народная программа». (16+)
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
10.30 «Наука и техника». (16+)
11.30 «Неизвестная история». (16+)
12.30 «Новости». (16+)
13.00 «СТУКАЧ». (12+)
Ради спасения сына, которому грозит срок за продажу наркотиков, отец идет на сделку с полицией.
15.00 «ХАОС». (16+)
17.10 «МЕХАНИК». (16+)
18.50 «МЕХАНИК: ВОСКРЕШЕНИЕ». (16+)
20.50 «ПАРКЕР». (16+)
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)
23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

5-Й КАНАЛ

- 05.00 «ОПЕРА: ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА». (16+)
07.20 «БЕЛЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
11.10 «ПРАКТИКАНТ». (16+)
Лучшего выпускника Академии МВД Антонова определяют оперативником в группу к матерому следователю Егорову. Отношения начальника и подчиненного сразу складываются непросто.
15.15 «БАРСЫ». (16+)
19.10 «СЛЕД». (16+)
00.45 «ШУГАЛЕЙ-3». (16+)
02.30 «РЖЕВ». (12+)
ЗВЕЗДА
05.25 «ГОЛУБАЯ СТРЕЛА». (12+)
07.05 «ТИХАЯ ЗАСТАВА». (16+)
09.00 «Новости недели». (16+)
09.25 «Служу России». (12+)
09.55 «Военная приемка». (12+)
11.30 «Код доступа». (12+)
13.55 «ВИКИНГ-2». (16+)
18.00 «Главное» с Ольгой Беловой. (16+)
23.00 «Фетисов». (12+)
23.45 «Вечная Отечественная». (12+)
02.25 «КОРТИК». (12+)

ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
12.15 «ГЛУБОКОЕ СИНЕЕ МОРЕ». (16+)
14.30 «МАЖОР». (16+)
23.00 «ГЛУБИНА». (16+)
1943 год. Вторая мировая. Атлантический океан. Американская подводная лодка под названием «Тигровая акула», затопив немецкий корабль, направляется далее по своему курсу. Внезапно капитан получает задание подобрать в океане шлюпку с потерпевшими.
01.00 «АМУЛЕТ». (18+)
06.00 Улётное видео. (16+)
06.20 Улётное видео. Топ-35. (16+)
08.00 Утилизатор. (12+)
09.00 10.30 Утилизатор. (16+)
09.30 Утилизатор. (12+)
11.00 КВН ярче. (16+)
13.00 Большой кэш. (16+)
15.00 «+100500». (16+)
18.00 КВН ярче. (16+)
20.00 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
01.20 Рюкзак. (16+)
03.00 Улётное видео. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 06.30 «ПРИВИДЕНИЕ». (16+)
08.25 «МУЖЧИНА В МОЕЙ ГОЛОВЕ». (16+)
10.45 «С ДНЁМ РОЖДЕНИЯ, ВИКА!» (16+)
14.45 «ЖЕНУ ВЫЗЫВАЛИ?» (16+)
18.45 Твой домашний доктор. (16+)
19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
22.15 «БЕГИ, НЕ ОГЛЯДЫВАЙСЯ!» (16+)
01.55 «РЕДКАЯ ГРУППА КРОВИ». (16+)
05.15 «Настоящая Ванга». (16+)
06.05 «6 кадров». (16+)
07.35 «Сделано с умом». (12+)
08.05 «Мультфильмы». (12+)
09.00 Отражение
12.20 «Отчий дом». (12+)
12.30 «ИГРА БЕЗ ПРАВИЛ». (12+)
17.40 «ТАЙНА ЗАПИСНОЙ КНИЖКИ». (12+)
19.10 «Клуб главных редакторов с Павлом Гусевым». (12+)
19.50 «Вспомнить всё». (12+)
20.20 «МИЛЛИОНЕР ИЗ ТРУЩОБ». (16+)
22.15 «КОНФОРМИСТ». (16+)
01.35 «СИБИРСКИЙ ЦИРЮЛЬНИК». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- МИР
05.00 Мультфильмы. (6+)
06.30 «ХОД КОНЕМ». (0+)
07.55 «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (12+)
09.30 ФазендаЛайф. (6+)
10.00, 16.00 Новости
10.10, 16.15 «СЫН ОЦА НАРОДОВ». (12+)
22.20 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ!» (16+)
Фильм рассказывает о событиях 1944 года и об одной операции СМЕРШа - спецотдела советской контрразведки. Командование подозревает, что на освобожденной территории работает враг, который должен доставить компрометирующие советское правительство документы (речь идет о тайных переговорах немцами), оставшиеся где-то в подполье бывшей ставки Гитлера.
ПЯТНИЦА
05.00, 04.50 «Тайны Медовой долины». Мультсериал. (12+)
05.20, 06.10 «Ну, погоди! Каникулы». Мультсериал. (0+)
05.50, 03.00, 04.40 Пятница News. (16+)
06.25 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
08.50 «Аисты». Мультфильм. (6+)
10.20, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.40, 16.40, 17.40, 18.50, 20.00, 21.00, 22.00 На ножах. (16+)
23.00 «ОТЧАЯННЫЙ». (18+)
01.00 «ВИДОК: ОХОТНИК НА ПРИЗРАКОВ». (18+)
03.30, 04.10 «СОТНЯ». (16+)
- ПОБЕДА
05.10 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+)
07.00 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
09.20 «ТУМАН». (16+)
12.20 «ТУМАН-2». (16+)
15.00 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
Опальный маршал Жуков отправлен в Одессу, где нет жилья от воров, убийц и вымогателей, а дерзкая безжалостная банда повадилась грабить военные склады. И всем заправляет неуловимый немецкий шпион по кличке Академик, которого никто не знает в лицо. И только начальник отдела по борьбе с бандитизмом, Давид Маркович Гоцман может навести порядок...
01.00 «РЖЕВ». (16+)
02.50 «ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ». (16+)
- ДОКТОР
06.00, 06.25, 10.20, 10.50, 13.05, 13.35, 16.40, 17.00, 19.20, 19.45, 22.05, 22.30, 00.40, 01.05, 03.20, 03.45 Будь в тонусе! (12+)
06.50, 12.10, 20.10, 04.10 InVivo. Выпуск 7. (12+)
07.15, 12.35, 20.40, 04.40 Клинический случай. Спасти Тургенева. (12+)
07.45, 08.10, 15.45, 16.10, 23.45, 00.15 Истории болезней. Туберкулез. (16+)
08.40, 14.55, 23.00 Научные сенсации. Хомо футурус. (12+)
09.25, 17.30, 01.30 На приеме у психолога. Курение. (12+)
09.50, 17.55, 02.00 Это лечится. Шизофрения. (12+)
11.15, 18.25, 02.25 Основной элемент. Гипноз. Развенчание мифов. (12+)
Считается, что он оказывает необыкновенное воздействие на людей. И за это его часто сравнивают с чем-то мистическим. Даже у ученых пока вопросов больше, чем ответов. Но все же наука уже способна рассеять главные иллюзии о гипнозе - настоящей загадке человеческого мозга.
11.40, 18.50, 02.50 Основной элемент. Механизмы боли. (12+)
14.00, 21.05 Теледоктор. Когда нужна помощь. Алкоголизм и игромания. (12+)
05.05 Метод исследования. Заболевания волос. (12+)
05.30 Метод исследования. Заболевания сосудов. (12+)
- VIASAT HISTORY
06.00 Мифы: великие тайны человечества: В поисках гробницы Аттилы. (12+)
06.55 Мифы: великие тайны человечества: Сокровища Нибелунгов. (12+)
07.50 Мифы: великие тайны человечества: Святой Грааль. (12+)
08.50, 09.45 Затерянные города троянцев. (12+)
10.35 Затерянные библейские города: Тайна Велкого потопы. (16+)
11.30 Затерянные библейские города: Тайны Ниневии и Вавилона. (16+)
12.30 Загадка троянского коня. (12+)
13.30, 14.20, 15.15, 16.05 5000 лет истории Нила. (12+)
17.00, 18.00 Осада Мальты: воины Господа. (16+)
19.00 Запретная история: Черепа мальтийских пришельцев. (16+)
19.50 Рыцари: Железные герои. (16+)
20.50 Рыцари: Во имя чести и славы. (16+)
21.50 Рыцари: Последние в своем роде. (16+)
22.45 Военные заводы: Фабрика, которая дала отпор. (12+)
23.40 Военные заводы: Машины нацистской мощи. (12+)
00.30 Военные заводы: Грузовики блицкрига. (12+)
01.20, 02.15, 03.10 Мифы: великие тайны человечества. (12+)
04.05, 04.45 Затерянные города троянцев. (12+)
05.30 Невероятные изобретения. (12+)

Мы каждый день едим хлеб, но никому не приходит в голову мыслить о том, что это не просто самый распространённый продукт, а одно из величайших чудес на свете. И даётся он человеку ценой больших усилий. Ведь с хлебом связаны не только судьбы отдельных людей, но и судьба всего человечества.

«На поле – копнами, на столе – пирогами!»

1 Всем известно, что зерновые культуры человечество употребляет в пищу очень давно. Недавние исследования зубного камня неандертальца из пещеры Шанидар (жившего примерно 60 тысяч лет назад) выявили, что он употреблял в пищу ячмень. Это определили по сохранившимся гранулам крахмала на зубах. Также известно, что пережевывание этих гранул не ведет к изменению их структуры, а вот способ приготовления влияет значительно. В каком же виде ел неандерталец этот ячмень?

- а) Вареным.
- б) Жареным.
- в) Сырым.

2 Согласно зерновой теории развития, первые зерновые культуры дали начало человеческой цивилизации. Выращивание злаков стало основой взрывного роста популяции людей в ходе Неолитической революции. Но не все ныне популярные культуры человек стал выращивать одновременно. Это был длительный и постепенный процесс. А в каком порядке появлялись в Европе все знакомые зерновые?

- а) 1 – пшеница, 2 – рис, 3 – ячмень.
- б) 1 – ячмень, 2 – пшеница, 3 – рис.
- в) 1 – рис, 2 – ячмень, 3 – пшеница.

3 Многие зерновые культуры пришли на наш стол издалека. Родиной этой культуры считаются Гималайские горы. Именно там произрастает наибольшее количество диких и культурных видов этого растения. В X веке аристократы называли эту культуру (в варёном состоянии) «чёрной кашей» и считали пищей бедняков. Однако со временем этот продукт становится всё более популярным. Знаменитый полководец А.В. Суворов ценил вкусовые и питательные качества этого растения, а блюда из него называл «богатерской пищей». Что это за культура?

- а) Овес.
- б) Гречка.
- в) Горох.



4 В Древнем Египте богом плодородия считался Осирис. Его часто изображают как фараона с зелёной кожей. Но была у древних египтян ещё одна богиня, связанная с плодородием, разливом Нила и прорастанием зерна. Её изображали в виде лягушки, сидящей на лотосе. Как её звали?

- а) Исида. б) Маат. в) Хекет.

5 Этот злак на протяжении веков был одним из основных продуктов питания для миллионов сельских жителей в полузасушливых тропиках Азии и Африки. В основном из него готовят каши и пресный хлеб (бхакри), лепешки (инджера). В России это растение тоже выращивают. Назовите его.

- а) Сорго. б) Просо. в) Ковыль.

6 Изготовлению хлеба и его употреблению практически всегда придавался сакральный смысл. С хлебом всегда было связано множество примет и верований. Одно из них гласит, что нужно всегда доедать хлеб, а иначе...

- а) Не будет урожая.
- б) С крошкой оставишь свою силу.
- в) Обидишь домового.

7 Про злаки народ придумал много пословиц: «В закромме зерно – на душе тепло», «На поле – копнами, на столе – пирогами!», «Посей добрым зерном – соберёшь хлеб бугром», «Что посеешь, то и пожнёшь». Продолжите эту пословицу: «Курица по зернышку клюёт...»

- а) ...да сыта живёт.
- б) ...птицам спать не даёт.
- в) ...да яички несёт.

ОТВЕТЫ

1-а. Вареным. 2-б. Ячмень, пшеница, рис. 1 – ячмень (17 000 лет назад), 2 – пшеница (10 000 лет назад), 3 – рис (7 000 лет назад). 3-б. Гречка. 4-в. Хекет. 5-а. Сорго. 6-б. С крошкой оставишь свою силу. 7-а. «Курица по зернышку клюёт, да сыта живёт».

ВЕРА
СВЕТЛОЕ РАДИО

Вышний Волочек
104,5 FM

Губкин
104,0 FM

Задонск
103,9 FM

Липецк
97,9 FM

Москва и область
100,9 FM

Мосолово
101,0 FM

Орёл
95,6 FM

Осташков
99,4 FM

Ржев
102,4 FM

Рязань
102,5 FM

Смоленск
88,4 FM

Старый Оскол
104,0 FM

Тверь
89,4 FM

ДОСТУПНО
ОНЛАЙН

RADIOVERA.RU

СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...ибо где сокровище ваше, там будет и сердце ваше»



Ибо если вы будете прощать людям согрешения их, то простит и вам Отец ваш Небесный, а если не будете прощать людям согрешения их, то и Отец ваш не простит вам согрешений ваших. Также, когда поститесь, не будьте унылы,

как лицемеры, ибо они принимают на себя мрачные лица, чтобы показаться людям постящимися. Истинно говорю вам, что они уже получают награду свою. А ты, когда постишься, помажь голову твою и умой лице твое, чтобы явиться постящимся не пред людьми, но пред Отцом твоим, Который втайне; и Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе явно. Не собирайте себе сокровищ на земле, где моль и ржа истребляют и где воры подкапывают и крадут, но собирайте себе сокровища на небе, где ни моль, ни ржа не истребляют и где воры не подкапывают и не крадут, ибо где сокровище ваше, там будет и сердце ваше.

ДОРОГА К ХРАМУ

ЧТО СНАЧАЛА – ПЕРЕКРЕСТИТЬСЯ, ЗАТЕМ МОЛИТВА, ИЛИ НАОБОРОТ?

? Разговорились на работе, что надо делать сначала: прочесть молитву, а затем перекреститься, или сначала надо перекреститься и читать молитву? Анна

П о уставу Церкви крестное знамение полагается совершать в начале и в конце молитвы.

Этот отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах 26 февраля, в воскресенье.

Церковь вплотную приблизилась к началу Великого поста, и нет ничего удивительного в том, что евангельское чтение тоже посвящено этому вопросу – вопросу поста. Этот отрывок Евангелия от Матфея представляет собой последнее наставление, которое Церковь адресует своим чадам перед вхождением в Великий пост, предполагается, что все мы в своем отношении к постному деланию будем ориентироваться не на что-то иное, а на эти слова Христа Спасителя.

Отрывок состоит из трех фрагментов, которые посвящены трем различным темам: в первом речь идет о прощении, во втором – о посте и в третьем – о том, где должно находиться и в чем состоять истинное сокровище человека. Если вдуматься, то легко заметить, что все три темы представляют собой не только содержание этого Евангельского отрывка, они определяют и смысл всего Великого поста, из рассмотрения слов Спасителя можно сделать вывод о том, какова цель всех

аскетических подвигов предстоящих семи недель и каким должен быть в своей сути этот подвиг.

Начинается все с прощения. Прощение – это очень простое слово, но очень непростое действие. Когда мы говорим о прощении вообще, то никаких вопросов не возникает, но если мы начинаем рассматривать конкретные ситуации, то все становится значительно сложнее. Но как же быть? Именно поэтому здесь же Господь говорит о посте и о сокровище.

Пост предполагает не только воздержание от определенного рода пищи, он подразумевает под собой еще и усиленную молитву, а также отсечение всего лишнего. Это время, которое предназначено для того, чтобы понять: а что для меня действительно важно? Что является настоящим и временным, а что настоящим? Где среди всей круговерти нашей жизни, собственно, я? К чему я стремлюсь на самом деле? Но если получится пойти по пути истинного поста, то через какое-то время станут очевидны



Комментирует епископ Переславский и Угличский Феоктист

ми не только ответы на приведенные чуть ранее вопросы, но и то, что является моим настоящим, а не декларируемым сокровищем, а ведь именно с этим связана и способность прощать, которая, по словам Христа, определяет вечную участь человека. Если мое сокровище – земное и тленное, то, конечно, я не могу простить того, кто у меня его отнял. Но если сокровище – это Бог, то тогда совсем иной вес будет у всего видимого. Нет, оно не станет неважным, но оно померкнет рядом с Нетленным Вечным и бесконечно Прекрасным Творцом.

Фото предоставлено радио «Вера»

Кто главная героиня Масленицы? Блинная? Вовсе нет. Главная героиня Масленицы – хозяйка, которая без усталости печёт стопки самых разных блинов, чтобы порадовать домочадцев.



Идеальная блинница

выбираем по параметрам

Именно поэтому ей нужна правильная сковорода, которая превратит процесс в приятное времяпрепровождение. И тогда результат порадует абсолютно всех!

Ребёнок разгадывает кроссворд: «Без неё не приготовить блины», четыре буквы, первая «М». И без сомнений пишет: «МАМА».



Удобный алюминий

Блинницы из алюминия – легкие, менее дорогие и не требуют специальной подготовки. Чаще всего на них нанесено антипригарное покрытие, за которым нужно ухаживать в соответствии с рекомендациями производителя. Специалисты рекомендуют литую алюминиевую сковороду, а не штампованную.

Полезные советы:

- Антипригарное покрытие на алюминиевых сковородах для блинов лучше всего выбирать из минеральной крошки или с титановым напылением. Керамическое может потрескаться из-за постоянного перепада температур, когда вы будете наливать порцию холодного теста на раскаленное дно. А тефлоновое – слишком нежное, к нему нельзя прикасаться металлическими лопатками, но именно они самые удобные для переворачивания блинов.
- Алюминиевые сковороды для блинов лучше выбирать из ассортимента проверенного производителя.

Светлана СИДОРЧУК

Чугун на все времена

Блинницы из этого материала долго держат тепло, обладают антипригарными свойствами, не боятся металлических лопаточек для переворачивания и способны служить десятилетиями. Их главный минус – довольно ощутимый вес.

Полезные советы:

- Есть смысл завести чугунную сковороду, на которой вы будете готовить только блины. В этом случае каждый раз после приготовления ее не надо будет мыть. Достаточно протереть бумажным полотенцем от остатков масла. Это поможет сохранить антипригарные свойства и защитит от ржавчины.
- Новую чугунную сковороду необходимо прокалить с маслом (см. Детали).
- Если сковорода уже имеет антипригарное покрытие, прокалывать с маслом ее не нужно, она готова к использованию. Но стоит быть осторожнее с металлическими лопатками.

Детали

Как прокалить новую чугунную сковороду

1. На время процедуры уберите с кухни детей!
2. Помыть моющим средством, вытереть насухо.
3. Налить на 2/3 рафинированное растительное масло и поставить на огонь, довести до минимального кипения.
4. Убавить огонь и оставить на плите на 20 минут.
5. Выключить и оставить масло до остывания в сковороде, после вылить.
6. Сковороду протереть насухо бумажным полотенцем.

Внешний вид

С внешним видом блинниц всё ясно. Запоминайте:

- **Диаметр** – 23-25 см. Можно использовать и посуду побольше (28-30 см в диаметре), и поменьше (около 20 см). Большая не на каждой конфорке разогреется равномерно, а с маленькой процесс приготовления может затянуться.
- **Надёжная ручка**. Она не должна быть короткой. Часть, за которую держится хозяйка, выполняется из дерева или другого ненагревающегося материала. Если она будет металлической, то обязательно раскалится. Придется использовать прихватки, а это риск обжечься.
- **Толстое дно**. Именно оно гарантирует равномерный прогрев. Другими словами, блин будет пропекаться одновременно и в середине, и по бокам. Вдобавок толстое дно значительно снижает риск прилипания блинов. И даже первый из них не будет комом.
- **Бортик** не больше 1,5 см. Это позволяет эффектно подкидывать блины и легко их переворачивать.

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 20 ПО 26 ФЕВРАЛЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

20 ФЕВРАЛЯ
В 1986 году на космическую орбиту выведена научная станция «Мир».

21 ФЕВРАЛЯ
В 1784 году порт и крепость в Крыму получили название Севастополь. В 1848 году Карл Маркс и Фридрих Энгельс опубликовали «Манифест коммунистической партии». В 1920 году была образована Государственная комиссия по электрификации России (ГОЭЛРО). В 1935 году состоялось открытие Московского кинофестиваля.

22 ФЕВРАЛЯ
В 1714 году в Санкт-Петербурге основан Аптекарский огород, ныне Ботанический сад. В 1946 году был открыт первый антибиотик для лечения туберкулеза и чумы – стрептомицин.

23 ФЕВРАЛЯ
В 1826 году Н.И. Лобачевский представил доклад об открытии неевклидовой геометрии. В 1958 году в Москве на Поклонной горе заложен памятник Победы.

24 ФЕВРАЛЯ
В 1938 году выпущена первая в мире зубная щетка с искусственным волокном.

25 ФЕВРАЛЯ
В 1721 году Петр I учредил Синод – верховный орган управления Церковью. В 1837 году Томас Дэвенпорт получил патент на электродвигатель постоянного тока.

26 ФЕВРАЛЯ
В 1712 году был основан Тульский оружейный завод. В 1935 году Роберт Уотсон-Уатт провел первые испытания радара.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

- 20 ФЕВРАЛЯ.** Александр.
21 ФЕВРАЛЯ. Захарий, Феофор.
22 ФЕВРАЛЯ. Василий, Геннадий, Иоанн, Никифор.
23 ФЕВРАЛЯ. Анна, Галина, Константин, Пётр.
24 ФЕВРАЛЯ. Всеволод, Димитрий.
25 ФЕВРАЛЯ. Алексей, Антоний, Евгений, Мария.
26 ФЕВРАЛЯ. Вера, Владимир, Ирина, Михаил, Николай, Павел.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

- 20 ФЕВРАЛЯ** ■ Начало Масленичной недели.
21 ФЕВРАЛЯ ■ Международный день родного языка ■ Всемирный день экскурсовода ■ День фельдшера в России.
22 ФЕВРАЛЯ ■ Всемирный день борьбы с энцефалитом.
23 ФЕВРАЛЯ ■ День защитника Отечества в России ■ Всемирный день взаимопонимания и мира ■ День цифрового обучения.
24 ФЕВРАЛЯ ■ Всемирный день бармена.
25 ФЕВРАЛЯ ■ Всемирный день шагаглотателей.
26 ФЕВРАЛЯ ■ Последний день Масленицы (Прощёное воскресенье).

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

На Прохора и зима заохает

20 февраля по народному календарю считалось днем Луки. В этот день наши предки смотрели на облака: высокие облака предвещали хорошую погоду, низкие – ненастье, синие – потепление. Чем холоднее в день Захара Серповидца, **21 февраля**, тем теплее будет в марте.

22 февраля считалось днем Панкратия. Рябчик на еловой ветке в этот день обещал похолодание, визжащая свинья – непогоду, запотевшие стекла – потепление.

Про **23 февраля**, день Прохора Весновья, говорили: «На Прохора и зима заохает» – поскольку морозы начинали от-

ступать. Туман или снегопад в этот день сулили дождливое лето. Если на Власьев день, **24 февраля**, было много снега, то ждали раннюю весну и много зелени в мае. Туман или снегопад **25 февраля**, в день Алексея Рыбного, сулили дождливое лето. **26 февраля**, в Мартинианов день, было принято наблюдать за температурой на улице: если снег начал подтаивать – весна будет теплая, а если снег не тает – холодная.

Два приятеля:
– Отдам даром взрослое алоэ без горшка.
– Что ж ты взрослое алоэ к горшку не приучил?



СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

20 февраля	Восход: 8 ч. 23 м. Заход: 18 ч. 01 м. Долгота дня: 9 ч. 38 мин.	Новолуние, Луна в знаке Рыб
21 февраля	Восход: 8 ч. 20 м. Заход: 18 ч. 04 м. Долгота дня: 9 ч. 44 мин.	Растущая Луна в знаке Рыб
22 февраля	Восход: 8 ч. 17 м. Заход: 18 ч. 06 м. Долгота дня: 9 ч. 49 мин.	Растущая Луна в знаке Овна
23 февраля	Восход: 8 ч. 14 м. Заход: 18 ч. 09 м. Долгота дня: 9 ч. 55 мин.	Растущая Луна в знаке Овна
24 февраля	Восход: 8 ч. 11 м. Заход: 18 ч. 12 м. Долгота дня: 10 ч. 01 мин.	Растущая Луна в знаке Тельца
25 февраля	Восход: 8 ч. 09 м. Заход: 18 ч. 14 м. Долгота дня: 10 ч. 05 мин.	Растущая Луна в знаке Тельца
26 февраля	Восход: 8 ч. 06 м. Заход: 18 ч. 17 м. Долгота дня: 10 ч. 11 мин.	Растущая Луна в знаке Близнецов

ТЕЛЕК ПИТЕР

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



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

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С.
Тел. 8-495-580-95-77
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.
Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.
Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.
Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А.
Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220, e-mail: distrib@kardos.ru
Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А.
Тел. (495) 937-95-77, доб. 237, e-mail: distrib@kardos.ru

Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.
Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами ЖУЙКО О.В.
Телефон: +7 (495) 937-95-77, доб. 273
Ведущий дизайнер: Немыкин Н.Н.
Телефон департамента рекламы: +7 (495) 792-47-73, e-mail: reklama@kardos.ru

№ 7 (255).
Дата подписания в печать: 23.02.2023 г.
Дата производства: 14.02.2023 г.
Дата выхода в свет: 14.02.2023 г. Тираж 67 300 экз.
Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 195027, Россия, Санкт-Петербург, ул. Якорная, д. 10, корп. 2, литера А, пом. 44
Заказ ДБ-53/7. Выходит во всех областях СЗФО.
Тираж этого номера 862 850 экз.
Рекомендованная цена в розницу 17 рублей.
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»
Еженедельная семейная газета для читателей 12+ Объем 4 п. л.
Сайт газеты telek.kardos.media Редакция не несёт ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Копирование без указания источника запрещено

Газета печатается в городах: Москва, Санкт-Петербург, Воронеж

Сторонники органического (природного) земледелия осознанно отказываются от применения минеральных удобрений и некоторых традиционных приёмов агротехники (глубокая перекопка почвы, открытая земля на грядках и т.п.).

Можно по-разному относиться к идеям органического земледелия, но даже дипломированные агрономы признают пользу многих приемов для повышения плодородия почвы. Предлагаем изучить эти приемы и использовать их на своем участке.



1 Укрывать почву мульчей

Мульчирование почвы – новый, но эффективный агроприем, один из основных в органическом земледелии. Мульча защищает почву от водной и ветровой эрозии, обогащает верхний слой гумусом, защищает корни растений от перегрева и иссушения, предотвращает развитие болезней. В качестве мульчи используют то, что есть в доступе – солому, скошенную и подсушенную траву, опилки, хвойный и листовой опад.

КАК ЭТО РАБОТАЕТ? После высадки на грядки основной культуры на свободное место вокруг растений укладывают толстым слоем мульчу. Толщина мульчирующего слоя должна быть не менее 5 см, чтобы под слоем мульчи установился микроклимат, который благоприятно действует на состояние почвы и развитие растений. Под мульчей комфортно себя чувствуют черви и почвенные микроорганизмы. Они перерабатывают органику (и саму мульчу) в доступные для растений микроэлементы и соединения, тем самым повышая плодородие почвы.

Органическое земледелие

на страже плодородия почвы



Покупатель, недовольный качеством навоза, так и не смог подобрать эпитета, чтобы охарактеризовать товар.

Использовать сидераты

Сидераты – это растения, которые помогают поддерживать равновесие в истощаемом садовыми культурами плодородном слое почвы и улучшать ее структуру. Регулярное выращивание сидератов сокращает потребность в минеральных удобрениях, помогает защитить почву от болезней и вредителей. Кроме того, посев сидератов предотвращает вымывание почвы, разрыхляет ее, препятствует росту сорняков. Самые популярные сидераты – вика, горчица белая, овес, клевер, фацелия, рапс, редька масличная.

КАК ЭТО РАБОТАЕТ? Корни сидератов вытягивают питательные вещества из глубоких слоев почвы в верхний плодородный слой. После скашивания сидератов (до образования на них семян), они разлагаются на грядке, отдавая почве накопленные питательные вещества и обогащая ее азотом. «Зеленые удобрения», как еще называют сидераты, можно вырастить несколько раз за сезон: до посева основной культуры, после ее уборки или вместо основной культуры.



3 Оборудовать высокие грядки

Создание грядок-коробов облегчит труд огородника по выращиванию овощных культур, позволит лучше ухаживать за почвой.

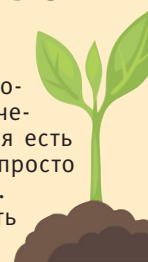
КАК ЭТО РАБОТАЕТ? В высоких грядках почва быстрее прогревается весной. Вы не ходите по грядке, не уплотняете почву, она легкая и пушистая. Кроме того, вы экономите время и силы на вспашку всего участка: ухаживать за почвой в коробе легче и проще. Удобнее вносить органику и укладывать мульчу. В общем, все усилия по повышению плодородия почвы будут легче осуществимы именно в высоких грядках.

Компостировать растительные остатки

У каждого сторонника органического земледелия есть компостер или просто компостная куча.

Компостировать можно все органическое: листья, солому, скошенную траву, сорняки, ветки, кору.

КАК ЭТО РАБОТАЕТ? Под воздействием микроорганизмов растительное сырье разлагается и превращается в отличное натуральное удобрение для растений. Химический состав такого удобрения будет всегда разным, но в любом случае, внесение компоста в почву обогатит ее и не приведет к нарушению биохимического баланса почвы, как это бывает, если не рассчитать с применением минеральных составов. Вносить компост в грядки лучше с осени, но допустимо и добавлять его в почву весной, под посадку растений.



5 Вносить органику

Внесение в почву перепревшего навоза, листового компоста и другой органики позволяет обогатить грунт питательными веществами и улучшить структуру почвы.

КАК ЭТО РАБОТАЕТ? Листья, солому, траву можно вносить в почву в виде мульчи или после компостирования. Кора или щепа также является хорошей мульчей, хотя они и долго разлагаются в почве. Навоз – отличное природное удобрение, но только если он перепрел в течение двух-трех лет и вносится в почву с осени. Свежий навоз является источником вредителей, болезней, семян сорняков, обжигает нежные корни растений. Опилки вносить в почву можно только после компостирования. Неразложившиеся опилки потребуют для перепревания азот, который они будут забирать из почвы, лишая этого компонента растения.

НА ЗАМЕТКУ

На разных этапах роста рассады у неё различные потребности в питательных веществах, а значит, и грунт должен быть разным. В чём разница? Как составить правильный грунт?

Грунт для рассады: как составить?

На этапе появления всходов

В начале развития растения развиваются за счет запасов, накопленных в семени. И только когда появляются настоящие листья, начинает работать корневая система, которая в начале потребляет минимальное количество питания из грунта. Вывод: на начальном этапе развития главное – не на-

сытить грунт питанием, а сделать его рыхлым. Поэтому состав грунта может быть таким: 2 части легкого грунта (огородной земли или покупного состава) и 1 часть разрыхляющего компонента (вермикулит, перлит, кокосовый субстрат). Из грунта нужно удалить все крупные включения.



На этапе развития рассады

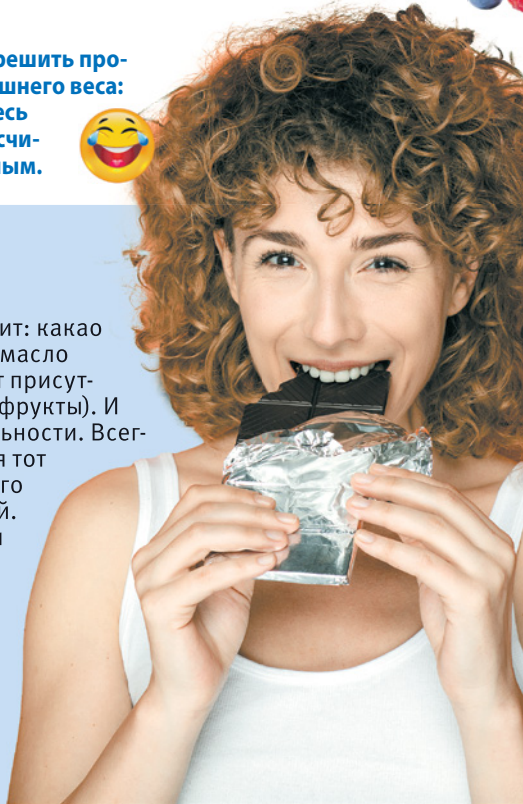
На данном этапе активно работает корневая система, поглощая элементы питания из почвы. Значит, грунт должен быть рыхлым и питательным. Рецепт грунта может быть таким: 2 части земли (готового грунта), 1 часть разрыхляющего компонента, 1 часть биогумуса в качестве источника питания.

Первое, от чего диетологи советуют отказаться худеющим людям, – это сладости.

Как есть сладости, чтобы не лишаться радости

Попробуем разобраться, действительно ли нужно лишать себя привычных вкусняшек? Или можно просто подобрать для себя оптимальную калорийность и все-таки оставить любимые продукты в рационе?

Удалось решить проблему лишнего веса: теперь весь свой вес считаю нужным.



Подходящий шоколад

Правильный шоколад содержит: какао тертое (а не какао-порошок), масло какао, сахар и лецитин (могут присутствовать молоко, орехи, сухофрукты). И именно в такой последовательности. Всегда на первом месте находится тот ингредиент, которого больше всего – и далее по убывающей. Поэтому крайне важно, чтобы сахар не стоял на первом или втором месте, тогда и пользы от шоколада будет больше. Правильный шоколад содержит полезные пищевые волокна и магний. А допустимая норма будет 20-50 г (110-275 ккал) в день в зависимости от ваших энергозатрат.

Заморозка вместо варенья

В идеале ягоды нужно не варить, а перетереть с небольшим количеством сахара, а потом заморозить. Кстати, сахар кладут не только для сладости, он выступает прежде всего как консервант. Не забывайте, что ягоды и фрукты уже содержат в себе природный сахар – фруктозу. Возьмем для примера малину. Замороженная ягода содержит 50 ккал на 100 г. Плюс половина чайной ложки сахара (10 ккал). Итого 60 ккал. Согласитесь, сравнение не в пользу консервированного малинового варенья с калорийностью 273 ккал на 100 г.

Сахарная пудра: с орехами лучше

Время от времени сахаром себя тоже можно немного побаловать. А лучше даже сахарной пудрой, так как визуально ее кажется больше. Калорийность этого продукта высока – 389 ккал на 100 г, поэтому регулируем объем. В чайной ложке (без горки) помещается 7 г. Это 27 ккал. Возьмите 50 г орехов (250-300 ккал) и посыпьте их ложкой сахарной пудры или даже половиной. Разделите на два дня. И вкусно, и полезно (все-таки растительный белок!), и допустимо по калориям.

Мнение специалиста

Зефир вместо фри



Разобраться во вредных и полезных продуктах нам поможет диетолог Светлана Титова.

– Светлана, какие быстрые углеводы самые вредные и почему?

– Механизм усвоения быстрых углеводов прост: в кровь попадает сахар, уровень глюкозы в организме резко повышается, и мы чувствуем прилив сил. А вот с его понижением, которое наступает в течение двух часов, приходит чувство голода и вялость. Быстрые углеводы приводят к развитию тяжелых заболеваний: ожирения, сахарного диабета, хронических запоров, жировой болезни печени. Самые вредные из таких продуктов – сладкие газированные напитки, торты и сладкая выпечка, картофель фри и белый сдобный хлеб. – *Бывает очень трудно сразу отказаться от такой пищи. Когда и с чем нужно есть быстрые углеводы, чтобы сахар в крови не подскочил сильно?* – Употреблять простые углеводы можно в первой половине дня. Клетчатка, пектин и белки замедляют всасывание сахара, поэтому выбирайте более безопасные лакомства: зефир, мармелад, запеченное яблоко или десерт с творогом.

Татьяна МИХАЛЁВА

Фото из личного архива Светланы Титовой и www.shutterstock.com

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

«Февраль – месяц лютый, спрашивает: как обутый?»

В основу современного календаря лёг римский образец, вместе с которым пришли и названия месяцев. Но на Руси для этого существовали совсем другие слова. Давайте их вспомним.

1 Предполагается, что месяц назвали «просинец» потому, что начинает показываться синее небо, «просиняться». В каком месяце наши предки считали, что солнце начинает сиять?
а) Март.
б) Апрель.
в) Январь.

2 Студень – так называли месяц, которому морозы и стужа дали название. Кстати, до сих пор встречаются слова, что вода студёная (ледяная), а слово «простуда» именно от названия этого месяца и образовано. Как называется месяц-студень сегодня?
а) Декабрь.
б) Январь.
в) Февраль.



3 У древних римлян этот месяц был последним месяцем года, когда в праздник этрусского бога проводился ритуал очищения души. А как на Руси называли февраль?
а) Бокорей.
б) Сечень.
в) Трескун.



4 И конечно, про зиму сложилось немало пословиц и поговорок: «Зима не лето – в шубу одета», «Не страшен мороз, когда тепло укрыт нос», «Январь ломонос – береги свой нос», «Февраль – месяц лютый, спрашивает: как обутый?» А про какой месяц говорили: «В ... семь погод на дворе: сеет, веет, дует, кружит, рвет и метёт?»
а) Декабрь.
б) Январь.
в) Февраль.

ОТВЕТЫ

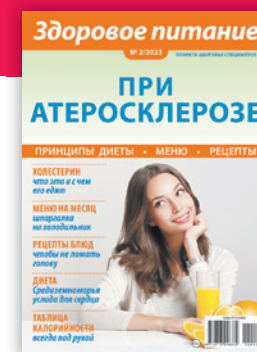
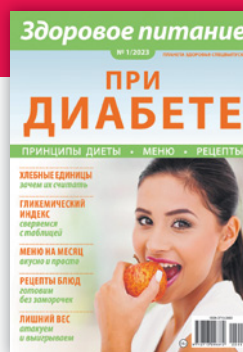
1-в. Январь. **2-а.** Декабрь. **3-а,б.** Бокорей – так месяц называли в северной части Руси, потому что выгоняли скот на улицу, чтобы погреть бока на солнце. Сечень – из-за работ по вырубке деревьев в тех местах, где планировали сеять весной. **4-а.** В декабре семь погод на дворе: сеет, веет, дует, кружит, мутит, рвет и метет.

СЕРИЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ ВЫПУСКОВ ЖУРНАЛОВ О ЗДОРОВЬЕ

Журналы из серии «Здоровое питание» — это незаменимые помощники в деле составления целебного меню для всех и каждого. Ноют ли колени, трещит ли голова, мучают ли запоры или крутит живот – меню, составленное с учетом особенностей того или иного заболевания, наравне с подобранной врачом медикаментозной терапией, способно ускорить выздоровление и помочь сохранить хорошее самочувствие надолго. Рецепты, представленные в сборниках, просты, доступны и многообразны, блюда вкусны, а времени на приготовление любого из них потребуется совсем немного. А главное, не придется ломать голову, чтобы продумать меню на день, на неделю, на месяц. Мы уже все придумали и записали. Вырезайте, клейте на холодильник и пользуйтесь с удовольствием!

В НОВЫХ ВЫПУСКАХ ВЫ НАЙДЕТЕ:

- принципы диеты при том или ином заболевании;
- список разрешенных и запрещенных продуктов;
- меню на месяц;
- простые и доступные рецепты;
- таблицы хлебных единиц, гликемического индекса, калорийности продуктов и многое другое.



ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:



OZON
ozon.ru¹



WILDBERRIES
wildberries.ru²

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование: Журнал Планета здоровья

В ПРОДАЖЕ С 10 ФЕВРАЛЯ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

16+ Реклама

¹ 000 «Интернет решения». 123112, г. Москва, Пресненская наб., д. 10, эт. 41, пом. I, комн. 6. ОГРН 1027739244741.

² 000 «Вайлдберриз». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр. 1. ОГРН 1067746062449

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.

О краже электролопаты с моторчиком



Это был первый вызов, солнце только-только встало, но уже начинало золотить выпавший накануне вечером снег. Он лежал перед складом на дальней окраине города красивым ровным ковром, лишь почти совсем заметная снежная дорожка следов пересекала этот ковер от дороги до дверей.

– Эх, даже портить не хочется такую красоту, – сказал Петрович, выходя из служебной машины. – Но придется.

На складе их встретил сторож – невысокий мужичок в видавшей виды телогрейке и облеслом треухе, похожий на старичка-лесовичка.

– Заходите, люди добрые, – запримечтал он, едва открыв дверь. – Такое несчастье приключилось, такое несчастье! Ограбили меня, украли важный инструмент. А сегодня начальство приезжает – ох, не сносить мне головы!

– А что пропало-то?
– Пропало главное – электролопата, – сказал мужичок.

– Чего? – удивился Петрович.
Лопата. Электрическая. Снег убирать, – ответил мужичок. – Широкая такая лопата, почти как обычная, но с моторчиком. Ведешь ее по дорожке, и она снег в сторону отбрасывает.
– Ну надо же, – покачал головой Петрович. – Я даже и не слышал, что такая техника в природе существует.

Еще как существует, очень удобная техника! – оживился мужичок.
– Да вам, наверное, снег-то каждый день чистить не приходится? – предположил он.

– С машины только, и то не каждый день, – ответил Петрович. – И лопаты для этого не требуется. А вы, выходит, часто пользуетесь?

– А как же! Здесь вот дорожку чищу, и возле дома тоже – я в частном доме живу, быстро нас там снегом-то заносит.

Из обильных причитаний далее стало понятно, что ночью на склад ворвались грабители и унесли самое ценное – электрическую лопату для уборки снега.

– Это что же, вы тут одну лопату охраняли, что ли? – спросил Петрович.

– Да нет, что вы, не одну лопату. Лопату я не охраняю, это дорожку чистить – сопутствующий, так сказать, инструмент. Так-то тут оборудование всякое, в ящиках оно стоит.

Склад действительно был забит разного размера деревянными ящиками, стоящими тут явно не первый день и даже не первый год.

– А что, ничего нового сюда не привозят и ничего отсюда не забирают, что ли? – удивился Петрович.

– Давно ничего ценного не увозили и не привозили. Почитай, почти год этот склад сторожу. Нет, было, конечно, ценное – летом привезли эту самую электролопату – чтоб, значит, дорожку чистить перед приездом начальства.

– Понятно, – сказал Петрович, которому как раз понятно было не очень. – А работаете тут вы один или со сменщиком?

– Со сменщиком. Только он ленивый шибко, сменщик-то:

как придет, так и спит целые сутки.

– И снег не чистит?
– Нет, не чистит.

Вон оно что, – Петрович посмотрел на сторожа очень внимательно. – Так где стоял этот ваш чудоагрегат?

– А вот здесь вот, – показал мужичок на пустое место возле двери. – Вот прям здесь и стояла. А они как завалились всей кодлой, как скрутили меня, ну и утащили лопату-то.

– Всей кодлой? – переспросил Петрович. – И много ль той кодлы было?

– Да человек пять, – ответил мужичок. – Или даже

семь! Много их было, а я испугался – страсть! Даже и не подумал их пересчитать. А когда ушли грабители, сразу вызвал вас.

– Понятно, – кивнул Петрович, улыбаясь в усы. – Наверно, подумали, что скоро приедет начальство, а лопаты нет.

– Ага, – кивнул сторож.
А лопаты нет, потому что унес ты ее домой, снег чистить. Наверное, в прошлый раз еще унес и не вернул, а тут вдруг начальство предупредило о приезде, и снег, как назло, выпал. Вот и решил ты полицию привлечь, чтоб, значит, алиби себе обеспечить. Нехорошо. Давай, мил человек, похорошему возвращай агрегат на место, а мы тебя здесь подождем.

Виктория АНДРЕЕВА



Почему Петрович решил, что электролопату взял сторож?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 6: осколки от елочных игрушек очень острые и наверняка остались на обуви того, кто взял документы. Для того, чтобы вычислить злодея, понадобилось лишь осмотреть обувь персонала.

Рис. Ирина Светлова

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ

8 (962) 724-29-44

ПО ПОЧТЕ

reklama@kardos.ru

ЦЕНА

Стоимость
строчного
объявления от **300** рублей
за 1 выход

КАК ОПЛАТИТЬ

- Через «Робокассу»: со счёта мобильного телефона, на сайте *kardos.media*, в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера);
- В отделениях любого банка: ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 30101810400000000225, р/с 40702810038000020635 В назначении платежа указать: «Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О. Комиссия оплачивается отдельно (при наличии). Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

Скидки
уточняйте
у менеджера

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

ЗДОРОВЬЕ

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ • ГОТОВЫЕ ОЧКИ

Бесплатные консультации и диагностика слуха

Заушные, внутриушные, карманные
Ремонт, элементы, питание, вкладыши

Пн-Пт: 10-17, Сб-Вс: выходной

934-22-12

Пушкин, Пушкинская ул., 19, 1 этаж

+7 (931) 320-17-43

СПБ, УЛ. ТИПАНОВА, 3

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.



СПБ, УЛ. ТИПАНОВА, 3

УНИЧТОЖЕНИЕ
НАСЕКОМЫХ

■ 8 (965) 386-47-09 100% ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАБОТКА любой сложности (дезинсекция, дезинфекция, дератизация) ТАРАКАНОВ, КЛОПОВ – пар холодного и горячего туманов. Безопасные препараты для людей и животных. ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА – официальный договор. Работаем 24/7 без выходных. Система скидок есть. Тел.: 8 (965) 386-47-09

СТРОИТЕЛЬСТВО
И РЕМОНТ

■ 912-69-46 Ремонт комнаты, кухни, коридора, ванной, туалета. Пол – все работы. Линолеум, ламинат. Кафель. С/техника. От 3 500 руб. Работаем сами. Тел.: 912-69-46, Оксана, Пётр

НЕДВИЖИМОСТЬ

■ 8 (981) 796-12-72 Санкт-Петербург, продаётся евродвушка 65 м². 6 этаж 16-этажного дома. Балкон, гардеробная, вид на лесополосу, 10 минут до метро. Тел.: 8 (981) 796-12-72

ПРИЕМ РЕКЛАМЫ
В ГАЗЕТУ «ТЕЛЕК»:

8 (962) 724-29-44

ИСКУССТВО,
АНТИКВАРИАТ

КУПЛЮ ДОРОГО. Сервизы. Вазы. Статуэтки. Серебро. Хрусталь. Часы. Подстаканники. Значки. Монеты. Банкноты. Старые открытки. Фотографии. Ёлочные игрушки. Модельки машин. Куклы. Бижутерию. Фотоаппараты. Самовары. Бронзу. Мебель. Картины. Книги. Пластинки. И МНОГОЕ ДРУГОЕ. Тел.: 929-92-55, Александр.

■ 953-39-70 Куплю фарфор, статуэтки, рамы, картины, ковры, старые игрушки, кукол, самовары, подстаканники, пластинки, патефоны, часы, значки, бинокли, бижутерию, брошки, янтарь, текстиль, парфюм, книги и др. Оплата сразу! Тел.: 953-39-70

■ 8 (905) 286-44-68 СКУПКА. КУПЛЮ ВСЁ: сервизы, хрусталь, вазы, статуэтки, иконы, картины, янтарь, монеты, банкноты, значки, ромбы, медали, книги, часы, самовары, подстаканники, серебро, золото, бронзу, ёлочные игрушки, модельки машин, кукол, открытки и фотографии до 1946 г., фотоаппараты, мебель. Тел.: 8 (905) 286-44-68.

КУПЛЮ

■ 996-55-66 Книги, Зингер, картины, мебель, часы, монеты, значки, открытки, фото, сервизы, вазы, статуэтки, иконы, серебро, хрусталь, бижутерию, фотоаппараты, игрушки, самовары, военные вещи и всё другое. Тел.: 996-55-66

■ 984-20-55 Радиодетали СССР, новые и б/у. Измерит., вычислительные приборы. Выезд. Тел.: 984-20-55

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА

■ 8 (981) 050-97-31 ЧАСТНЫЙ МАСТЕР ПО РЕМОНТУ любой бытовой техники: стиральных машин, холодильников, водонагревателей, электроплит и т. п. НИЗКИЕ ЦЕНЫ. Звоните: 8 (981) 050-97-31

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

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ
ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»
8 (962) 724-29-44

РА «ПАЛЛАДА»
8 (921) 899-98-75

РА «МАГАЗИН
РЕКЛАМЫ»
8 (812) 424-32-11

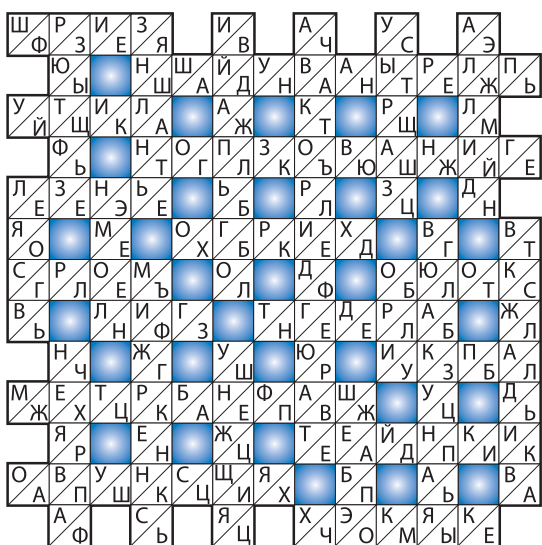
РА «ФРИИ МЕДИА»
8 (812) 996-72-97
м. «Пл. Ленина»
только безналичный расчет

КРОССВОРД «ДУАЛЬ»

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

По горизонтали: Фриз. Надуватель. Утка. Толкование. Ленъ. Огрех. Слом. Блок. Низ. Недра. Изба. Метранпаж. Тайник. Опунция. Хомяк.

По вертикали: Рытье. Знать. Идальго. Автореферат. Страз. Эллин. Лось. Неон. Глазунья. Вкладка. Мигрень. Бри. Нерпа. Унция. Жабо.



ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ! СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

Матрас-топпер с анатомическим эффектом... Размеры: 70x200 см, 80x200 см, 90x200 см, 120x200 см, 140x200 см, 160x200 см



Делает спальное место удобным и комфортным. Высокоэластичная пена адаптируется к форме тела...

Корректор осанки S-M талия 60-85 см L-XL талия 86-125 см



Знакомые всем боли в пояснице, шее, грудном отделе - все это чаще всего следствие неправильной осанки...

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

Массажная подушка с функцией прогрева



Нует спина? Мышцы словно окаменели? Массажная подушка - ваше спасение!

Проточный кран-водонагреватель с дисплеем + Душ



Забудьте о проблемах с горячей водой с проточным краном-водонагревателем!

Новейший автоматический веник



Автоматический веник необходим любой хозяйке на каждый день.

Отпугиватель грызунов и насекомых



Устройство предназначено для отпугивания тараканов, жуков, мышей, крыс.

Светильник «Чемпион - солнечная батарея»



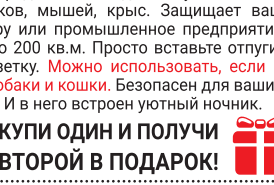
Отличная разработка военной промышленности, которая теперь доступна и вам!

Говорящий хомяк



Уникальные развивающие игрушки способны расшевелить до слез любого.

Кукла-повторяшка



Уникальные развивающие игрушки способны расшевелить до слез любого.

1+1 купи один и получи второй в подарок!

Набор кружевных бюстгалтеров «Ажур Бра», 3 штуки

«Ажур Бра» - это изумительное бесшовное кружевное белье...

Бюстгалтер корректирующий «Ах Бра»

Обеспечивает необходимую поддержку груди и максимальный комфорт...

Термоносочки «Аляска»

Три слоя из микроволокна заботятся о стопе. Сохраняют воздух...

Стул для ванной и душевой с регулируемым ножками

Предназначен для проведения гигиенических процедур в ванной комнате или душевой.

Бесконтактный инфракрасный термометр

Вы можете легко измерить температуру на любом участке кожи всего за несколько секунд.

Отпугиватель-фонарь

Защитит вас от любых неожиданных животных или уличных хулиганов.

Горячий хомяк

Уникальные развивающие игрушки способны расшевелить до слез любого.

Термобелье мужское, женское

Современный способ оставаться в тепле в любую погоду!

Вертикальная суперсушилка для белья

Суперсушилка позволяет высушить три загрузки стандартной стиральной машины.

Многофункциональный парогенератор

Прибор сочетает в себе такие функции, как паровой утюг, парогенератор.

Подушка для ног «Здоровый сон»

Инновационная подушка специальной анатомической формы с эффектом памяти.

Нервущиеся японские колготки

Благодаря новейшим японским технологиям удалось получить единственный в своем роде продукт.

Лента «Супер Фикс»

«Супер Фикс» - это специальный состав, который имеет тройную толщину.

Усилитель звука

Отличная слышимость с высоким разрешением. Легкий, мощный и незаметный усилитель звука.

Электрический измельчитель «Молния»

«Молния» - незаменимый помощник на кухне. Он один заменит несколько бытовых приборов.

Ледоходы для обуви

Ледоходы - легкая и уверенная походка по скользким поверхностям. Обеспечат прочное сцепление со льдом.

Подушка для ног «Здоровый сон»

Инновационная подушка специальной анатомической формы с эффектом памяти.

Нервущиеся японские колготки

Благодаря новейшим японским технологиям удалось получить единственный в своем роде продукт.

Лента «Супер Фикс»

«Супер Фикс» - это специальный состав, который имеет тройную толщину.

ТЕРМОКЕРАМИЧЕСКИЙ ОБОГРЕВАТЕЛЬ

1990 руб. 1490 руб. Подключите обогреватель к розетке и выберите необходимую t от 15 до 32°C.

Казань-вок «Сила гранита» 4 в 1. Диаметр 32 см

2600 руб. 1990 руб. Это сковорода, сковородка, вок и кастрюля!

Набор кастрюль 1800 руб. 1290 руб.

Надевайка 1290 руб. 790 руб.

Увеличительные очки-лупа Big Vision (Биг Вижн) 2 шт. 990 руб.

Чудо-пленка «Надежная защита» 3 м x 60 см 2 шт. 990 руб.

Золото Серебро

Фиксатор голеностопа «Легкий шаг» 2 шт. по суперцене 990 руб.

Наколенник «Двигайся легко» 2 шт. по суперцене 990 руб.

Гарантия качества! Звоните прямо сейчас!

ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ВСЕМ РЕГИОНАМ РОССИИ

ИП Елкин Иван Юрьевич ОГРН 321774600271012. С информацией об организаторе акций...

8 499 213-03-16 Работаем без выходных с 9:00 до 20:00.