

Реклама

до -75% СКИДКИ НА ТВ-ХИТЫ И ЛИДЕРЫ ПРОДАЖ!

ИЩИТЕ
на стр. 47

№25
(594)

ТВ-программа с 26 июня по 2 июля 2023 года

ТЕЛЕК

PRESSA.RU

52
КАНАЛА
ТВ

**5 ПРИЗНАКОВ
ЗДОРОВЫХ
ОТНОШЕНИЙ**

стр. 4

**ЛЕТНЯЯ
ОТРАДА –
КВАС
И ЛИМОНАДЫ**

стр. 10

**АЛЕКСЕЙ
МАТОШИН**

**УВАЖАЙТЕ МИР,
В КОТОРОМ ЖИВЁТЕ** стр. 6

**ПОДКОРМИМ
ОВОЩИ
ПРЯМО
НА ГРЯДКЕ**

стр. 14

**КАК ВЕРНУТЬ
КРАНАМ
СИЯНИЕ**

стр. 11

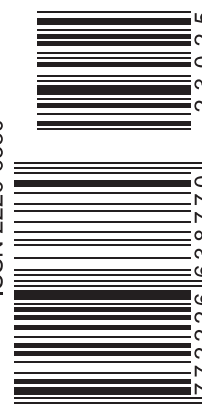
**ЖАРА
КРАСОТЕ
НЕ ПОМЕХА**

стр. 12

12+

Фотограф: Маша Кома.
Фото предоставлено Алексеем Матошиным

ISSN 2226-6380



9 772226 1638770 23025

Зрителям раскроют космические тайны



На Первом канале готовится к премьере документальный фильм «МКС-селфи». Почти два года назад на Международную космическую станцию отправились актриса Юлия Пересильд и режиссер Клим Шипенко. Никогда раньше в истории человечества режиссеры и актеры не работали в космосе. В документальном фильме его создатели покажут, что ждет человека, который прилетает на МКС. Так, например, космонавты Пётр Дубров и Олег Новицкий снимут селфи в космосе и покажут, как они готовились к встрече съемочной группы, где они организовали гостевую комнату и как она оборудована.

С помощью космонавтов мы увидим, как организована жизнь на МКС. Зрителям продемонстрируют распорядок дня. Он, кстати, схож с тем, к которо-

му мы все привыкли на Земле. Это пятидневная рабочая неделя, подъем – в шесть утра, отбой – в половине десятого вечера (время отсчитывается по Гринвичу).

На МКС – четырехразовое питание. За день космонавт должен обязательно получить три тысячи килокалорий. Также зрителям расскажут про сон, гигиену, одежду, покажут, как космонавты занимаются физкультурой.

В съемках документального фильма, кроме космонавтов, приняли участие Клим Шипенко, полетный врач Ольга Савенко и многие другие.

Фото пресс-службы Первого канала



«Иванько» возвращается с новыми сериями

Этой осенью зрителей ТНТ ждёт долгожданная премьера: второй сезон комедийного хита «Иванько». В продолжении истории о жизни трех подруг авторы обещают еще больше драмы, юмора и неожиданных поворотов сюжета.

«Иванько» продолжит рассказывать о женской дружбе и одиночестве, о том, как перестать быть жертвой и как тяжело выйти из зоны комфорта, о поисках любви – прежде всего, к самому себе. Главных героинь ждут последствия ошибок, которые они совершили в первом сезоне. К своим ролям вернуться Лина Миримская, Валентина Мазунина, Виктория Заболотная, Денис Шведов и другие. Также к ним в новых сериях присоединились Дмитрий Журавлёв, Екатерина Мельник и Павел Акимкин.

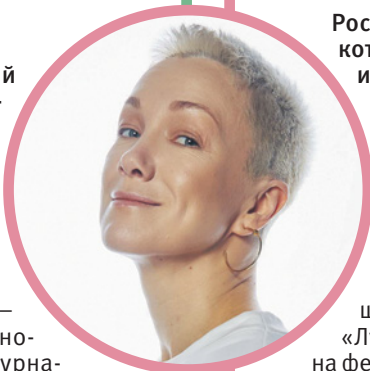
Фото телеканала ТНТ

В городах России пройдет фестиваль «Время героев»

Телеканал RT проведёт первый международный фестиваль документального кино «RT.Док: Время героев» в семи городах России. С июля по декабрь жители Краснодара, Казани, Иркутска, Санкт-Петербурга, Волгограда, Курска и Грозного смогут увидеть документальные фильмы о героях специальной военной операции. Среди них – первая часть цикла «Военкоры»: кинолетопись Артёма Сомова о работе журналистов Евгения Поддубного, Мурада Газдиева, Георгия Медведева и Павла Кукушкина. А также фильм – лауреат фестиваля документального кино «РОССИЯ» Макса Фадеева и Сергея Белоуса «Призраки. Солдаты забытой войны» – о бойцах и командирах легендарного батальона «Призрак». И картина «Культурный фронт» режиссера Олега Некишева – о поэтах и музыкантах, поддерживающих российских солдат своими выступлениями на фронте и в госпиталях.

– Мы хотим, чтобы фильмы фестиваля увидели как можно больше зрителей по всей России, – говорит генеральный продюсер фестиваля Екатерина Яковлева. – Это фильмы о героях, о людях, рискующих самым ценным: своей жизнью – ради нашей страны, ради нас. Герои есть в каждом регионе, и о них надо рассказывать!

Кроме того, на фестивале будут представлены картины и работы региональных и зарубежных документалистов. Также в каждом из городов пройдут встречи с авторами и героями фильмов, лекции, мастер-классы и круглые столы.



Дарья Мороз вошла в состав жюри «Пилота»

Российский фестиваль сериалов «Пилот», который пройдет в городе Иваново 22-25 июля, объявил состав жюри. Выбирать лучших из лучших будут актрисы Дарья Мороз и Анна Банщикова, драматург Илья Тилькин и продюсер Сергей Титинков. Председателем жюри в этом году стал кинорежиссер Сергей Урсуляк.

Профессиональное жюри определит победителей в номинациях «Лучший пилот сериала», «Лучший сценарий», «Лучший режиссер», а также «Лучший актер» и «Лучшая актриса». Кроме того, в этом году на фестивале появятся номинации «Лучший актерский ансамбль» и «Самый ожидаемый сериал».

Фото пресс-службы кинофестиваля

Юрий Антонов стал «Легендой всех времён»

В концертном зале «Вегас Сити Холл» прошла вторая по счёту церемония вручения Музыкальной премии «Легенды и новые имена» телеканала ММТВ (расшифровывается как «Музыка. Мода. ТВ»). На мероприятии награды получили как известные звезды эстрады, так и начинающие артисты.

Специальной номинацией отметили заслуги «Легенды всех времен» народного артиста России Юрия Антонова. Он лично присутствовал на мероприятии и исполнил несколько своих новых композиций. Надо отметить, что Юрий Антонов – редкий гость подобных церемоний, но иногда делает исключения.

Лауреатами премии также стали Анжелика Агурбаш, Прохор Шаляпин, Павел Соколов, Тамара Кутидзе, Владимир Лёвкин, Евгений Кемеровский и другие исполнители.

Где снимали детективный сериал «Феникс»

В эфире НТВ состоится премьера остро сюжетного детектива «Феникс» производства «Киностудии КИТ» (входит в ГПМ КИТ в составе холдинга «Газпром-медиа»). В ролях: Константин Адаев, Лянка Грыу, Виктор Тереля, Максим Радугин, Нана Муштакова, Иван Паршин, Самвел Мужикян и другие.

Иван Колесников (Константин Адаев) владеет кафе. Когда в его заведении появляются бандиты, Иван, защищая жену, становится невольным убийцей налетчиков... Вскоре к нему приходят

люди под предводительством Андреаса (Максим Радугин). Андреас в курсе тайны Колесникова, который много лет выдает себя за другого человека...

– Мне кажется, что каждый человек в душе немного феникс, – рассказывает Константин Адаев. – Просто разница в том, что кто-то думает, а кто-то делает. Все зависит от обстоятельств. Если возникают обстоятельства, которые способствуют раскрытию способностей и возможностей, и человек это делает, то он поднимается на ступень выше и достигает целей...

Съемки проходили в Минске и на натуральных площадках киностудии «Беларусьфильм».

Фото PR НТВ



Виктор Добронравов представил «Инспектора Гаврилова»

Стартовали съемки комедийного сериала «Инспектор Гаврилов» – совместного проекта онлайн-кинотеатра START и телеканала СТС. В ролях: Виктор Добронравов, Екатерина Стулова, Наталья Земцова, Денис Власенко, Андрей Петелько и другие артисты.

В надежде начать новую жизнь рецидивист Саша Медный (Виктор Добронравов)



решается на последнее ограбление. Но все идет не по плану. Скрываясь от преследования на поезде, он присваивает себе имя и форму соседа по купе – майора Гаврилова. Так недавний мошенник становится блюстителем порядка – начальником полиции провинциального городка, насаждая в нем свои порядки.

– Это классная, смешная история, – рассказывает Виктор Добронравов. – Я бы даже сказал, комедия положений. Медный мне интересен в первую очередь тем, что он вроде бы не герой, а антигерой. И я уверен, что и зрителю, и мне в процессе съемок будет любопытно наблюдать за его изменениями.

Фото онлайн-кинотеатра START, телеканала СТС

В Москве начались съемки драмы «Законник»

В Москве стартовали съемки сериала «Законник» производства «Киностудии КИТ» (входит в ГПМ КИТ в составе АО «Газпром-Медиа Холдинг») совместно с ООО «ТРОМЕДИА» и ООО «Кинокомпания СМАРТ» по заказу телекомпании НТВ. В детективной драме режиссера Дениса Карышева бывший следователь ищет киллера, который использует необычное орудие убийства. В главных ролях – Роман Маякин и Александр Устюгов.

– Мой персонаж сильный, с интересной сюжетной линией – он становится жертвой киллера, но его смерть отсрочена, а жизнь превращается в игровой квест, где он пытается разобраться, как же ему остаться на этом свете, – рассказывает Александр Устюгов. – В сюжете заложены четкие драматические пружинки, которые позволяют моему герою совершать какие-то поступки и находить им оправдание, потому что он очень-очень хочет жить. Злодеев всегда играть интереснее...

Также в съемках участвуют Аглая Шиловская, Дмитрий Власкин, Евгений Санников, Олег Савцов, Владимир Селезнёв и другие артисты.

Популярный ютьюб-проект «КликКлак шоу» теперь стал достоянием телезрителей канала СТС. Напомним, суть его в том, что гостям и постоянным участникам приходится проходить через безумные розыгрыши и экстремальные испытания.

Ведущий шоу – Руслан Усачёв, а проверку на прочность под его руководством пройдут как приглашенные звезды, так и постоянные участники проекта Эльдар Джарахов, Юрий Музыченко, Илья Сатир, Андрей Старый, Дана Крастер и Андрей Прокофьев. Мы поговорили с одним из них – музыкантом и фронтменом группы «The Hatters» Юрием Музыченко, чтобы узнать, как изменилось шоу, перейдя в телевизионный формат.

Ради шуточек-прибауточек

– Юрий, с какими ощущениями вернулись в шоу?

– Рад, что наконец-то снова все собрались. На съемках чувствовали себя как дети, потому что снова в песочнице встретились лучшие ребята нашего двора. (Улыбается.)

– У «КликКлак шоу» многомиллионная аудитория. Как считаете, почему проект так любят?

– Просто творческое объединение «КликКлак» – это коллаборация блогеров и музыкантов. Мы объединились ради шуточек-прибауточек, а потом все это незаметно нас поглотило. Мы показали, что люди из разных сфер могут объединиться, чтобы различными рычагами воздействия добиваться искры в сердцах зрителей. (Улыбается.)

– Может, также одна из главных причин –

Юрий МУЗЫЧЕНКО:

Между нами есть какая-то химия

Детали

Из ледяного бассейна в душ с тараканами

Съемки проходили в павильоне площадью 1500 квадратных метров, где построили декорации, включающие основную площадку со зрительным залом и две скрытые за воротами зоны испытаний. В новом шоу участников ждет забег по липкому полу, битва в Колизее, гигантские торты, ледяной бассейн с сюрпризом, прыжки через разбивающееся стекло, душ из насекомых, испытание током и многое другое. Кто участвует в одном из двух испытаний выпуска, определяет жеребьевка. Всех героев шоу ждет викторина, а приглашенную звезду – личный конкурс. В телеверсии появилась также балльная система, которая поможет в финале сезона выбрать победителя.



зрителям нравится смотреть на ваши мучения и гадать, какое испытание попадет вам в этот раз?

– Да, но много кто так делает, а успех только у нас...

– Видимо, благодаря особенной атмосфере на площадке?

– Да, разные ребята могут собраться вместе и, будучи серьезными людьми в своей отрасли, полностью отпустить ситуацию и подурковать.

«Беспредел» в вечернем формате

– По чему или кому скулчили?

– На самом деле все это время мы снимали выпуски других проектов, постоянно где-то пересекались. Но именно вот этой «шолой-дураколкой» встретились только через три года. Между нами есть какая-то химия, которая, наверное, так нравится зрителям.

– А что хотелось привнести в телеверсию шоу СТС?

– Много лет чего мы только ни придумывали на нашем ютьюб-канале, и сейчас готовы сделать все то же самое, только еще масштабнее, красочнее, серьезнее и добрее.

Хочется попробовать наш «беспредел» вместить в вечерний телеформат, который можно смотреть всей семьей. При этом остаться теми же и сохранить атмосферу, за кото-

рую нас и полюбили. Все шоу строится на живой, искренней реакции нежелания выполнять весь этот ужас, который мы сами придумали, поэтому за этим будет интересно наблюдать. (Смеется.)

– Как считаете, испытания стали жестче?

– Ну смотрите, мы уже много лет издеваемся над собой. Правда, раньше делали все сами, у нас могло что-то сломаться, все сразу не получалось. Мы на ходу что-то переделывали,

«КликКлак» – это коллаборация блогеров и музыкантов. Мы объединились ради шуточек-прибауточек, а потом все это незаметно нас поглотило».

на месте перевязывали, перепиливали, меняли в исполнении. Здесь, конечно, размах совершенно другой, все очень серьезно и от этого страшнее, конечно. (Улыбается.)

Змеи в кубе

– Понятно, что продюсеры всегда за зрелищность и яркие эмоции. Но, может, есть моменты, когда хочется сказать: «Пожалуйста, только не нужно делать вот это!» Какие испытания, в общем-то, не хочется проходить?

– Да, есть такие просьбы, которые из раза в раз не исполняются. (Смеется.) Больше всего на свете боюсь змей. Но у нас же есть легендарная коробка в испытании «Кажется, нащупал»: когда нужно засунуть руки в коробку, нащупать что-то и сказать, что там лежит. И вот недавно у меня было три захода. В первый заход мне положили змею. Я практически сквозь слезы это все делал. Потом расслабился, потому что подумал, что впереди еще два захода, а значит, змея уже не будет. Но нет, все три раза меня ждали змеи, только с каждым разом их было все больше. (Смеется.)

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

фото телеканала СТС

ОПЫТНЫЕ ДИЗАЙНЕРЫ

ВОПЛОТЯТ ЛЮБУЮ ВАШУ ИДЕЮ!

- ПОЛИГРАФИЯ
- СУВЕНИРКА
- НАРУЖНАЯ РЕКЛАМА

ОЧЕНЬ ДОСТУПНО И ВЫГОДНО!

БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ И ПЕРЕПЛАТ!

8 (903) 008-80-03

РАЗБИРАТЬ РЕЧЬ ПО ТЕЛЕВИЗОРУ – ЭТО ПРОСТО!

СКИДКА ОТ 20 ДО 50%!
Производство: Германия, Швейцария, Дания!
Аппараты в наличии!

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

8 (495) 411-90-16

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

РЕКЛАМА

Предлагаем цифровые слуховые аппараты с повышенной разборчивостью речи

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

AP travel РЕЧНЫЕ КРУИЗЫ

Офис в 3 минутах от «Семеновская»

+7 (495) 166-84-91, AP-TRAVEL.RU

30.06.2023 – 02.07.2023 (3 дн.) теплоход «К. А. Тимирязев» Москва – Тверь – Москва	от 17 200 руб.
07.07.2023 – 09.07.2023 (3 дн.) теплоход «Михаил Танич» Москва – Тверь – Москва	от 14 200 руб.
09.07.2023 – 21.07.2023 (13 дн.) теплоход «Михаил Танич» Москва – Калезин – Тутаев – Нижний Новгород – Чебоксары – Елабуга – Казань – Козьмодемьянск – Магарьев – Чкаловск – Кинешма – Ярославль – Дубна – Москва	от 63 400 руб.
10.07.2023 – 14.07.2023 (5 дн.) теплоход «К. А. Тимирязев» Москва – Углич – Кострома – Мышкин – Москва	от 25 800 руб.
14.07.2023 – 16.07.2023 (3 дн.) теплоход «К. А. Тимирязев» Москва – Углич – Москва	от 17 200 руб.
21.07.2023 – 23.07.2023 (3 дн.) теплоход «Михаил Танич» Москва – Мышкин – Москва	от 19 900 руб.
24.07.2023 – 28.07.2023 (5 дн.) теплоход «Михаил Танич» Москва – Мышкин – Кострома – Дубна – Москва	от 24 000 руб.
30.07.2023 – 04.08.2023 (6 дн.) теплоход «К. А. Тимирязев» Москва – Калезин – Ярославль – Кострома – Кинешма – Мышкин – Москва	от 34 300 руб.
07.08.2023 – 25.08.2023 (19 дн.) теплоход «К. А. Тимирязев» Москва – Углич – Ярославль – Нижний Новгород – Козьмодемьянск – Чебоксары – Болгар – Самара – Саратов – Волгоград – Саратов – Хвалынский – Тетюши – Елабуга – Казань – Свяжск – Магарьев – Нижний Новгород – Гордеец – Рыбинск – Калезин – Москва	от 94 900 руб.

3-разовое питание, экскурсии, развлекательные программы включены!

СЕКРЕТ УСПЕХА

Правила поведения в комнате отдыха

Очень важно, чтобы комната отдыха была использована по своему основному назначению. В этом помещении отдыхают, а не проводят совещания, не вешают на стену рабочие графики, диаграммы, буклеты и прочие рабочие атрибуты. А как ещё отдыхать, чтобы не мешать другим и самому набраться сил?



Запрет на рабочие разговоры

Посвятите рабочий перерыв общению на сторонние темы: об увлечениях и интересах, о питомцах, о планах на предстоящие выходные или о поездке в долгожданный отпуск... А если хочется уединения, можно просто почитать книгу, повязать или порисовать. Кто-то с удовольствием будет вышивать крестиком, а кто-то посмотрит отрывок интересного фильма. Уверены, каждый найдет себе дело по душе.

Двигаться лучше, чем сидеть

Если вашей основной деятельностью является работа за компьютером, то надевайте кроссовки и выполняйте гимнастику, пилатес, зарядку или играйте в подвижные игры, например, настольный теннис. Ваши спина и шея это оценят.

Разные интересы

Чтобы сотрудники друг другу не мешали, создайте «клубы по интересам» и обозначьте для каждого свое время, чтобы одни могли отдохнуть в спокойной обстановке, а другие – активно провести свой перерыв. Организовав перерыв таким образом, руководитель даст возможность своим сотрудникам набраться сил, ненадолго сменить вид деятельности, стать более работоспособными, продуктивными, позитивными, а также повысить свои показатели, даже когда сил уже почти не осталось.

5 признаков, что у вас здоровые отношения

Миллионы людей живут вместе, несмотря на далёкие от идеала отношения. Они готовы мириться с унижениями, манипуляциями, ссорами из-за страха одиночества или из навязанных обществом стереотипов.

А многие просто не представляют, что это такое – здоровые отношения. Давайте разберемся, какие признаки на них указывают.

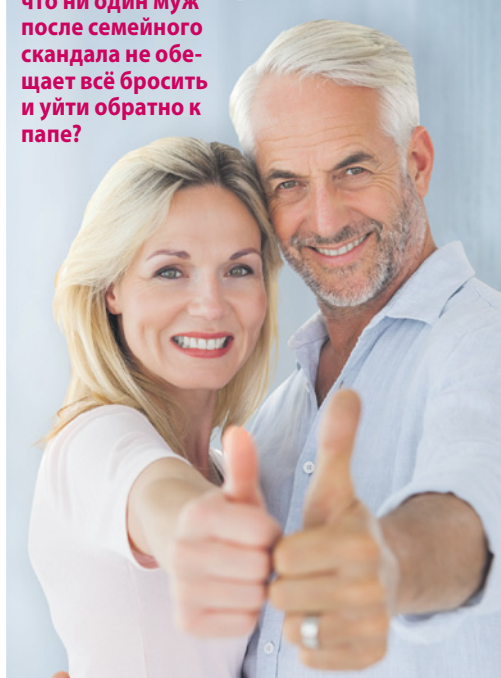
Встреча всегда радует

1 Неважно, на сколько расстанутся люди – на несколько часов в течение рабочего дня или на несколько месяцев командировки, они одинаково рады видеть друг друга. В здоровых отношениях люди воспринимают себя единым целым, поэтому воссоединение для них – приятное естественное событие.

Общие проблемы

2 Если у одного из партнеров возникают проблемы, второй воспринимает их как свои и начинает искать пути решения. Он не берет на себя всю ответственность, каждый человек должен уметь справляться со своими проблемами самостоятельно. Но поддержка советом, искреннее участие, умение взять на себя часть другой нагрузки, чтобы любимый человек сосредоточился на важной задаче, – вот что отличает людей в здоровых отношениях.

А вы заметили, что ни один муж после семейного скандала не обещает всё бросить и уйти обратно к папе?



Принятие

5 Умение принимать любимого человека таким, какой он есть, – очень важное качество, характеризующее здоровые взаимоотношения в паре. Что это значит? Ни муж, ни жена не пытаются переделать друг друга, подогнать под какой-то стандарт или выдуманный идеал. А ведь такое встречается сплошь и рядом. Вступая в брак, молодые люди либо не могут здраво оценить качества друг друга из-за влюбленности, либо надеются в ходе семейной жизни исправить в партнере то, что не устраивает. В ход идут шантаж, манипуляции, скандалы – на этой «войне» все средства хороши. Но в здоровых отношениях никто никого не переделывает. Люди любят друг друга, принимая положительные и отрицательные стороны.

Щедрость

3 В здоровых отношениях щедрость проявляется не только в материальных вещах, но и в эмоциях. Никто из партнеров не считает – что, когда и сколько сделал для другого. Наоборот, люди стараются сделать друг для друга как можно больше приятностей. Например, жена готовит мужу на завтрак любимые сырники, а тот выгуливает утром собаку, чтобы супруга могла подольше поспать.

Искренность

4 Если что-то случилось на работе – приятное или не очень – и вам сразу же хочется рассказать об этом второй половине, это признак здоровых отношений. Это значит, что вам интересно ее мнение, нравится ход ее мыслей, вы рассчитываете на поддержку или беспристрастную оценку. Порой услышать честный, отрезвляющий совет бывает гораздо важнее, чем льстивые утешения.

На заметку

Когда лад в семье под вопросом

Есть несколько моментов, которые стоят на пути двух любящих людей к идеальной семье. Вот они:

- **Неуемная ревность.** Психологи уверены: за недоверием ко второй половине скрывается неуверенность в себе и страх одиночества. Чувства эти чересчур эгоистичны, чтобы присутствовать в счастливой семье.
- **Бойкот.** Когда результатом любой ссоры становится бойкот и супруги не разговаривают друг с другом днями, неделями или даже месяцами, о стремлении быть вместе говорить не приходится.
- **Нестабильность.** Если жизнь проходит от скандала к скандалу и перемежается бурными примирениями, это повод обратиться к семейному психологу.

В заключение хочется сказать, что главное качество здоровых отношений – взаимность. Если один супруг понимающий, щедрый и принимающий, а второй – манипулятор и шантажист, то говорить о гармонии не приходится. Взгляните на свои отношения здраво. Возможно, вам осталось совсем немного поработать над ними?

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Брестская крепость – крепость-герой

22 июня 1941 года в нашей стране жизнь изменилась навсегда. История Великой Отечественной – не только история подвигов бойцов Красной армии, но история массового героизма всего народа. Оборона Брестской крепости – один из первых и самых драматичных и героических эпизодов начала Великой Отечественной войны. Вечная память и вечная слава героям!

1 На взятие Брестской крепости по расчёту стратегов фашистской Германии отводилось несколько часов, но защитники опротивлялись почти месяц, находясь в глубоком тылу армии захватчиков. Ярость, упорство защитников отмечали даже фашисты. Начиная с 23 июня крепость была в осаде, все подходы к воде были блокированы. Но крепость сражалась, уничтожая врага. По воспоминаниям свидетелей, стрельба из крепости слышалась практически до августа. Почему одной из знаковых дат героической обороны крепости считается 20 июля 1941 года?

а) Она была указана в переписке командования фашистов. **б)** Она была написана на стене одной из казарм. **в)** Потому что и через месяц крепость не сдалась и сражалась.

2 В 1974 году на страницах журнала «Юность» начал печататься роман Бориса Васильева «В списках не значился». Через 20 лет режиссёром Андреем Малаковым по мотивам этого произведения снят фильм, где герой, лейтенант Николай Плужников, в одиночку сражается в Брестской крепости... вплоть до апреля 1942 года! Как называется этот фильм?

а) «Руины стреляют». **б)** «Русские не сдаются». **в)** «Я – русский солдат».

3 Брестская крепость навсегда стала символом непоколебимой стойкости и мужества советского народа. Как и 12 городов-героев СССР, прославившихся своей обороной во время Великой Отечественной войны, Брестская крепость стала крепостью-героем. В каком году крепость была удостоена высокого звания?

а) В 1945 году. **б)** В 1965 году. **в)** В 1985 году.

ОТВЕТЫ

1-б, в. На стене одной из казарм крепости была обнаружена надпись: «Я умираю, но не сдаюсь. Прошай, Родина!». **2-в.** «Я – русский солдат». **3-б.** В 1965 году, когда отмечалась 20-я годовщина Победы.

ЗДОРОВЫЕ НОГИ – ПРИЗНАК ДОЛГОЛЕТИЯ

Почему так происходит? Это проблема с сосудами, особенно если Вы в зрелом возрасте. Старение сосудов неизбежно. Посмотрите, как меняется Ваша кожа с годами: она теряет упругость и слабеет.

То же самое происходит и внутри нас. Просто мы этого не видим. Мало того, что сосуды теряют упругость, так это ещё и приводит к отложениям на их стенках. Закупорка артерий, а дальше смерть!

Да-да, Вы не ослышались. Ваши органы умирают медленно и неотвратимо. А самое печальное, что Вы этого не замечаете. Это как засор в раковине: сначала вода просто уходит медленно, а потом льёт через край. Также и у нас: если это происходит в сердце — развивается инфаркт миокарда, если в мозге — мозговой инсульт, а в сосудах нижних конечностей (в ногах) — гангрена. Посмотрите на свои ноги: тёмные пятна — уже первый признак причудливой болезни.

Эх, если бы мы были внимательнее к себе, то жили бы 120 лет! Неужели Вы не хотите быть здоровыми долгожителями? Чего уж лукавить, все хотят! Только как это сделать? Лечить ноги или постоянно пить сердечные препараты? А если откажет печень? Можно экспериментировать с разными препаратами до бесконечности, но результата не будет. Но что тогда делать?

РЕШЕНИЕ ЕСТЬ

У отечественных специалистов нашлось решение! Они сделали ставку на лечение без лекарств! Почему? Во-первых, у всех лекарств есть побочные вредные действия. А во-вторых, это то, что происходит в мире. Проблемы с поставками лекарств просто неизбежны. Именно поэтому по поручению Президента России перед правительством была поставлена задача найти альтернативу привычным медикаментам и выйти на новый эффективный уровень лечения.

Поэтому в Москве в срочном порядке провели внеплановую конференцию высокотехнологичного медицинского оборудования.

Передовые разработчики представляли свои изобретения и боролись за титул лучшего. И цель была достигнута!

Фурор произвёл аппарат высокоточной электротерапии НАДЕЖДА. Настоящее совершенство медицины, благодаря которому многие люди уже вернули себе здоровье и долголетие. А знаете, в чём секрет этого уникального аппарата?

В его уникальном, глубоко воздействии на наши органы. Наше тело — это своего рода механизм, работа которого построена на энергии. Жизнь без которой просто невозможна. И внутри нас есть целые энергетические станции — митохондрии. Которые отвечают за жизнь клеток и формируют здоровье органов.

И если страдает одна клетка, то по цепочке начинают страдать и другие. И так орган за органом, срабатывает принцип домино. Отсюда боль, воспаление, и вот Вы уже не можете подняться с сумкой по лестнице.

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. 433507, г. Димитровград, а/я 476. В письме укажите номер телефона. Оплата при получении. Стоимость доставки уточняйте у оператора. 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. *Акция действует с 21.06.2023 г. по 21.07.2023 г. Информация об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. *ХайТоп. **Информацию о возврате денежных средств уточняйте у оператора. Реклама.

По словам медиков, четверть людей, у которых болят ноги, умирают в течение пяти лет. И дело тут вовсе не в суставах или коленях... Инсульт и инфаркт — вот истинная причина.

Только вздумайте, каждый год в мире 15 миллионов человек умирает за доли секунд. А ведь это больше, чем численность Москвы.

Представляете? А те, кто выжил, зачастую остаются парализованными и не способны защититься от нового удара.

Хоть таблетки пейте, хоть уколы делайте, но проблему Вы не решите. Не отчаивайтесь, ведь теперь у Вас есть НАДЕЖДА!

Инновационный аппарат HiTop™ терапии. Особая частота электрических импульсов невероятно сказывается на работе митохондрий. Ваши клетки начинают оживать. Больные органы получают кислород и питание и начинают выталкивать вредные вещества. Вы избавляетесь от боли! Разрываете этот замкнутый круг, по которому ходили годами.

НАГРАДА ДЛЯ РУССКОГО ЧЕЛОВЕКА

Какие возможности доступны Вам сегодня?!

Наши инженеры смогли внедрить мощную высокочастотную терапию в такой компактный современный аппарат. И заметьте, учёные сделали это именно для Вас! Теперь медицина высокого уровня доступна Вам в домашних условиях!

НАДЕЖДА — феномен современности. Вы живёте в уникальное время, ведь Вы можете воспользоваться этим аппаратом одними из первых! Это новая эпоха в лечении Ваших заболеваний.

К тому же высокое качество аппарата было отмечено и вознаграждено на масштабных российских конкурсах. Ведь НАДЕЖДА стала лауреатом «100 лучших товаров России».

А также НАДЕЖДА получила Золотой знак качества «Всероссийская марка. Знак качества XXI века», а вслед взяла и платину!

Тысячи людей избавились от боли в ногах и смогли укрепить своё здоровье. Да! Ведь НАДЕЖДА может помочь в лечении 60 болезней! Счастливые обладатели НАДЕЖДЫ больше не боятся инсульта и инфаркта, и правильно делают. Присоединяйтесь и Вы к числу счастливых!

ПРЕДЛАГАЕМ ВАМ ДЛЯ УСИЛЕНИЯ ЭФФЕКТА ТАРАКСФЛЕКС

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

БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ОФИЦИАЛЬНЫЕ ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

- **Заболевания опорно-двигательного аппарата** (артрозы, миалгия, мышечная атрофия, ушибы, вывихи)
- **Заболевания сердечно-сосудистой системы** (гипертония, болезнь артерий, заболевания сосудов)
- **Заболевания центральной и периферической нервной системы** (остеохондроз, дорсопатия, радикулит, невралгия)
- **Заболевания мочеполовой системы**
- **Заболевания бронхолегочной системы**
- **Нарушение обмена веществ**

Достаточно приложить электрод к Вашим ногам, нажать кнопку, и лечение началось.

Уже с первых минут Вы почувствуете, как боль сменяется теплом и расслаблением. Ваши ноги будто укутали пледом и поглаживают. Да, что говорить, тут не грех и задремать!



И ведь это только начало! Ваше дыхание начинает выравниваться, а ноги становятся тёплыми. Вот оно — правильное кровообращение. За счёт воздействия НАДЕЖДЫ на биологические точки восстановление идёт на клеточном уровне.

А это и есть основа Вашего здоровья и долголетия!

И это здорово! НАДЕЖДА — настоящий бриллиант современной медицины. Так пусть Ваши руки станут ему опорой. А НАДЕЖДА, в свою очередь, подарит Вам жизненные силы и долголетие, которые не купишь ни за какие деньги. Вот посмотрите на молодёжь. В одном телефоне у них практически вся жизнь. И продукты им привозят, и платят телефоном, и в поликлинику записываются через телефон. Так и наша НАДЕЖДА — это компактная современная медицинская техника! И в этом её плюс!

Аппарат профессионального уровня теперь доступен для домашнего применения! НАДЕЖДА уже прошла все клинические испытания. Более того, аппарат был протестирован в городской больнице № 23 г. Санкт-Петербурга. Множество людей вернули себе здоровье благодаря НАДЕЖДЕ. Ведь эффективность аппарата составила более 85%. НАДЕЖДА — это прорыв в медицине, за которым будущее!

ТУМАН РАССЕЕТСЯ

Вы только представьте, как можно жить на пенсии... не перебираясь хромыми шагами по квартире, а активно.

Получите **БЕСПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ** по номеру телефона:

8 (800) 333-56-71

**НЕ ОТКЛАДЫВАЙТЕ ШАНС
ВЕРНУТЬ ЗДОРОВЬЕ СУСТАВАМ НА ЗАВТРА!**

ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ И АНОНИМНЫЙ!

Внимание! Количество физиотерапевтических аппаратов «НАДЕЖДА» ограничено!

WWW.PRODEX.RU

WWW.APTEKA.RU

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Его фильмография столь богата, что устанешь перечислять фильмы, в которых он снимался. И сейчас у Алексея в производстве три картины, на подходе четвёртая.

Плюс ко всему – премьера в родном Театре на Юго-Западе, где режиссер Максим Лакомкин поставил спектакль «В списках не значился». Символично, что премьера спектакля состоится 22 июня – в день начала Великой Отечественной войны...

Работа в удовольствие

– Алексей, мне кажется, любому артисту интересно играть то, что сделано талантливо. А пьеса создана по мотивам романа талантливого писателя-фронтвика Бориса Васильева, где в основе сюжета – трагическая оборона Брестской крепости...

– Мне давно хотелось поработать с режиссером Максимом Лакомкиным. Он ставит в нашем театре не первый спектакль, но я в них не был задействован. Однажды я ему сказал: «Макс, если получится, хотел бы с тобой поработать». И когда он взялся ставить «В списках не значился», он позвал меня.

– При этом вы говорили, что Лакомкин работает не в вашей стилистике...

– Это вдвойне интересно. Полезно работать с разными режиссерами. Понятно, что пришлось притираться друг к другу, ломать какие-то свои стереотипы, избавляться от штампов. Максим пытался вытянуть из меня совершенно другого человека, так что на репетициях и ссорились, и спорили, я не всегда понимал, что он хочет. Он, например, говорил: «Лёш, кончай бегать, тебе 44 года, ты должен уже быть «мясистый», расудительный, неторопливый»... Но я очень эмоциональный, а Максиму мои эмоции были не нужны, он считал их излишними. Мне было трудно, но я старался,

Алексей МАТОШИН:

// Уважайте мир, в котором живёте

ся, в том числе получать удовлетворение от того, что делаю. Этому меня научила теща – тоже актриса, которая однажды сказала: «Если под что-то подпился, получай от этого удовольствие». Этим я и занимаюсь (улыбается).

Флейта, бас и тромбон

– Судя по тому, что вам 44 года, играете в спектакле не лейтенанта Плужникова...

– Я выйду на сцену в роли его товарища, пограничника Владимира Денищика. У нас в пьесе есть три героя: Плужников, Сальников и Денищик. Мой образ собирательный, и все наши герои очень разные: мы втроем, как флейта, бас и тромбон. Я бас...

– Интересно, как вышли из положения с декорациями? Всё-таки действие происходит в катакомбах Брестской крепости...

– Они минималистичны. Приходите – увидите.

Тёплые съёмки

– Как всё успеваете? Репетиции в театре, съёмки, киноэкспедиции. Недавно вернулись из Турции. Что там делали?

«Я учился на своих ошибках, которые были неизбежны, хотя мне повезло: я быстро нашёл свой театр и своего режиссера...»



Детали

Чемодан с инструментами

– Родители всегда вас поддерживали?

– Абсолютно, хотя батя поначалу не воспринимал всерьёз то, чем я занимаюсь. Перелом в его сознании произошел, когда они с мамой приехали на спектакль «Ромео и Джульетта», где я играл Ромео. Помню, выхожу после спектакля на улицу – кто-то с цветами ждёт, кто-то с конфетами, а отец стоит с чемоданом. Протягивает его и говорит: «Это подарок, только сегодня понял, какая непростая у тебя профессия». А в чемодане – набор инструментов. Это был лучший подарок в моей жизни!



– Снимался у Дарьи Фекленко в многосерийной мелодраме «Морская Заморская». Начинать снимать одно кино, получилось совсем другое (смеется). Очень ждем монтажа и озвучания, чтобы посмотреть наконец, что из этого вышло. У меня были замечательные партнеры – Владимир Фекленко (брат Дарьи, человек замечательного ума и обаяния), Екатерина Вуличенко, Дана Абызова. Вспоминаю эти съёмки с особенной теплотой. Они проходили в пяти километрах от того места, где я пять лет отдыхал с семьей.

– У вас сейчас ещё три картины в производстве. Как выдерживаете такую нагрузку?

– Я до работы жадный. Но как-то осенью навалилось все разом – в параллели несколько кинопроектов, театр, семья, и все это надо было совмещать. Старался, откладывал отдых на «потом», а потом меня так накрыло, что вместо отдыха ушел на три месяца на больничный. Я с ума сходил, так как ничего нельзя было делать, только отдыхать. И я понял, что не страшно остаться без работы, страшно быть немоощным.

Наталья АНОХИНА

ПОДРОБНОСТИ

«Актёром никогда не буду»

– Профессия актёра действительно не из лёгких, хотя некоторые считают иначе. А как вы представляли себе профессию в начале пути?

– Радужно! (Улыбается). Слава, все тебя любят, узнают на улице. Но я не знал, что за этим стоят годы тяжелого труда. Хотя, когда учился в театральном,

педагоги на курсе готовили нас к тому, что будет тяжело, что мы никому не нужны, что будем сами пробивать себе дорогу. И было действительно тяжело. Я учился на своих ошибках, которые были неизбежны, хотя мне повезло: я быстро нашёл свой театр и своего режиссера...

Мне сын как-то говорит: «Пап, я тоже хочу быть арти-

стом!» И я пригласил его на съемочную площадку. Он пару раз съездил, посмотрел и сказал: «Никогда в жизни не буду актером», хотя парень он не ленивый. Я из деревни, отец многому меня научил, и я свои знания передаю сыну. В прошлом году, например, сделали с ним на даче беседку – от фундамента до крыши, и так

во всем. Мне нравится, что мы все с ним делаем вместе. Девятилетняя дочка тоже не отстает. Когда еду на дачу, скажем, делать водопровод, увязывается хвостиком, она везде со мной, как и сын. Восхищаюсь своими детьми и стараюсь их воспитывать так, как когда-то меня родители, которые даже покосы в поле превращали в праздники. Я тоже люблю устраивать детям праздники. Мы создаем их вместе.

На телеканале НТВ стартовал 12-серийный остросюжетный детектив «Эффект домино», где в главных ролях выступили Максим Щёголев и Кирилл Зайцев.

Оба играют сотрудников следственного комитета, а их начальника – замечательный актер Сергей Баталов, который рассказал нашему корреспонденту, как согласился сниматься в этой картине, давно ли знаком с режиссером и почему ему нравится работать с молодыми артистами.

Старые связи

– Сергей Феликсович, вы не первый раз снимаетесь у режиссёра Андрея Силкина. Поэтому так легко согласились участвовать в проекте «Эффект домино»?

– С Андреем действительно уже работали, знали друг друга, и когда он предложил роль начальника следственного комитета безо всяких проб, я, конечно же, дал добро. Больше скажу, в этой картине мою партнершу играет замечательная Лариса Удовиченко. Когда-то в молодости у моего героя была с ней любовь, и вот мы встречаемся через много лет. Надо смотреть картину, чтобы узнать, чем эта встреча закончится.

– Действие фильма происходит в одном из южных провинциальных городов. Где снимали картину, если не секрет?

– Под Новороссийском. Жили в гостинице на берегу моря. И все было в удовольствие – сценарий, команда, режиссер, который позволял на площадке импровизировать, добавлять что-то свое. Таким

Сергей БАТАЛОВ:

Для меня главное то, что будет

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Счастья, любви, работы и мира!

Дословно

Слушал Высоцкого и Окуджаву

– У вас долгий профессиональный путь, в начале которого у вас был редкий учитель – Олег Павлович Табаков, у которого вы учились в ГИТИСе. Потом он дважды звал вас работать в свой театр. Вы не пошли. Почему?

– Я тогда много снимался, были большие проекты, которые не мог оставить. Думал: вот третий раз позовет, пойду. А третьего раза не случилось – Олег Павлович нас покинул. Он был невероятно одаренным человеком. Когда набрал наш курс, старался всячески развивать – доставал билеты в консерваторию, приглашал к нам Высоцкого и Окуджаву... Я как губка все впитывал, поскольку приехал из провинции.



Рецепт от звезды Блины

– стакан муки, стакан кефира, стакан кипятка, 1 яйцо, половина чайной ложки соды, 1-2 чайные ложки сахара, чуть меньше чайной ложки соли, 3 ложки подсолнечного масла. Размешиваешь ингредиенты и заливаешь кипятком. И без всякого масла можно начинать жарить.



годарностью вспоминаю работу с режиссером Николаем Досталем и его фильму «Облако-рай». Через 15 лет он снял его продолжение – картину «Колы – Перекати поле», где я снялся с Ирой Розановой, и мы получили премию «Ника» за лучшую мужскую и женскую роли. Было приятно. После этой картины на меня обратили внимание другие режиссеры, а после выхода на экраны фильма Владимира Меньшова «Ширли-Мырли» появилась зрительская любовь.

– Зритель привык к вашему экранному образу – вы всегда с усами. И вдруг...

– Усы имеют свою историю. В 1987 году режиссер Сергей Женовач ставил в театре-студии «Человек» спектакль «Панночка», где я тоже участвовал. И вот он говорит: «Ребята, вы играете казаков, отрастите усы». И я отрастил, и 30 лет их не сбрасывал. Но два года назад мне предложили роль советника Екатерины II Степана Шешковского в историческом сериале «Казанова в России». Там мой герой без усов. У режиссеров встал вопрос: как их сбрить? Я не был против, но параллельно снимался в проекте «Старушки в бегах», где был с усами. Пришлось поговорить с продюсером, и мне разрешили их сбрить, но взамен сшили новые. Причем так здорово, что никто не мог отличить от настоящих. Так я расстался с усами (смеется).

Наталья АНОХИНА

образом, наши персонажи обрастали деталями, это было здорово. Главных героев сыграли молодые ар-

тисты, и мне это нравится. Молодая энергия заряжает, дает новые импульсы, и все вместе взятое – хороший результат. Надеюсь, картина понравится зрителям.

Движение – жизнь

– Вслед за «Эффектом домино» скоро на ТВ покажут ещё одну картину с вашим участием – комедийную мелодраму «Старушки в бегах – 3», где вы сыграете возлюбленного главной героини в исполнении Елены Сафоновой...

– Да-да, Леночка Сафонова, Марина Яковлева, Таня Орлова, ну и я с ними. Это уже третья часть проекта, так что вместе со зрителями ждем его выхода. Также осенью выходит полнометражная кинодрама Александра Велединского «1993», расска-

зывающая о событиях сентября-октября 1993 года. Поработал с Дусей Германовой еще в одном полном метре – фильме «Альтернатива», который снимали опять же на юге, на сей раз в Геленджике... Параллельно выпустил интересный спектакль «Розыгрыш», где играю снова с Леной Сафоновой, Юлей Такшиной и Кириллом Дыцевичем. С этим спектаклем объехали полстраны, и не только. Недавно вернулись из Казахстана.

– Вы лёгкий на подъём? – Дорога – это движение, а движение – это всегда хорошо.

Сами с усами

– У вас солидная фильмография – более 150 картин. Какие из них стали этапными?

– Скажу так: для меня главное – не то, что было,

а то, что будет. Это очень важно – то, что у тебя впереди, ведь я не заканчиваю работать. Но если говорить о каких-то важных картинах, всегда с бла-

Кстати

О жабах и шоколадках

– Сергей Феликсович, расскажите напоследок о вашей редкой коллекции...

– Это смешная история. Как-то я ехал со съемок, остановился, и вдруг ко мне подходит женщина и дарит... каменную жабу. Когда снимался в Италии, увидел на барахолке пепельницу из венецианского стекла XIX века, тоже в виде жабы. Так стала собираться коллекция. Сейчас у меня около тысячи разных жаб. Коллекция лежит в коробках, поскольку мы только строим дом и разложить ее негде.

Правда, теперь у меня новое увлечение, я собираю именные шоколадки, которые дарят в бизнес-классе стюардессы «Аэрофлота». На каждой шоколадке фотография «небесной ласточки». Когда впервые увидел такую «фишку», мне понравилось, стал их коллекционировать. Даже если лечу в экономклассе, подхожу к стюардессам, и они мне дарят. Шоколадок собралось достаточно много. Надоест, еще что-нибудь придумаю.



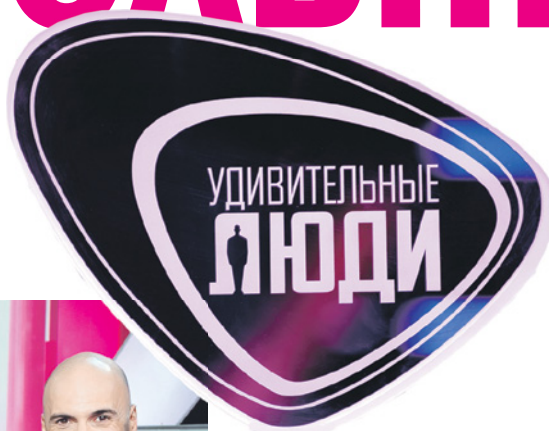
Грандиозный и зрелищный финал главного шоу страны о невероятных способностях – «Удивительные люди» состоится в пятницу, 23 июня, на телеканале «Россия».

Миллионы телезрителей наконец узнают, кто же станет самым удивительным человеком шестого сезона.

Претенденты на победу

Завершены пять отборочных туров и объявлены 11 финалистов: гений-пианист Андрей Гончаров из Москвы, спидкубер Ли Джихао из Китая, семья математиков и полиглотов Джамбакиевых из Алматы, мастер по микрооригами Софья Рябыкина из Невинномысска (Ставропольский край), братья с феноменальным чувством баланса Виру и Раму Бавари из Индии, талантливый юный химик Игорь Козырев из Новороссии, обладатель супер-памяти Дмитрий Фитисов из Москвы, мальчик-калькулятор Аарьян Шукла из Индии, мастера кунг-фу отец и сын Мэт и Тин Джэйн из Китая, уникальный канатоходец Камиль Мамаев из Дагестана и мнемотехник Ирина Плешкова из Санкт-Петербурга.

УДИВИТЕЛЬНЫЙ ФИНАЛ



Возможности без границ

В течение всего сезона зрители и звездные эксперты (Наталья Рагозина, Александр Пушной, Евгений Папунашвили и Василий Ключарёв) наблюдали за невероятными способностями участников, воодушевлялись их талантами, изумлялись и приходили в восторг. То, что демонстрировали на сцене участники, невозможно повторить, хоть судьи и пытались это сделать. Своим примером таланты доказывают, что возможности человеческого мозга безграничны. В заключительном соревновании финалистов ждут самые сложные испытания, ведь на кону Кубок проекта и денежный приз – 5 миллионов рублей.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Слово жюри

Наталья Рагозина:

– Конечно, у меня появились любимчики. Это дети, я болею за деток, это вундеркинды, они удивительные. А взрослые учащиеся, могут научиться за 15, 20 лет. Вот гений-пианист Андрей Гончаров – я за него переживаю и надеюсь, что он победит.



Александр Пушной:

– Все мои любимчики – в финале. Я, честно говоря, не знаю, что я буду делать, когда мне скажут выбрать кого-то одного. Точнее я знаю – увидите в эфире. Но поразительно то, что мы, выбрав людей в финал, предполагали, что они не будут соревноваться между собой, а будут соревноваться сами с собой, то есть нужно показать что-то, что превосходит твое же предыдущее выступление в отборочном туре.



Евгений Папунашвили:

– Меня поразили участники из Индии, два брата, которые танцевали с невероятным количеством предметов на голове, и они попали в финал. Я с нетерпением жду, и мне интересно, что они исполнят в финале. Совершенная фантастика!



ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

Ирина Плешкова, мнемотехник из Санкт-Петербурга:

– Я очень старалась выполнить задание и пройти в финал, хотя Александр Пушной его усложнил, но мне удалось все-таки найти апельсин. В случае выигрыша пока не знаю, как воспользуюсь призом, но думаю, что потрачу на учебу, на образование. Зрителям стоит посмотреть мое выступление, для того чтобы узнать о таком способе запоминания, как мнемотехника, и учиться развивать свою память, тренироваться.



Камиль Мамаев, канатоходец из Дагестана:

– Дойдя до финала, я чувствую спокойствие. Для меня это важно. Я канатоходец в шестом поколении, это наша традиция, культурное наследие нашей республики. С 6 лет тренируюсь, сейчас мне 42. Я не просто хожу по канату, но постоянно пытаюсь придумать что-то новое, интересное, экстремальное, сложное. Я всегда говорю, что научиться ходить по канату можно за три дня, а вот искусству надо всю жизнь учиться, секретов нет, единственное – терпение и постоянные тренировки. В финале я покажу что-то новое, что зрители точно не видели, и думаю, им понравится и они удивятся.



Семья Джамбакиевых, математики и полиглоты из Казахстана:

– Мы не ожидали, что дойдем до финала, это было очень волнительно, но мы справились с заданием, чему очень рады. Члены жюри очень хорошо отозвались о нашем выступлении, ведь оно затрагивает сердца, показывает, что такие семьи существуют, что счастье есть всегда и везде. Что все можно создавать, главное – доверие друг к другу и любовь. И наш номер, который увидят в финале, никто не может повторить, потому что он очень непростой.



Фото телеканала «Россия»

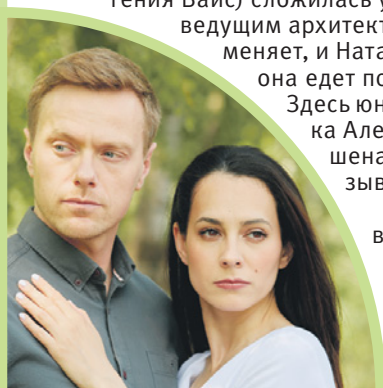
НОВОСТИ ТВ, ТЕАТРА И КИНО

Евгения Вайс представила героиню

На телеканале Домашний завершились съёмки сериальной мелодрамы «Начать сначала». В ролях: Евгения Вайс, Виктор Михайлов, Алла Малкова, Родион Галюченко и другие. По сюжету сериала жизнь Натальи (Евгения Вайс) сложилась удачно: она замужем за Ильёй и работает ведущим архитектором. Вскоре выясняется, что муж ей изменяет, и Наталья подает на развод. Чтобы развеяться, она едет по приглашению своей тети в родной город. Здесь юная Наташа была влюблена в одноклассника Алексея и счастлива, а потом предана и брошена. И вот спустя восемнадцать лет она оказывается в городе юности...

– Я оправдываю поступки своей героини, ведь она прожила столько лет практически с чужим для нее человеком, потому что свою потребность в любви она сублимировала в работу, – рассказывает Евгения Вайс.

Фото пресс-службы телеканала Домашний



Александр Дьяченко сыграет героя двух войн

В Подмосковье стартовали съёмки военной драмы «Заговорённый» производства «Киностудия КИТ» (входит в ГПМ КИТ в составе АО «Газпром-Медиа Холдинг») совместно с ООО «ТРОМЕДИА» по заказу телеканала НТВ. Четырёхсерийный фильм расскажет о донском казачестве и его подвигах на полях сражений Великой Отечественной войны. Главную роль в картине исполнит Александр Дьяченко.

Когда немецкие захватчики приходят на Дон, герой Первой мировой войны Семён Неупокоев (Александр Дьяченко) собирает казачью сотню и встает на защиту родного края. Опыт сражений

с немцами в 1914-1918 годах, за которые бесстрашный и смекалистый воин получил прозвище Заговорённый, помогает его сотне побеждать немецкие части в 1942 году.

– Проект привлек своей сценарной идеей, прежде всего, – рассказал Александр Дьяченко. – В нем – очередной срез неисчерпаемой истории Великой Отечественной войны, с участием в ней наших казачьих дивизий.

Фото PR «Киностудия КИТ»

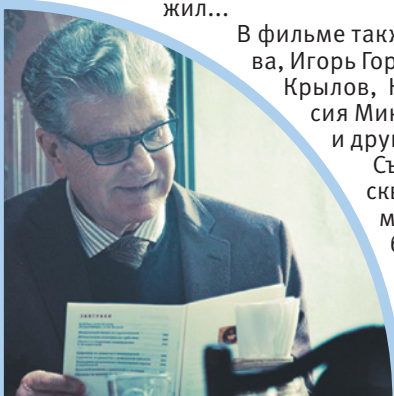


Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА»

Игорь Костолевский рассказал о роли

На Первом канале – сериал «Серебряный волк». Напомним: это шпионский триллер, действие сюжета разворачивается в настоящем времени, расследование сложного резонансного дела поручают капитану ФСБ Игорю Каморину (его играет Павел Попов), в помощь которому направляют консультанта – полковника в отставке Александра Волкова (эту роль исполняет Игорь Костолевский).

– Я люблю такие детективные истории еще с фильма «Тегеран-43», ведь в «Серебряном волке» мой герой – тоже разведчик, – рассказывает Игорь Костолевский. – Когда я работал над этой ролью, то много думал о Геворке Андреевиче Вартаняне (советский разведчик. – Прим. ред.), с которым дружил...



В фильме также снимались Мария Андреева, Игорь Гордин, Наталья Вдовина, Артём Крылов, Николай Чиндяйкин, Анастасия Микульчина, Екатерина Олькина и другие артисты.

Съемки сериала проходили в Москве на протяжении трех осенних месяцев. По сюжету действие будет происходить и в Америке, но антураж заокеанских объектов тоже был найден в российской столице.

Фото пресс-службы
Первого канала

Тимур Родригез станет ведущим тревел-шоу

Российский шоумен, певец, актёр и телеведущий Тимур Родригез с осени на телеканале НТВ будет вести новый проект: передачу о путешествиях «Попутчик». Ему предстоит посетить немало городов и стран, чтобы потом поделиться со зрителями самым интересным. Необычность нового шоу состоит в том, что ведущий будет путешествовать не один, а всегда с попутчиком, и стать им может совершенно любой человек. Направление поездок будет определяться случайным образом: с помощью печенья с записками. Нужно сказать, что Тимур Родригез имеет большой опыт в работе над такими шоу: он был ведущим передач «Орел и решка. Россия» и «Руссо Экспрессо» на канале «Пятница». Так что мы можем смело ему довериться – и отправляться путешествовать, не выходя из дома.

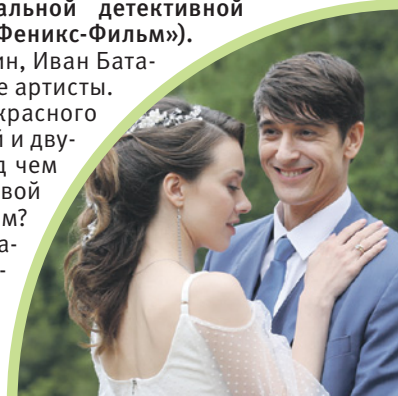
«Зеркало для оборотня» готовится к эфиру

На телеканале Домашний завершили съемки сериальной детективной мелодрамы «Зеркало для оборотня» (производство «Феникс-Фильм»). В ролях: Юлия Франц, Станислав Бондаренко, Прохор Дубравин, Иван Батарев, Юлия Юрченко, Ксения Энтелис, Андрей Харыбин и другие артисты.

По сюжету Вера выходит замуж, как ей кажется, за «прекрасного принца» Дениса. Она даже не подозревает, что Денис – хитрый и двуличный человек, оборотень, не останавливающийся ни перед чем ради достижения своих корыстных целей. Вера становится жертвой его циничных и жестоких манипуляций... Как ей справиться с этим?

– Каждый может быть предан близким человеком, – рассказывает исполнительница роли Юлия Франц. – Женщина не всегда способна распознать в мужчине тревожные знаки, поэтому, столкнувшись с подобным опытом, стоит набраться сил и идти дальше. Главное – не переставать верить в настоящую любовь и счастье.

Фото пресс-службы телеканала Домашний



Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА».

ГРИБ-БАРАН

На Земле есть десятки тысяч видов грибов, но из них только около 700 имеют выраженные терапевтические свойства. Это есть высшие грибы, некоторые из них несъедобны и, тем не менее, используются в терапии. Лучшее природное средство и самое здоровое для человека – «Гриб-Баран». Он одолеет любое болезненное вещество в теле и все очистит, а главное, быстро усмирит боль. Тысячам людей приходит здоровье от употребления этого редкого гриба. Очень часто люди, которые находятся в безнадежном состоянии и их уже «списали», пьют грибы и живы, но более того – здоровы.

Как действуют грибы?

Лечебные грибы борются с причиной, а не симптомами. В отличие от всего, терапия с грибами – это полное восстановление здоровья человека через достижение внутреннего баланса организма. Это равновесие – химических веществ, микроорганизмов, ферментов, гормонов, воды, иммунных клеток и тканевых соков. Это и объясняет многогранное действие некоторых грибов при об-

разованиях, сердечных, легочных, кишечного тракта, суставов, эндокринных, иммунных, вирусных, паразитарных прочих нарушениях.

Могут ли кулинарные грибы помочь здоровью так, как медицинские грибы?

Кулинарные грибы являются наиболее полезными для здоровья. Дело в том, что это безвредно, полезно, но это не лечебные вещества. Есть, конечно, и кулинарные варианты лечебных грибов, но они не имеют эффекта только потому,

что при приготовлении пищи ферменты в них разрушаются. Раньше в российских деревнях в лечебных целях грибы заготавливали в порошок, настаивали на водке.

В каком же виде лечебные грибы наиболее эффективны?

Наши ученые пришли к выводу: чтобы сделать грибные вещества сильнее, умножить их эффект, нужны экстракты, приготовленные с помощью медовых вытяжек. Тогда свойства грибов гораздо более

активны. Ученые уже располагают схемами для людей с новообразованиями, с сахарным диабетом, артрозом, с нарушением зрения. Данные комбинации помогают ликвидировать болезненные соки в теле и предотвращают получение «рассеянки» патологий.

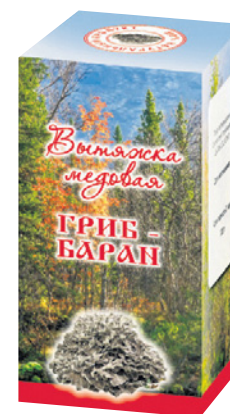
Значит ли, что в будущем отпадет необходимость в таблетках?

До тех пор, пока лечение не будет затрагивать сущность болезни, оно будет поверхностным и кратковремен-

ным. Гриб, например, как раз воздействует на причину, на весь организм в целом, отсюда его высокая эффективность.

Можно ли принимать грибы, если кажется, что человеку уже ничего не поможет?

Особенно в таких случаях грибы можно и даже нужно принимать. Не стоит забывать, что на протяжении всей истории человечества грибовая аптека всегда была и остается самой сильной.



ИП Горобец Екатерина Ивановна. ОГРН: 311619325600161

✉ Мой брат (Иван) перенес 3 инсульта. Самый страшный был третий. Его парализовало – лицо перекосило, отнялась речь, правая рука висела как плеть. Было лечение, выписка. Сказали, что ходить не будет, кормить с ложки. Зина (его жена) не сдавалась, стала поить его средством для долголетия «Гриб-Баран». Через пять месяцев приехала я к ним из деревни, смотрю, а Вани на кровати нету. Ну, думаю, умер. А Зина говорит: «Вот уж месяц ножками своими бегают!» В общем, я тоже захотела эту вытяжку, уж больно давление прыгает.

Людмила Наумовна, г.Петрозаводск

✉ Я воскресший и счастливый! А сначала я просто «сдыхал», когда случалось быстро ходить. Потом даже в покое ощущал холодный кол за грудиной. Сдавливало грудь, заходилось дыхание. Попытка отыскать положение, в котором будет полегче. Потому что я себе и представить не мог, как можно жить, если легче не станет. Повсюду таскал с собой «аптечку». А потом попробовал гриб в вытяжке. Исчезли все сердечные недомогания. Даже мои давнишние враги – шум в ушах и простатит – ведут себя прилично.

Иван Николаевич, г. Череповец

✉ Резко упало зрение. Лица не различал на расстоянии метра. Чуть поволнуюсь, и давление по голове бьет. Ноги 20 лет гудят – забитые сосуды. Передвигался словно на протезах. Болит что-то постоянно – не жизнь, а сплошная боль. Не могу сказать точно, когда началось оживление, но какое счастье! Почему я забыл, что жизнь на самом деле – богатая, красивая, свежая?! Зрение становится острым, как у хищной птицы, прошла размытость, глаза перестали усыхать. Теперь я вижу, хожу, живу! Куплю, пожалуй, летом лодку. Изумительный этот «Гриб-Баран»!

Зинаида Алдаровна, г. Улан-Удэ

✉ После укуса клещом в 59 лет стал инвалидом. Поражена вся нервная и сосудистая система, проблемы с памятью, и сильные боли, и отеки, и разрушения в суставах. При ходьбе от напряжения ноги складывало в коленях, а тело дико трясло. Я понимал, что со стороны я кажусь людям деревянным. И усталость стала привычной: ведь столько сил уходило на то, чтобы казаться нормальным. Новые знакомые спрашивали: «А раньше ты мог ходить?» Как будто теперь я не ходил! Становилось грустно и стыдно: видимо, только я думал, что хожу, остальные так не считали. Летом попробовал «Гриб-Баран». Легче стало сразу, ничего не болит. Я ведь сейчас и по пересеченной местности бегую, радуюсь своим ногам. Я счастлив, отдыхаю душой.

Анатолий Григорьевич, г. Магнитогорск

✉ У меня все внутри сгорело и была такая грань – то ли бороться за свою жизнь, то ли нет. Полностью поражена поджелудочная, печень, легкие. Приехал ко мне сын, привез «Гриб-Баран» и сказал: «Мам, скоро ты у нас как огурчик будешь!» И вправду, чувствую – молодею. Каждый день пью грибное средство.

Ольга Ивановна, г.Новосибирск

* «Медовая вытяжка концентрат «Гриб-Баран» (1 шт. – 720 грамм)

Цена: ~~7200~~ руб. Со скидкой (лето 2023): **3600 руб. (!) Только до 31 июля 2023 г.**

Бесплатный
звонок
по всей России

8 (800) 550-96-10

Адрес для писем: 346723 Ростовская обл., г. Аксай, а/я 6, Горобец М.Н.

Самое желанное в жаркий летний день – освежающий прохладный напиток. Конечно, можно привезти с собой за город ящик газировки, но лучше приложить небольшие усилия и пить натуральный и гораздо более вкусный продукт.

Приготовить освежающий напиток, особенно на даче, где растет хоть один куст, – дело очень простое и довольно увлекательное. Ведь с ягодами, фруктами, травами можно вволю экспериментировать и в конце концов подобрать идеальный вкус. Благо летом природа дает нам все возможности для таких экспериментов. И результата, что особенно приятно, не придется долго ждать.



НАПИТКИ ДЛЯ ДАЧНИКОВ: Квасы, морсы, лимонады



Хлебный квас на меду

На 12 персон. Калорийность (на 100 г): 25 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 500 г ржаного хлеба ■ 80 г меда
- горсть изюма ■ 1 ст. л. тертого корня хрена ■ 4 л воды

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Хлеб нарезать кубиками, высушить в духовке (чем темнее будут сухари, тем темнее получится квас).
- 2 Воду довести до кипения, дать немного остыть, растворить в ней мед, охладить.
- 3 Сухари переложить в емкость для брожения (стеклянную или эмалированную), добавить изюм и хрен, залить водой с растворенным в ней медом.
- 4 Настаивать квас 3-4 дня, после чего процедить, разлить по бутылкам и убрать в холодильник (бутылки с готовым квасом нужно открывать осторожно, не взбалтывая).
- 5 Оставшиеся сухари – закуску – можно использовать еще несколько раз, заменив половину свежими сухарями и добавляя мед (или сахар).



Морс из ягод

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 41 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 200 г любых ягод ■ 200 г сахара

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Ягоды добавить 100 г сахара, оставить на 5 часов, протереть через сито.
- 2 Оставшуюся в сите мезгу залить водой (2 л), довести до кипения, варить на небольшом огне 10 минут.
- 3 Отвар процедить, добавить оставшийся сахар и еще раз вскипятить.
- 4 Отвар охладить, влить в него ягодный сок, перемешать, убрать в холодильник до полного охлаждения.



Мятный лимонад

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 15 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 лимон ■ пучок мяты ■ 0,5 пучка Melissa ■ сахар

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Довести до кипения 1 стакан чистой воды, растворить в нем сахар, дать остыть.
- 2 Лимон нарезать тонкими ломтиками, листья мяты и Melissa некрупно нарубить, сложить в кувшин, залить остывшим сиропом, добавить 3 стакана чистой воды; убрать в холодильник на несколько часов.



Напиток из барбариса

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 29 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 4 ст. л. барбариса ■ 4 ч. л. сахара
- 1 л воды

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Довести до кипения 1 стакан воды, всыпать ягоды, еще раз довести до кипения, снять с огня, накрыть емкость с ягодами крышкой, оставить на 5-10 минут.
- 2 Размять ягоды (ложкой или с помощью погружного блендера).
- 3 В кастрюле нагреть оставшуюся воду, всыпать и развести до полного растворения сахар.
- 4 Добавить размятые ягоды, довести до кипения, накрыть крышкой, снять с огня.
- 5 Когда напиток полностью остынет, процедить, перелить в кувшин и убрать в холодильник.



Розовый чай

На 2 персоны. Калорийность (на 100 г): 12 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 2 горсти свежих лепестков роз (или 2 ст. л. сушеных) ■ 8-9 листьев малины или лесной земляники
- сахар (или мед) по вкусу

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Розовые лепестки и листья малины положить в заварочный чайник, залить 500 мл крутого кипятка.
- 2 Когда чай заварится, добавить по желанию сахар, размешать до полного растворения, дать полностью остыть, добавить лед.



Малиновый лимонад

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 38 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 2 стакана малины ■ 200 г сахара
- 2 лимона ■ лед по вкусу

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Из лимонов выжать сок. Малину переложить в блендер, добавить 1 стакан чистой воды, взбить до однородности (если нет блендера, можно просто размять ягоды ложкой, а затем залить водой).
- 2 Переложить получившееся пюре в кувшин, долить еще 2 стакана воды, добавить лимонный сок, перемешать.
- 3 Отдельно нагреть еще 1 стакан воды, размешать в нем сахар до полного растворения, охладить.
- 4 Влить сахарный сироп в кувшин с малиновым напитком, перемешать, убрать в холодильник; при подаче в каждый стакан добавить лед.

Молодая супруга говорит своему мужу:
– Дорогой, я должна тебе признаться, что умею готовить только два блюда: манную кашу и компот из груш.
Муж посмотрел на блюдо, стоящее перед ним, и спросил:
– А это которое из названных?



Осевшие частицы грязи, пыли, известкового налёта и мыла скрывают от вас блеск водопроводного крана?

Как вернуть кранам чистоту и сияние?



Пора расставить точки над «i» и вернуть ему первоначальный глянец, сияние и чистоту! А чтобы работа была быстрой, легкой и даже приятной, делимся некоторыми полезными секретами.

Медь и латунь

Медный смеситель со временем подвержен потускнению и появлению зеленовато-бурого налета. Исправить ситуацию поможет лимонный сок. Разрежьте лимон на две половинки, одну из которых посыпьте мелкой солью и протрите ею потускневшую поверхность смесителя.

Мыльный раствор также может привести латунный смеситель в весьма приличное состояние.

А чтобы предотвратить потускнение и потемнение латуни, периодически наносите на кран тонкий слой льняного масла.



Бронза

На бронзовых смесителях со временем может образовываться патина. Если ее появление не входило в ваши планы, то регулярно очищайте бронзу разведенным с водой порошком цикория.

А если вы не являетесь любителем цикория, то специально покупать его для чистки крана не нужно. Воспользуйтесь томатной пастой. Нанесите ее на 30 минут, а затем смойте водой.

Детали

Долой абразивы!

Как бы предсказуемо это ни звучало, но сантехнические покрытия не терпят грубых материалов, жестких щеток, абразивных частиц и прочих царапающих элементов. Запрещено использовать также агрессивные кислоты, металлические губки и концентрированные чистящие составы в борьбе за чистоту.

Несмотря на то что об этом большинство людей знает, почти каждая хозяйка хотя бы раз в жизни испортила покрытие, поцарапала сантехнику или механически повредила верхний слой в погоне за блеском и сиянием. Не забывайте тестировать новые составы на незаметном участке поверхности! Уберите подальше абразивные губки и положите поближе салфетки из микрофибры.

– Сегодня буду новый кран ставить!
– А чем тебя старый не устроил?
– Низкий. Чтобы воды в чайник набрать, надо сначала под ним всю посуду перемыть...

Кстати

Привычка – лучший помощник

Удалять застарелые загрязнения – так себе удовольствие. Поэтому опытные хозяйки рекомендуют протирать краны и смесители не реже раза в неделю. Просто заведите себе такую привычку – утром или вечером в выходной уделять этому моменту всего несколько минут. Результат вам обязательно понравится!

Светлана СИДОРЧУК

Никель или хром

Если у вас краны из никеля или хрома – самые блестящие и глянцевые – то они страдают от загрязнения сильнее всего. Чтобы очистить их, на влажную губку нанесите немного пищевой соды и распределите ее по поверхности. Оставьте со-

ду на полчаса и смойте прохладной водой. Чтобы не осталось царапин, сильно не трите.

Второй способ – добавить в стакан теплой воды 1 ст. л. любого моющего средства, смочить в нем губку и очистить кран. Для труднодоступных мест можно воспользоваться старой

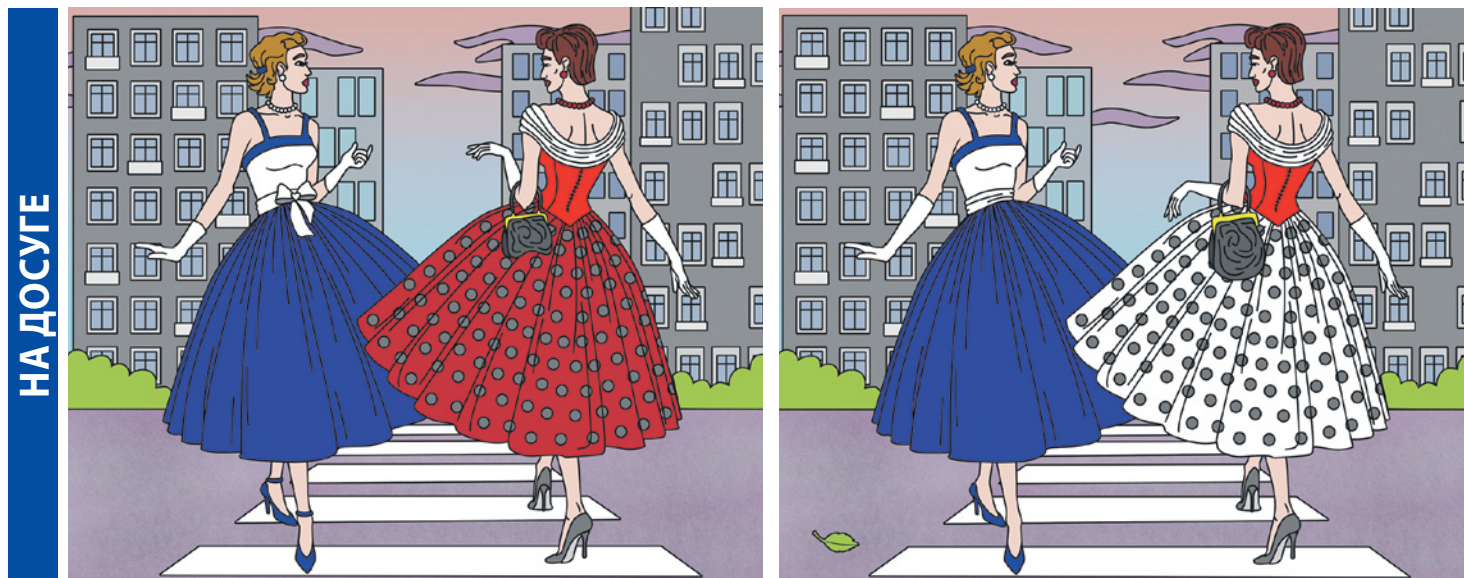
зубной щеткой, но чистить нужно аккуратно, чтобы не повредить блестящую поверхность.

Третий вариант – воспользоваться 6-процентным белым уксусом. Налейте его в емкость с пульверизатором и распылите по всей поверхности смесителя. Оставьте состав на 10

минут, а затем протрите сухой салфеткой.

Ржавчину можно удалить с хромированного крана пастой из соли и лимона (1:1).

Избавиться от известкового налета поможет виноградный уксус. Нанесите его на смеситель и через несколько минут смойте прохладной водой.



НА ДОСУГЕ

Найди 10 отличий

Вот так встреча!

Так бывает, когда выбран один стиль. И дамам всегда интересно, что удалось подчеркнуть второй стороне, а что скрыть.

Ответы: перчатки у дамы слева, бант на поясе, ремешок и тиффани у нее же, листок у сумки у нее же, являея справа, цвет юбки у нее же, являея справа, переходя у нее же, являея справа, облако между звездами и индеей справа, анко у нее же, являея справа.



ЖУРНАЛЫ УЖЕ В ПРОДАЖЕ. 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 100 Самураев, Наш сканворд КАРДОС или Наш размер КАРДОС

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

Реклама

Долгожданное лето приносит нам не только радость и тепло, но и, к сожалению, проблемы. Сухой воздух, жара, яркое солнце, увя, не самым лучшим образом влияют на наш внешний вид.

Состояние кожи и волос к концу сезона может оказаться просто катастрофическим, если вовремя не принять меры, о которых мы расскажем сегодня. Конечно, нам хочется быть красивыми всегда, в любое время года. Но жаркое лето может оставить на нашей внешности не самые красивые следы: пересохшую кожу, тусклые безжизненные волосы, огрубевшие пятки и локти. Чтобы этого не произошло, необходимо вовремя принимать меры профилактики, и красота не покинет нас никогда.

Жаде – нет, пляжу – да

Увлажнение снаружи и изнутри – вот что самое главное для нашей красоты летом. Снаружи – это увлажняющие лосьоны, кремы и другие косметические средства, а изнутри – это вода. Воды необходимо пить много, особенно во время жары, не менее двух литров в день. Вода должна быть чистой, негазированной, несладкой. Носите с собой бутылочку воды, держите бутылочку с водой и на рабочем столе. Не терпите жажду, пейте и увлажняйте себя.

В магазине:
– У вас есть шампунь?
– Да. Вам для какого типа волос?
– Для грязных.



Как в жару сохранить красоту и свежесть



Детали

В жаркие дни лучше использовать легкие духи, парфюмерную (туалетную) воду или кремы (увлажняющие, солнцезащитные) с освежающими ароматами.

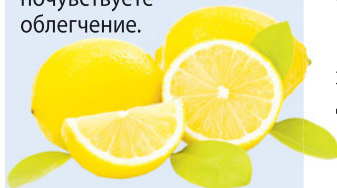


Чтобы не заболеть, избегайте искушения пить ледяную воду в жаркие дни. Помните: летние инфекции не дремлют, и контраст между ледяной водой и разогретым горлом может стать роковым.

И всегда помним, что после купания в реке, озере,

Освежаем кожу

Заварите 3 ст. л. мяты или выжмите сок из одного лимона, разбавьте стаканом чистой воды, залейте эту жидкость в формочки для льда и заморозьте. Протирайте льдом лицо, шею и зону декольте утром и вечером. А когда жара покажется совсем невыносимой, приложите эти кусочки льда на несколько секунд к вискам и груди, и сразу почувствуете облегчение.



море или бассейне обязательно нужно принять душ. Необходимо смыть возможную грязь, песок, соль, хлорку...

Загораем

Ровный красивый загар – мечта каждой женщины. Загар делает нас привлекательными и скрывает неровности кожи, придает ей здоровый вид. Однако загорать очень желательно без фанатизма, умеренно и с умом. Во-первых, не стоит добиваться максимальной «черноты» – это портит кожу и приближает ее старение. Лучше дождаться красивого оттенка и поддерживать его, находясь на солнце минимально необходи-

Делаем макияж

Летний макияж должен быть максимально легким – чем меньше будет на лице косметики, тем лучше. Но уж если без макияжа совсем невозможно, смените жидкие румяна и тени на сухие, плотную помаду – на прозрачный блеск, тональник – на ВВ-крем. Если планируется поход на пляж или в бассейн, используйте водоотталкивающую косметику. И помните, очень желательно, чтобы вся летняя декоративная косметика содержала УФ-фильтры.

мое для этого количество времени.

Во-вторых, не следует пренебрегать солнцезащитным кремом, его необходимо наносить перед каждым выходом на залитую солнцем улицу. Защита от УФ-лучей, которую обеспечивает крем, необходима не только для хорошего состояния нашей кожи, но и для ее здоровья.

В-третьих, не следует забывать о кремах после загара – это важный этап защиты кожи, ее увлажнения и питания.

Светлана ИВАНОВА



Кстати

Позаботимся о волосах

Пересушенные волосы – одна из самых неприятных летних проблем. Чтобы этого не случилось, во-первых, после каждого купания в озере, реке, море или бассейне волосы нужно обязательно промывать от песка, соли, хлорки. Можно также принять превентивные меры: перед купанием нанести на волосы несмываемый бальзам или кондиционер, который после купания следует тщательно смыть.

Во-вторых, волосы необходимо регулярно «подкармливать». Сделать это можно с помощью питательных масок для волос, которые продаются в специализированных отделах крупных магазинов.

И помните, что окрашенные волосы могут особенно сильно пострадать от яркого солнца. Самая лучшая защита для волос – головной убор.

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, клеите на холодильник и пользуйтесь с удовольствием!

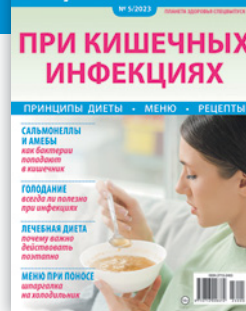
В НОВЫХ ВЫПУСКАХ ВЫ НАЙДЕТЕ:

- 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.

Здоровое питание



Здоровое питание



Здоровое питание



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

ЖУРНАЛЫ УЖЕ В ПРОДАЖЕ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

16+ Реклама

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

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

Считается, что скинуть 30-50 кг лишнего веса – это неподъемная задача, в отличие от 3-5 кг. На самом деле всё возможно.

Решаем задачку с большим весом

По времени решение этой задачки не быстрое, зато надежное и весьма эффективное.

Дано

■ Большое количество лишнего веса. Не менее 20 кг, которые вы хотите скинуть.

Условия

- Наследственная предрасположенность. Зачастую это с детства выражается в привычном неправильном питании: фастфуд, тортики, конфеты и т.п.
- Нарушено пищевое поведение: частые перекусы, большие объемы пищи.
- Большое количество еды по вечерам или даже на ночь.
- Малоактивный образ жизни.



Решение

Действие 1. Посещение врача

Если есть проблемы с эндокринной системой или другие хронические заболевания, прежде чем приступать к похудению, проконсультируйтесь с лечащим врачом. Он даст рекомендации и по питанию, и по двигательной активности.

Действие 2. Коррекция питания

Чтобы начать худеть, достаточно регулярно и полноценно питаться. Только не привычными булочками. Каждый прием пищи обязательно должен включать сложные углеводы, белки и правильные жиры. Это даст чувство длительного насыщения, и в мозг перестанут поступать сигналы о лишних перекусах. Именно питание должно быть скорректировано в первую очередь. Худеть

получится только на дефиците калорий.

Действие 3. Замена жира на мышцы

Бег трусцой, степ-аэробика, прыжковые тренировки и любые ударные нагрузки – не для людей с большим избыточным весом. Они принесут вред коленным суставам и сердечно-сосудистой системе. Также желательно исключить амплитудные махи руками и ногами, упражнения с большим отягощением. Некстати будут классические упражнения на пресс, так как они дают большую нагрузку на межпозвоночные диски. Лучше всего начинать с неспешных прогулок (в том числе со скандинавскими палками), плавание и упражнений в воде. Силовые упражнения на тренажерах с адекватной нагрузкой и соблюдением техники выполнения допустимы под контролем специалиста.

Татьяна МИХАЛЁВА



Мнение специалиста

Сила мотивации

На наши вопросы отвечает психолог Юлия Карпенко.



– Какие бывают причины полноты и как строится работа с лишним весом в зависимости от того, что заставило его набраться?

– Если мы не говорим о гормональных нарушениях или приеме некоторых лекарственных препаратов, есть два критерия, которые находятся у основания причин появления лишнего веса. Это система ценностей и наличие волевых качеств. К примеру, влюбленная женщина может горы свернуть, так как у нее есть мотивация завладеть вниманием желаемого объекта, а мысли направлены не на еду, а на предмет обожания. А что касается волевых качеств, то в основе находится лень, у которой тоже свои причины, требующие индивидуальной проработки. Например, желание спрятаться за лишним весом, стать более заметным и так далее.

– Сколько времени в среднем нужно, чтобы отработать причины полноты и получить устойчивую динамику похудения?

– В среднем сколько лишний вес набирала, столько времени мы даем себе на то, чтобы его скинуть. Важно спросить, сколько лишнего веса у человека, по его мнению, есть и как долго он с ним живет. Названный срок можно умножить на два и обозначить как необходимый для похудения. В этом заключается психологическая уловка: человек увидит, что справляется быстрее, и перестанет сомневаться в успехе.

Фото из личного архива Юлии Карпенко и www.shutterstock.com

ПОДПИСКА
на 2-е полугодие
2023 г.

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!
Продолжается подписка на 2-е полугодие 2023
на издание «ТЕЛЕК Pressa.ru».*



Оформить подписку
до почтового ящика
можно во всех
почтовых отделениях

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

Газета выходит
1 раз в неделю

Стоимость **ПОДПИСКИ** на газету
«ТЕЛЕК Pressa.ru»* на 2-е полугодие 2023 г.

на 1 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца	на 5 месяцев	на 6 месяцев
251,83 ₺	503,66 ₺	755,49 ₺	1007,32 ₺	1259,15 ₺	1510,98 ₺

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

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

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика
можно также **НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА**

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

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



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

- Выберите город, чтобы узнать цену на подписку для данного населенного пункта.
- Выберите газету* (по индексу – П2939 или названию – «ТЕЛЕК Pressa.ru»).
- Выберите способ доставки.
- Введите данные получателя: адрес доставки, ФИО.
- Выберите период подписки.
- Пройдите простую процедуру регистрации, если оформляете подписку на сайте впервые, или авторизуйтесь на сайте.
- Оплатите заказ банковской картой.

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



П2939
«ТЕЛЕК Pressa.ru»

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

Посадочные хлопоты позади. Теперь предстоит решить задачу: что предпринять, чтобы получить богатый урожай ароматных огурцов, сочных перцев, сладких томатов и нежных баклажанов?

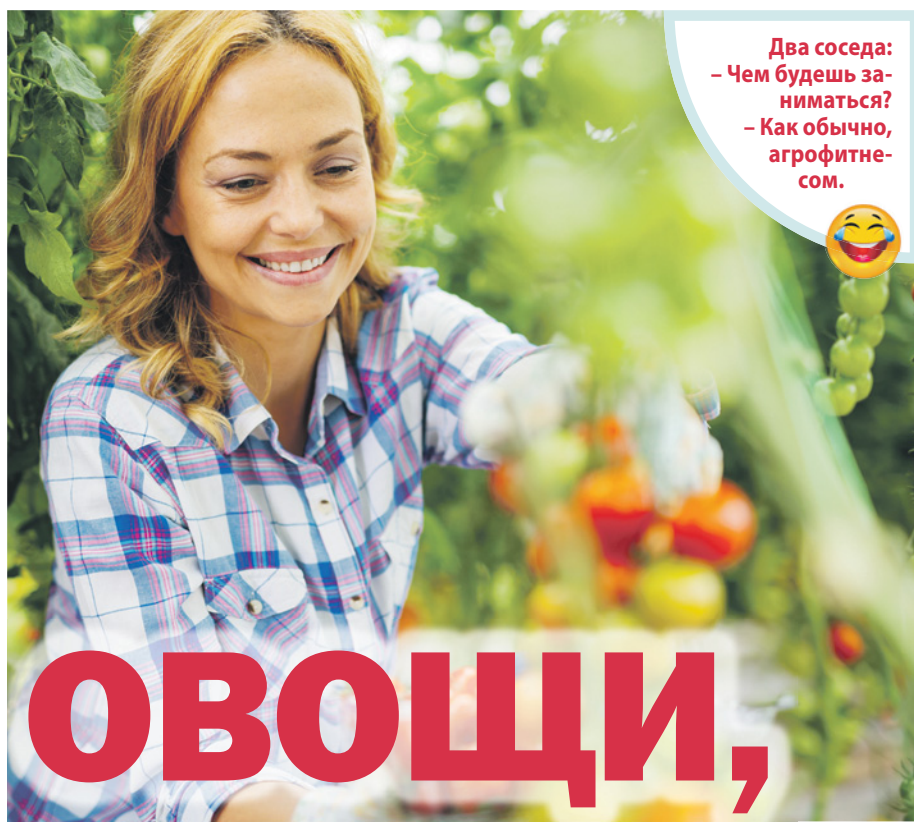
В середине лета важно поддержать растения грамотными составленными подкормками, чтоб обеспечить все потребности каждого вида овощей. Чем подкормить огурцы, томаты, перцы и баклажаны в период интенсивного роста, цветения и завязывания плодов?

Чем подкормить огурцы?

Огурец – это лиана, поэтому он на протяжении всего сезона постоянно нуждается в азотных подкормках, чтобы наращивать и поддерживать пышную зеленую массу. Поэтому подкормки, направленные на завязывание и формирование плодов (фосфорно-калийные) нужно чередовать с азотными.

● **Во время цветения и завязывания плодов.** Куринный помет разводим 1:15 (можно заменить коровяком или «Оргавитом», приготовленным по инструкции на упаковке), к 10 л раствора добавляем 1 стакан золы (или 50 г сернокислого калия). Азот будет способствовать росту, а калийная составляющая – завязыванию плодов.

● **Во время плодоношения.** Калий по-прежнему важен для налива, выразительного вкуса и красивого внешнего вида плодов, а азот нужен для роста лианы, поэто-



ОВОЩИ, УГОЩАЙТЕСЬ!

Два соседа:
– Чем будешь заниматься?
– Как обычно, агрофитнесом.



Совет

Как выглядит дефицит элементов?

Чтобы понимать, каких макро- или микроэлементов не хватает растению, и исправить ситуацию при помощи подкормки, обратите внимание на листья:

- Новые листочки сохраняют насыщенный зеленый цвет, но при этом скрученные и деформированные? Растению не хватает кальция.
- Верхние листья бледно-зеленые, а нижние – желтоватые? Налицо нехватка азота.
- Наблюдается замедление роста, листья мельчают, становятся темными? Так проявляется дефицит фосфора.
- У молодых листочков наблюдается пожелтение по краям, а старые листья сохнут? Это нехватка калия.
- Листья бледные, между прожилками – желтоватые, а сами прожилки зеленые? Это дефицит магния.



Чем подкормить перцы и баклажаны?

Перцы и баклажаны – большие «обжоры», поэтому подкармливать их, чередуя составы, лучше каждые 10 дней. Так как потребности у этих культур сходные, то и схема подкормок одинаковая.

● **Во время цветения и завязывания плодов.** Чтобы стимулировать образование плодов, обработайте растения по листу борной кислотой из расчета 1-2 г на 1 л воды).

● **Во время плодоношения.** Если вы не против минеральных составов, разведите 10 г аммиачной селитры, 25 г суперфосфата и 25 г калия сернокислого в 10 л воды и подкормите растения несколько раз за сезон. Если вы сторонник органического земледелия, чередуйте подкормки зольным раствором (источник калия и фосфора), настоем сброженной травы или коровяка (источник азота) каждые 7-10 дней. Если на плодах появляются бурые пятна, это вершинная гниль. Подкормите перцы или баклажаны кальциевой селитрой из расчета 15-20 г на 10 л воды, чтобы устранить дефицит кальция.



Чем подкормить томаты?

Томаты важно не перекормить азотом, чтобы вместо плодов не получить пышную и красивую зеленую массу. Поэтому кормим томаты чистым азотом только в начале сезона, а в период цветения и налива плодов делаем акцент на фосфорно-калийных удобрениях.

● **Во время цветения и завязывания плодов.** Чтобы обеспечить хорошее завязывание плодов при жаре и холоде, при засухе и дождях рекомендуется опрыскать томаты препаратами «За-

вязь», «Бутон» или борной кислотой (2 г борной кислоты развести в стакане горячей воды, долить до 1 л, перелить в опрыскиватель и обработать растения по листу).

● **Во время плодоношения.** При наливе плодов томаты нуждаются в калии. Подкормите их древесной золой (1 стакан на 10 л воды) или раствором минерального удобрения «Климаг» (10-12 г на 10 л воды). Кратность подкормок – 1 раз в две недели или по потребности растения. Если листики томатов посветлели – им не хватает азота: нужна подкормка «Оргавитом», сброженной тра-



вой или мочевиной. Если листья приобрели фиолетовый оттенок – это нехватка фосфора: разведите суперфосфат (2 ст. л. на 10 л воды) и проведите подкормку. В промежутках между подкормками можно обработать растения составами с микроэлементами по листу (томатам крайне важен йод, бор и магний). Подойдут препараты «Микровит-11», «9 элементов» или аналогичные. Урожай томатов будет вкуснее и качественнее!

НА ЗАМЕТКУ

Муравьи доставляют дачникам немало проблем, отравляя муравьиной кислотой растения и нарушая эстетику садоводства. Как избавиться от напасти? Помогут эффективные и проверенные народные средства!

Защищаем грядки от муравьёв

● **БОРНАЯ КИСЛОТА.** Смешайте борную кислоту с яичным желтком или картофельным пюре и разложите на подложке рядом с муравейником. Борная кислота разрушает пищеварительную систему муравьев, и муравейник исчезает.

● **УКСУС.** Если залить пищевой уксус в пульверизатор и обрызгать муравьиные тропы и сам муравейник, то муравьи уйдут. Для эффективности процедуру лучше повторить несколько раз с интервалом в пару дней.

● **СОДА.** Попадая в организм муравья, она вступает в реакцию с муравьиной кислотой, и муравей погибает. Чтобы муравьи заинтересовались содой, ее нужно смешать с сахаром и добавить немного воды. Полученный раствор перелить в крышки от 5-литровых бутылок и разместить рядом с тропами насекомых.



● **ОСТРЫЙ ПЕРЕЦ.** Жгучая приправа отпугивает насекомых. Опудривайте жгучим перцем муравейник и тропы муравьев, и насекомые «переедут».

Валерия ПАШЕЧКИНА

Педилантус – необычный комнатный цветок. На первый взгляд он кажется искусственным из-за блестящих с восковым налётом мясистых и пёстро окрашенных листьев.

Но самое удивительное – его цветы, а точнее прицветники, формой похожие на тую. Отсюда и название: «pedilon» + «anthos», что в переводе с греческого означает ботинок и цветок.

Дерево с туюфельками



Освещение

Педилантусу важен хороший яркий свет независимо от времени года. Хорошо чувствовать себя он будет на всех окнах, кроме северного направления, без дополнительной подсветки. Если же ваши окна выходят на север, или наступил осенне-зимний период, растению важно организовать дополнительное освещение лампами искусственного света. При недостатке света цветок быстро теряет свою декоративность и даже может погибнуть.

Температура

Следует помнить, что педилантус – растение теплолюбивое. Оптимальный температурный режим для него – в районе 25 градусов. Осенью и зимой допустимо небольшое понижение температуры, до 17 градусов. Зимой низкие температуры, а также размещение возле жарких батарей может спровоцировать сброс листьев и ослабление растения. На летнее время цветок можно вынести на лоджии или веранду: самое главное, чтобы он был защищен от сильного ветра и осадков. И важно не размещать педилантус на сквозняке, который он плохо переносит.

Полив

Педилантус поливают по мере просыхания верхнего земляного слоя. Помним, что вода для полива должна быть отстоянной и комнатной температуры. Растение плохо переносит переувлажнение. Его лучше даже недополнить, чем перелить. В зимнее время при более прохладном содержании, чем летом, количество поливов уменьшают и обычно поливают не чаще одного раза в неделю.

Обрезка

Чтобы крона педилантуса была пышной и красивой, важно проводить регулярную обрезку. Молодые растения обрезают на треть длины. Если же побеги сильно вытянулись и оголились, поможет радикальная обрезка, когда оставляют небольшой пенек (примерно 5 см). Через некоторое время от него пойдут новые побеги.

Пересадка

Пересаживают растение по весне, если горшок стал мал и корни выглядывают через дренажные отверстия. Диаметр нового горшка должен быть не намного больше, но при этом старайтесь, чтобы диаметр горшка примерно был равен его высоте. На дно обязательно выкладывается слой дренажа не менее 1/5 высоты емкости. Почву выбираем легкую и рыхлую (можно использовать специальную для кактусов и суккулентов). Для большей рыхлости можно добавить перлит, вермикулит, кокосовый субстрат и т.д.

Удобрение

Для педилантуса можно использовать минеральную подкормку для кактусов и суккулентов, а также для декоративно-лиственных растений. С весны до осени 1-2 раза в месяц вносят удобрения для комнатных растений.

Кстати

Вода про запас

Кактусы и суккуленты могут длительное время обходиться без воды. И все это благодаря способности накапливать воду и медленно ее испарять. Причем кактусы накапливают ее внутри тела, а суккуленты же запасают воду в корнях, а листочки их укрыты особой пленкой, которая удерживает влагу внутри.

Влажность

Особых требований к влажности воздуха у педилантуса нет.

Размножение

Педилантус размножается семенами и черенкованием. При черенковании верхушку стебля длиной 10 см срезают и ставят в емкость с водой для образования корней или подсушивают в течение суток и укореняют в песке или перлите. Температура для укоренения должна быть не ниже 20 градусов, в идеале 25-26 градусов.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

КАК САДОВОД САДОВОДУ

Когда дейция цветёт, весь куст покрывается красивыми белыми, розовыми, махровыми и простыми соцветиями, словно превращается в фонтан. А если учесть неприхотливость этого растения, то становится понятно, за что дачники так его любят.

Дейция: в облаке цветов

Выбираем почву и место

- Саженцы в контейнерах можно высаживать в течение всего сезона. Почву растение предпочитает плодородную, умеренно влажную.
- На дно посадочной ямы надо уложить слой дренажа из битого кирпича или крупного керамзита.
- Для получения компактной пышной кроны побеги молодого растения сразу обрезают на 2/3.
- Поддерживать необходимый уровень влаги поможет мульча из торфа или компоста вокруг корней слоем 5 см.

Место лучше выбрать защищенное от ветра, под солнцем или с небольшим затенением.

Поливаем и ухаживаем

Из-за мелкой корневой системы дейция нуждается в постоянном увлажнении. На нехватку воды быстро реагирует увяданием листьев. В конце августа, как правило, оро-

шение прекращают, чтобы растение готовилось к зимовке. В первые два года растения нуждаются в укрытии на холодный период. Для этого стебли пригибают к земле и укутывают лапником. Побеги могут подмерзнуть, но весной они достаточно быстро восстанавливаются.

Обеспечиваем декоративность

Дейция очень благодарно отзывается на обрезку. Отцветшие ветви



укорачивают примерно на треть. Когда кусту потребуется омоложение, его обрезают почти на уровне земли. Это стимулирует образование новых сильных побегов.

Валерия ПАШЕЧКИНА

ДОМАШНИЙ ПОВАР СВ №2 / 2023

100 ВКУСНЫХ рецептов

ДЛЯ ДАЧНИКОВ

ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ С БОГАТЫМИ ИЛЛЮСТРАЦИЯМИ И ПОШАГОВЫМ ОПИСАНИЕМ

- ✓ В каждом выпуске **100 вкусных рецептов** проверенных и популярных блюд
- ✓ Все блюда можно приготовить из **доступных продуктов**, купленных в обычном магазине
- ✓ Каждый рецепт имеет **информацию** о калорийности, количестве персон и времени приготовления блюда
- ✓ Каждый выпуск содержит **секреты и советы** по приготовлению

ЖУРНАЛ УЖЕ В ПРОДАЖЕ!
СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

Реклама. 12+

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

1 ПЕРВЫЙ



23.00 «Большая игра». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 10.00 «Жить здорово!» (16+)
- 10.50 12.15 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «ВЕЛИКАЯ». (12+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.00 ПОДКАСТЛАБ «Обязательно к прочтению». (16+)
- 00.40 ПОДКАСТЛАБ «Астро-Умные». (16+)
- 01.20 ПОДКАСТЛАБ «Антропология». (16+)
- 02.00 ПОДКАСТЛАБ «Не лыком шиты». (16+)
- 02.40 03.05 ПОДКАСТЛАБ «Пусть не говорят, пусть читают!». (16+)
- 03.00 Новости
- 03.20 ПОДКАСТЛАБ «Космические истории». (16+)
- 04.00 ПОДКАСТЛАБ «Психика». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «ПАСЕЧНИК». (16+)
- Россия, 2013 г. Боевик. В ролях: Анатолий Журавлев, Сергей Шарифуллин, Анастасия Панина. Глеб Збруев был одним из самых успешных операторов МУРа.
- 17.30 «Известия». (16+)
- 18.00 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «СВОИ-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 03.20 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

РОССИЯ **1** РОССИЯ



16.30 «Малахов». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- Чем живёт большая страна, каких свершений добиваются наши люди, какие испытания приходится им преодолевать, какие духовные открытия происходят в их жизни - обо всем этом откровенно расскажут гости программы.
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ВСЁ КАК У ЛЮДЕЙ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- Россия, 2023 г. Детектив. В ролях: Ольга Ломоносова, Дмитрий Ульянов. Ещё не оправившись от потрясения после нападения бывшего мужа, следователь Следственного комитета майор Кира Ардова находит спасение в работе.
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.05 «РАЯ ЗНАЕТ ВСЁ!» (12+)
- 03.55 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)
- 04.43 Перерыв в вещании

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.10 «РЫСЬ». (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 «ЕСЛИ ВРАГ НЕ СДАЕТСЯ...» (12+)
- 12.50 13.25 15.05 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». (16+)
- 15.25 17.15 «БУДУ ПОМНИТЬ». (16+)
- 18.00 «На пороге войны». (16+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 19.55 «По горячим следам». (16+)
- 20.10 «Загадки века». (12+)
- 22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.15 «НЕНАВИСТЬ». (16+)
- 02.10 «ПРИКАЗ: ОГОНЬ НЕ ОТКРЫВАТЬ». (12+)

TVC ТВЦ



11.50 «ВИЖУ-ЗНАЮ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Актёрские судьбы». (16+)
- 08.45 «ОТРАВЛЕННАЯ ЖИЗНЬ». (12+)
- 10.40 04.40 «Галина Польских. Я нашла своего мужчину». (16+)
- 11.30 События
- 11.50 «ВИЖУ-ЗНАЮ». (16+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.45 Город новостей
- 15.00 «ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН. ОБОРОТЕНЬ». (12+)
- 16.55 «Фактор БЕЗ опасности». (16+)
- 17.35 «Петровка, 38». (16+)
- 17.50 События
- 18.05 «УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО. РОМАН БЕЗ ПОСЛЕДНЕЙ СТРАНИЦЫ». (12+)
- 22.00 События
- 22.40 Специальный репортаж. (16+)
- 23.10 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Русские тайны. Охота на русских». (16+)
- 01.25 «Нина Русланова. Подкидыш». (16+)
- 02.05 «Железный занавес опущен». (12+)
- 02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)
- 03.15 «ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН. ОБОРОТЕНЬ». (12+)
- 05.20 «Мой герой». (12+)
- 05.55 Перерыв в вещании

ОТР ОТР

- 06.00 «ВОСПИТАНИЕ ЖЕСТОКОСТИ У ЖЕНЩИН И СОБАК». (12+)
- 07.30 11.02 «Календарь». (12+)
- 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 11.30 13.00 14.00 14.30 15.00 19.00 Новости
- 08.05 08.35 09.05 09.35 13.10 14.05 14.33 19.20 ОТражение
- 10.10 18.05 «СЛАВА». (12+)
- 11.43 «ОБЛАКО-РАЙ». (12+)
- 15.12 23.21 «ЧУДОТВОРЕЦ». (12+)
- 16.05 «Преодоление». (12+)
- 17.00 00.12 «Золотое Кольцо». (12+)
- 17.43 «Возвращение с Олимпа». (12+)
- 21.02 «МЕХАНИЧЕСКАЯ СЮИТА». (12+)
- 22.40 «Очень личное». (12+)

НТВ НТВ



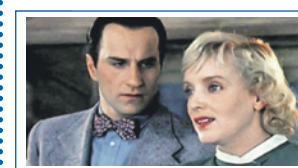
20.00 «ФЕНИКС». (16+)

- 04.55 «МОСКВА. ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее»
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.40 «ЗИМОРОДОК». (16+)
- В основе сюжета лежит история красавца и ловеласа Ферита, который вырос в богатой семье и привык ни в чём себе не отказывать. Бесконечные вечеринки, новые подружки - вот привычные будни праздного юноши, который не заботится о будущем.
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «ФЕНИКС». (16+)
- Машу продолжают мучить видения. Она никак не может прийти в себя и наладить жизнь в Приморске... Город наполняют дешёвые наркотики... Жизнь Янисса катится под откос, он возвращается к старым привычкам.
- 22.15 «МЕДИАТОР». (16+)
- Андрей Павлов - профессиональный переговорщик, прошедший подготовку в Академии Управления МВД России.
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «МЕДИАТОР». (16+)
- 00.45 «ТЕРМИНАЛ». (16+)

МОСКВА 24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
- 11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.35 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 21.00 21.40 22.00 22.25 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 04.00 05.00 05.30 «Новости». (16+)
- 11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
- 12.45 15.45 18.25 «Время новых». (12+)
- 13.40 16.50 20.50 01.45 «The City». (12+)
- 13.45 16.45 01.40 «Доктор 24». (12+)
- 15.35 «Торги Москвы». (12+)
- 21.20 23.40 04.35 «Московский патруль». (16+)
- 23.15 02.35 05.15 «Рейд 112». (16+)
- 00.10 03.10 «Ночью мослекторий». (12+)

РОССИЯ **K** РОССИЯ К Культура



14.50 «СКАЗАНИЕ О ЗЕМЛЕ СИБИРСКОЙ»

- 06.30 07.00 07.30 10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 «Невский ковчег. Теория невозможного»
- 07.35 01.20 «Катастрофы Древнего мира»
- 08.30 «Жизнь и судьба»
- 08.55 «КАЩЕЙ БЕССМЕРТНЫЙ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.05 ХХ век
- 12.45 23.40 «Расскрепченная история»
- 13.15 02.15 «Агриппина Ваганова»
- 13.55 21.00 Искусственный отбор
- 14.35 «Звезда Марины Ладыниной»
- 14.50 «СКАЗАНИЕ О ЗЕМЛЕ СИБИРСКОЙ»
- 16.30 «Блеск и горькие слезы российских императриц»
- 17.15 «Девчата». Фигуры имеют и нет, а характер - налицо!»
- 18.00 Симфонические оркестры России. Российский национальный оркестр. Дирижер Александр Рудин
- 19.00 «Почерк эпохи»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «А. Деметьев. Все начинается с любви...»
- 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.40 «Сати. Нескучная классика...»
- 22.25 «КЛОУН»

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 07.00 15.00 «Новости МО»
- 06.00 04.10 «Публицистическая программа». (12+)
- 06.30 13.05 14.10 16.35 17.10 «Внимание! Еда!» (12+)
- 06.50 18.10 «Наставники». (12+)
- 08.00 09.00 11.30 12.00 14.00 16.00 17.00 18.00 20.00 21.00 «Новости 360»
- 08.05 09.05 «Невероятная наука-2». (12+)
- 10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
- 11.05 11.40 «Быстрые деньги»
- 12.30 «Есть идея!» (12+)
- 14.30 «Погода на любой вкус». (16+)
- 15.10 «Горизонт приключений. Алтай». (12+)
- 16.10 «Охлобыстин в Подмосковье». (12+)
- 17.30 «Поездка со вкусом»
- 18.30 «Город с историей». (12+)
- 20.10 21.05 «Армагеддон». (12+)
- 22.50 «Шестое чувство». (12+)

СТС СТС



00.05 «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.30 «Простоквашино». (0+)
- 07.15 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 08.00 Премьера! Взрослым не понять. (12+)
- 09.00 Премьера! «Приключения мышонка Переса». (0+)
- 10.55 Премьера! «Приключения мышонка Переса-2». (0+)
- 12.40 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ». (0+)
- 14.45 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ-2». (0+)
- 16.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 20.00 «БЕЛОСНЕЖКА. МЕСТЬ ГНОМОВ». (12+)
- США - Канада, 2012 г. Фэнтези. В ролях: Джулия Робертс, Лили Коллинз, Арми Хаммер. Злая Королева, мечтающая выйти замуж за красивого и богатого Принца, выдворяет из дворца Белоснежку и берёт власть в свои руки.
- 22.05 «ЛЕМОНИ СНИКЕТ. ЗЗ НЕСЧАСТЬЯ». (12+)
- 00.05 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
- 01.10 ПРЕМЬЕРА! «СПЕНСЕР». (16+)
- 03.05 «ДВА ОЦА И ДВА СЫНА». (16+)
- 04.40 «6 кадров». (16+)
- 05.00 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)
- 06.00 «Мультитро». (0+)
- 06.15 06.50 16.40 00.30 «Мой район». (16+)
- 06.25 00.40 «Москва на все времена». (12+)
- 08.10 15.25 «ПРОФЕССИЯ - СЛЕДОВАТЕЛЬ». (12+)
- 09.25 «Тайны нашей эстрады». (12+)
- 09.50 «Тайны кино». (12+)
- 10.40 21.20 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». (12+)
- 12.20 20.00 «СЕМЬ СТАРИКОВ И ОДНА ДЕВУШКА». (12+)
- 13.50 «ЛЕКАРСТВО ПРОТИВ СТРАХА». (12+)
- 17.35 Звёзды советского экрана. (12+)
- 18.05 01.05 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 23.00 «КОЛЬЦО ИЗ АМСТЕРДАМА». (12+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМОМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

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

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>20.00 «МИДУЭЙ». (16+)</p> <p>05.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Военная тайна». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 «Информационная программа 112». (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>17.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «МИДУЭЙ». (16+)</p> <p>22.40 «Водить по-русски». (16+)</p> <p>23.30 Документальный спецпроект. (16+)</p> <p>00.30 «ШАЛЬНАЯ КАРТА». (18+)</p>	<p>20.00 «ВИКА-УРАГАН». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)</p> <p>09.00 «Выжить в Дубае». (16+)</p> <p>Премьера! «Выжить в Дубае» - новое масштабное реалити канала TNT. Ради победы и приза в 10 миллионов рублей двум командам - звёздной и народной, - придется пройти все испытания, которые только может готовить пустыня. Ведущие проекта - любимая пара страны Павел Воля и Ляйсан Утяшева.</p> <p>11.00 «Звезды в Африке». (16+)</p> <p>20.00 «ВИКА-УРАГАН». (16+)</p> <p>21.00 «ПОЧКА». (18+)</p> <p>22.00 «ТРИ ТЫСЯЧИ ЛЕТ ЖЕЛАНИЙ». (16+)</p> <p>00.05 «Такое кино!» (16+)</p> <p>00.40 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>02.50 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>04.20 «Импровизация». (16+)</p>	<p>00.30 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)</p> <p>06.00 Утренние гадания. (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.15 Утренние гадания. (16+)</p> <p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>11.15 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>12.20 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 Охотники за привидениями. (16+)</p> <p>14.30 Вернувшиеся. (16+)</p> <p>15.30 Гадалка. (16+)</p> <p>17.15 «Слепая». (16+)</p> <p>19.00 «Вернувшиеся». (16+)</p> <p>20.00 «КТО Я». (16+)</p> <p>Германия, 2014 г. Фантастика. В ролях: Том Шиллинг, Элиас М'Барек, Вотан Вильке Мёринг. Замкнутость Бенджамин играет с ним судьбоносную шутку. С детства мальчик испытывал проблемы в общении со сверстниками.</p> <p>22.15 «ГОГОЛЬ». (16+)</p> <p>00.30 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)</p> <p>01.15 Независимые. (16+)</p> <p>05.30 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>06.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)</p> <p>07.15 Дорожные войны. (16+)</p> <p>Своеобразный хит-парад приключений на дороге, которые, увы, не всегда бывают приятными. Смотрите «Дорожные войны»! Делайте выводы!</p> <p>09.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя. Это лучший антидепрессант и панацея от плохого настроения. Все серии шоу пропитаны искрометным юмором, смешными шутками и невероятными кадрами.</p> <p>10.30 «СОЛДАТЫ-12». (12+)</p> <p>16.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>20.00 Решала. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.50 Решала. (16+)</p> <p>05.00 Идеальный ужин. (16+)</p>	<p>17.00 «Громко»</p> <p>06.00 «Легендарные клубы». (12+)</p> <p>06.30 «Андрей Аршавин меняет профессию». (12+)</p> <p>07.00 «Все на Матч!» 10.00 12.30 16.55 19.05 22.30 02.00 «Новости»</p> <p>07.05 «Все на Матч!» 20.35 22.35</p> <p>10.05 «Специальный репортаж». (12+)</p> <p>10.25 Дзюдо. Fonbet Российский профессиональный тур. (0+)</p> <p>11.25 «Смешанные единоборства». (16+)</p> <p>12.35 «Есть тема!»</p> <p>13.55 «01.00 Прыжки в воду. ЧР. Трансляция из Екатеринбурга. (0+)</p> <p>15.10 «Кулачные бои». (16+)</p> <p>17.00 «Громко»</p> <p>18.00 «19.10 «ЭРА МЕДВЕДЕЙ». (16+)</p> <p>21.00 «Бильярд. «BetBoom Кубок Чемпионов». Прямая трансляция</p> <p>00.30 «Автоспорт. (0+)</p> <p>02.05 «Вы это видели». (12+)</p> <p>02.55 «Футбол. «Васко да Гама» - «Куяба»</p>	<p>14.45 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (16+)</p> <p>06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>08.00 «04.10 Давай разведёмся!» (16+)</p> <p>09.00 «02.30 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>11.15 «23.20 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>12.30 «00.35 «Порча». (16+)</p> <p>13.00 «01.05 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.35 «01.40 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.10 «02.05 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.45 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (16+)</p> <p>Россия, 2019 г. Мелодрама. В ролях: Елена Аросьева, Игорь Теплов. Людмила и Андрей вместе уже 17 лет и воспитывают двоих прекрасных детей.</p> <p>19.00 «ПРИСАЖНАЯ». (16+)</p> <p>05.00 «Знать будущее. Жизнь после Ванги. (16+)</p> <p>05.50 «6 кадров». (16+)</p>

ПЕНСИОНЕРАМ! 28 июня

ВСЕ О ДОГОВОРЕ РЕНТЫ на Дне открытых дверей в «Жилсоцгарантии»

Лекция о договоре ренты
Встреча с пенсионерами, которые уже заключили договор

28 лет стабильной работы!

ЖИЛСОЦГАРАНТИЯ «Жилсоцгарантия» является непосредственным плательщиком ренты*

Записывайтесь заранее! 8 (495) 626 45 55

*ООО "Жилсоцгарантия" ИНН 7701090069, ОГРН 1157746172220

АРТРИТ? АРТРОЗ? ОСТЕОХОНДРОЗ? ВЫХОД ЕСТЬ!

до 15 июля ПЕНСИОНЕРАМ -20%

ВЕРНИТЕ СЕБЕ БЫЛУЮ ПОДВИЖНОСТЬ!

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

Ткани суставов очень плотные, полезные компоненты проникают в них с трудом! Непревзойденный по своей пробивной мощи современный комплекс **БИАРТЕКС (BIARTEX)** создан специально для защиты суставов от износа. Формула с высокой биодоступностью позволяет ему уже через 20 минут после приема попасть в суставные клетки и запустить пролонгированную программу помощи.

ЗДОРОВЫЕ ПОДВИЖНЫЕ СУСТАВЫ С ЗАПАСОМ ПРОЧНОСТИ!

БИАРТЕКС (BIARTEX) СПОСОБСТВУЕТ:

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

КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ЛУЧШИМИ СПЕЦИАЛИСТАМИ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 8 (800) 600-57-56 • 8 (495) 136-59-66
* Звонок по России бесплатный г. Москва РЕКЛАМА

На сайте WWW.FLOTUSICH.RU

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

ТЕПЛОДОЫ «РОДНАЯ РУСЬ» И «РУСЬ ВЕЛИКАЯ»	от 13 199 р.
07.07.2023 – 09.07.2023 «ТВЕРСКИЕ ГУЛЯНОЧКИ»	от 13 199 р.
Москва – Тверь (Старица + Успенский мужской монастырь/запад «Афанасий») – Москва	
10.07.2023 – 21.07.2023 «АЙ, ДА! КАЗАНЧОЧКА»	от 50 599 р.
Москва – Углич – Мышкин – Ярославль – Городец – Н. Новгород – Свяжск – Казань – Болгар – Тетюши – Чебоксары (Иошкар-Ола) – Чкаловск – Кострома – Калезин (Кашин) – Москва	
21.07.2023 – 23.07.2023 «ЛЕТНИЙ WEEKEND»	от 13 199 р.
Москва – Дубна (Конаково/Дубна – Наукоград) – Хвойный Бор – Москва	
30.07.2023 – 13.08.2023 «ВОТЧИНА СТРОГАНОВЫХ»	от 72 599 р.
Москва – Н. Новгород – Чебоксары – Елабуга – Чайковский – Пермь (Верхотурье – Невьянск – Екатеринбург – Ганина Яма – Ильинский/Кунгурская п.) – Березники (Усьоло – Соликамск/Чердын) – Казань – Макарьево – Москва	
20.08.2023 – 25.08.2023 «ЛЕТО, АХ, ЛЕТО! БУДЬ СО МНОЙ»	от 26 199 р.
Москва – Калезин – Кострома (Ипатьевский монастырь) – Ярославль (Пога) – Мышкин (Марьинское) – Углич – Тверь (запад «Афанасий») – Москва	
28.08.2023 – 09.09.2023 «СОЛОВЕЦКИЙ ЭКСПРЕСС»	от 76 699 р.
Москва – Углич – Кижин – Беломорск – Соловки (2 дня) – Архангельск – Сосновец – Повенец – Мышкин – Москва – аванс 5000р	
07.09.2023 – 22.09.2023 «АСТРАХАНСКИЕ ПРОСТОРЫ»	от 67 499 р.
Москва – Ярославль – Н. Новгород – Чебоксары – Тольятти – Самара – Саратов – Астрахань – Волгоград – Самара – Казань – Городец – Ярославль – (авто) Москва	
10.09.2023 – 22.09.2023 «ЗДРАВСТВУЙ, МУРМАНСК, КОЛЬСКИЙ КРАЙ!»	от 91 699 р.
Москва – Кижин – Повенец – Тур Вкл.: Мурманск – Териберка – Кемь – Соловки – Архангельск – Сосновец – Ярославль (авто до Москвы)	

СО СКИДКОЙ 14% + АКЦИЯ «ОТЛИЧНАЯ ЦЕНА 2024», ТЕЛ.: 8 (495) 241-23-64
Действительно при наличии мест. Реклама

Диабет - снижает слух!

Люди с диабетом находятся в зоне риска по снижению слуха. Нарушение слуха - это серьезная проблема, способная ухудшить качество жизни человека, который и так вынужден прилагать усилия для того, чтобы жить полноценной жизнью.

Как диабет влияет на слух?

Высокий уровень сахара в крови может вызвать повреждение капилляров во внутреннем ухе. Это может привести к снижению кровоснабжения уха и, как следствие, к снижению слуха.

Может проявляться различными способами:

- сложно разобрать речь, хотя многие звуки слышны хорошо;
- сложно сосредоточиться на конкретном звуке в шумной обстановке;

Диагностика снижения слуха при диабете является хорошим профилактическим средством для своевременного выявления проблемы. Специалисты по слуху рекомендуют людям с диабетом дважды в год проходить проверку слуха. Это необходимо для того, чтобы вовремя обнаружить проблему, принять меры. Также у нас вы можете подобрать слуховые аппараты.

В «Аудионика» проверка слуха проводится совершенно бесплатно. Запись по телефону: +7 (499) 961-30-50

Наша адреса:

- Семеновская площадь 7, деловой центр «Вэронд», 2 этаж
- ул. Большая Серпуховская 34-36, стр. 3

Аудионика Специалисты по слуху

БЕСПЛАТНАЯ ПРОВЕРКА СЛУХА
Ваш слух - наша забота!

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
 20.00 «АФЕРИСТКА». (16+)	 01.35 «Импровизация. Команды». (16+)	 14.30 Вернувшиеся. (16+)	 06.00 Идеальный ужин. (16+)	 12.35 «Есть тема!»	 14.45 «ЛЮБОВЬ ЛЕЧИТ». (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 «Военная тайна». (16+) 10.00 «СОВБЕЗ». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Засекреченные списки». (16+) 17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «АФЕРИСТКА». (16+) 22.15 «Водить по-русски». (16+) 23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+) 00.30 «ЗАЩИТНИК». (16+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+) 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+) 14.00 «ИВАНЬКО». (16+) 19.30 «ВИКА-УРАГАН». (16+) 21.00 «ПОЧКА». (18+) 22.00 «ОЧЕНЬ ПЛОХАЯ УЧИЛКА». (18+) США, 2011 г. Комедия. В ролях: Кэмерон Диас, Джастин Тимберлейк, Джейсон Сигел. Учительница средних классов живет гламурной жизнью светской львицы и ходит на работу как на вечеринку. Однако после внезапного разрыва с богатым бойфрендом ее образ жизни резко меняется... 23.40 «АНГЕЛЫ ЧАРЛИ». (12+) 01.35 «Импровизация. Команды». (16+) 03.10 «Студия «Союз». (16+) 04.45 «Импровизация». (16+)	06.00 Утренние гадания. (16+) 06.15 «Мультфильмы». (0+) 09.15 Утренние гадания. (16+) 09.30 «Слепая». (16+) 11.15 Знаки судьбы. (16+) 12.20 Мистические истории. (16+) 13.30 Охотники за привидениями. (16+) 14.30 Вернувшиеся. (16+) 15.30 Гадалка. (16+) 17.15 «Слепая». (16+) 19.00 «МАЛАВИТА». (16+) США, Франция, 2013 г. Криминал. В ролях: Роберт Де Ниро, Мишель Пфайффер, Дианна Агрон. В целях поиска сюжетов для новой книги, в Нормандию прибывает писатель Блейк с семейством. 22.15 «ГОГОЛЬ». (16+) 00.30 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+) 01.15 «Далеко и еще дальше с Михаилом Кожуховым». (16+) 03.30 Независимые. (16+)	06.00 Идеальный ужин. (16+) 06.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 07.15 Дорожные войны. (16+) 09.00 Улётное видео. (16+) 10.30 «СОЛДАТЫ-12». (12+) Россия, 2004-2013 гг. В ролях: Иван Моховиков, Александр Лымарев, Алексей Маклаков, Алексей Ошурков, Ольга Фадеева, Борис Щербатов, Роман Мадянов, Павел Кассинский. Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри»: речь идет о трудных солдатских буднях, о любви, дружбе, вражде и даже дедовщине. 16.30 Улётное видео. (16+) 20.00 Решала. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.50 Решала. (16+) 05.00 Идеальный ужин. (16+)	06.00 23.30 «Легендарные клубы». (12+) 06.30 «Андрей Аршавин меняет профессию». (12+) 07.00 10.00 12.30 16.55 19.05 22.30 02.00 Новости 07.05 17.00 20.35 22.35 Все на Матч! 10.05 20.15 Специальный репортаж. (12+) 10.25 «Футбол на все времена». (12+) 11.25 18.00 19.10 «ЭРА МЕДВЕДЕЙ». (16+) 12.35 «Есть тема!» 13.55 01.00 Прыжки в воду. Чемпионат России. Прямая трансляция из Екатеринбурга. (0+) 16.25 География спорта. (12+) 21.00 Бильярд. «BetBoom Кубок Чемпионов». Прямая трансляция 00.30 Автоспорт. Чемпионат России по дрифт-рейсингу. (0+) 02.05 «ФК «Барселона». Взгляд изнутри». (12+)	06.30 06.05 По делам несовершеннолетних. (16+) 08.00 04.10 Давай разведёмся! (16+) 09.00 02.30 Тест на отцовство. (16+) 11.15 23.20 «Понять. Простить». (16+) 12.30 00.35 «Порча». (16+) 13.00 01.05 «Знахарка». (16+) 13.35 01.40 «Верну любимого». (16+) 14.10 02.05 «Голоса ушедших душ». (16+) 14.45 «ЛЮБОВЬ ЛЕЧИТ». (16+) Россия, 2020 г. Мелодрама. В ролях: Екатерина Волкова, Андрей Заводюк, Роман Полянский, Максим Коновалов. 19.00 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА САНТЕХНИКА». (16+) 05.00 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+) 05.50 «6 кадров». (16+)



**ОСТОРОЖНО -
МОШЕННИКИ**

**ПРОДАМ МЕСТО
НА КЛАДБИЩЕ**

Помните! Продажа мест на кладбище частными лицами незаконна.

Получите консультацию по оформлению бесплатного места на кладбище в «Городской специализированной службе по вопросам похоронного дела».

+7 495 009-03-30

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.05, 06.30, 06.50 «Приключения пингвиненка Лоло». Мультфильмы. (0+)

VTV1 TV1000 VIJU TV1000

05.30 «КАСПЕР». (12+) 07.20 «ДЕЖУРНЫЙ ПАПА». (12+)

VTV1 TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Смешарики». «Чуч-Мяуч». Мультсериалы. (6+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

06.25 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)

Иллюзион+ ИЛЛЮЗИОН+

00.20 «ГДЕ-ТО ТАМ». (18+) 01.50 «БОЛЬШАЯ СВАДЬБА». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.50 «БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.30 «ПОЧЕМУ ОН?». (16+) 03.10 «ВИД СВЕРХУ ЛУЧШЕ». (12+)

РОДНОЕ КИНО

00.50 «КОРОЛЕВА МАРГО». (12+) 01.40, 02.40, 03.40, 04.40, 05.40 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)

РУССКИЙ РОМАН

08.05 «ТРИ ПОЛУТРАЦИИ». (16+) 11.15 «КРЕСТНАЯ». (16+)

CINEMA

07.40 «НА КРЮЧКЕ». (16+) 09.40 «ЧЕРНЫЙ РЫЦАРЬ». (16+)

red .RED

06.00, 06.20, 06.45 Путешествие по Западной Австралии. (16+)

РЕТРО

07.05 «ЭТОТ НЕГОДАЯ СИДОРОВ». (6+)

суббота! СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь». «Машины сказки». «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

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

СТС LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

TV 21 ВЕК

07.00, 15.00, 23.00 «КОМИССАР МЕРГР». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00, 04.30 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)

ПОБЕДА

05.30 «Путь к Победе». (16+) 06.30 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. ЛИСЬЯ НОРА». (16+)

ПЯТНИЦА

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

Ю

05.50, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

02.25 Коряшка для фронта. (12+) 03.15 Бог войны. История русской артиллерии. (12+)

VIJU HISTORY

06.00 Военные заводы: История пулемета. Правда и мифы об авокадо. (12+)

ДОКТОР

06.00, 13.00, 18.15, 23.40 О самом главном. Правда и мифы об авокадо. (12+)

Усадьба

07.20 Соусы. (12+) 07.35 Свечной заводик. (12+)

УСАДЬБА

06.00, 03.00 На охотничьей тропе. (16+) 06.30, 03.25 Делай как я. (16+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 03.00 На охотничьей тропе. (16+) 06.30, 03.25 Делай как я. (16+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+) 00.30, 13.30, 19.30 Shuffle Dance. (12+)

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

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
06.25, 06.50 Мультфильмы. (0+)
06.45 «Умка ищет друга». Мультфильм. (6+)

VIJU TV1000
05.30 «ДОРОГАЯ, Я УМЕНЬШИЛ ДЕТЕЙ». (6+)
06.55 «ДОРОГАЯ, Я УВЕЛИЧИЛ РЕБЕНКА». (6+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 Мультсериалы. (6+)
07.25 «ЛЕНА И СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (12+)

ДОМ КИНО
06.20 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)

ИЛЛЮЗИОН+
00.00 «СТРАСТИ ДОН ХУАНА». (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
06.30 «ЯГА. КОШМАР ТЁМНОГО ЛЕСА». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ
01.45 «ЭТОТ БЕЗУМНЫЙ, БЕЗУМНЫЙ, БЕЗУМНЫЙ МИР». (6+)

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

РУССКИЙ РОМАН
07.40 «ЧУЖАЯ ЖИЗНЬ». (16+)

CINEMA
06.55 «ЧИСТИЛЬЩИК». (16+)

red .RED
06.00, 06.20 Путешествие по Западной Австралии. (16+)

РЕТРО
07.10 «ИВАН МАКАРОВИЧ». (6+)

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

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

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

TV 21 ВЕК
07.00, 15.00, 23.00 «КОМИССАР МЕРГЭ». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)

ПОБЕДА
05.10 «Путь к Победе». (16+)
06.10 «НА БЕЗЫМЯННОЙ ВЫСОТЕ». (16+)

ПЯТНИЦА
05.00, 06.00 Кондитер. (16+)
07.00 Пятница News. (16+)

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

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
03.25, 17.50 Семь дней истории. (12+)

VIJU HISTORY
06.20, 07.15 Война в Корее. (12+)

ДОКТОР
06.00, 13.00, 18.15, 23.35 О самом главном. 5 симптомов аневризмы сосудов головного мозга. (12+)

06.00, 09.00 О самом главном. Первая помощь при инсульте. (12+)

Усадьба
07.35 Сам себе дизайнер. (12+)

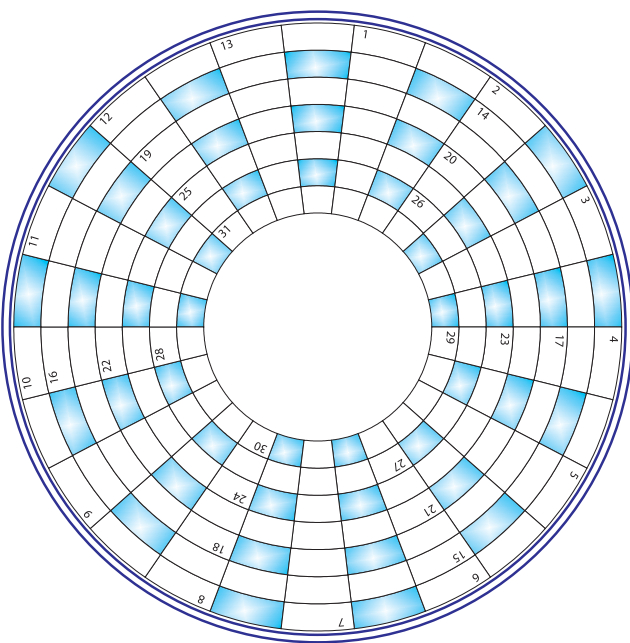
ОХОТА И РЫБАЛКА
06.30 Камский спиннинг. (16+)

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

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

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>20.00 «КРЕЙСЕР». (16+)</p>	<p>09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)</p>	<p>06.00 Утренние гадания. (16+)</p>	<p>20.00 Решала. (16+)</p>	<p>10.05 Специальный репортаж. (12+)</p>	<p>13.30 «Верну любимого». (16+)</p>
05.00 18.00 03.35 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрым утром!». (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Засекреченные списки». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Неизвестная история». (16+) 17.00 04.20 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «КРЕЙСЕР». (16+) США, 2016 г. Боевик. 22.30 «Смотреть всем!». (16+) 00.30 «ВОЛК С УОЛЛ-СТРИТ». (18+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+) 08.30 «Битва пикников». (16+) Жесткий кулинарный баттл за звание лучшего барбекю-шефа страны. Новые пикники с самыми креативными шефами, оригинальные рецепты блюд, голодный Роман Юнусов в качестве ведущего и строгий, но справедливый эксперт Алексей Васильчук. 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+) 15.00 «ВИКА-УРАГАН». (16+) 21.00 «ПОЧКА». (18+) 22.00 «НАЧНИ СНАЧАЛА». (16+) 00.00 «ЛЮБОВЬ, СВИДАНИЯ, НЬЮ-Йорк». (16+) 02.20 «Импровизация. Команды». (18+) 03.55 «Студия «Союз». (16+) 05.30 «Импровизация». (16+)	06.00 Утренние гадания. (16+) 06.15 «Мультфильмы». (0+) 09.15 Утренние гадания. (16+) 09.30 «Слепая». (16+) 11.15 Знаки судьбы. (16+) 12.20 Мистические истории. (16+) 13.30 Охотники за привидениями. (16+) 14.30 Вернувшиеся. (16+) 15.30 Гадалка. (16+) 17.15 «Слепая». (16+) 19.00 Вернувшиеся. (16+) 20.00 «ВЕЧЕРИНКА НА ВЫЛЕТ». (16+) Франция, 2022 г. Комедия. В ролях: Алис Поль, Эдди Митчелл, Миу-Миу. Первоклассному архитектору Жанне предстоит отреставрировать роскошный особняк... 22.15 «ГОГОЛЬ». (16+) 00.30 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+) 01.15 «Знахарки». (16+) 04.15 «Любовницы Великих». (16+) 05.45 «Мультфильмы». (0+)	06.00 Идеальный ужин. (16+) Пятеро участников ходят друг к другу в гости на званый ужин, где пробуют блюда, приготовленные хозяином вечера. На кону - звание самого гостеприимного хозяина и денежный приз. Участники совершенно разные, но у них есть одна общая черта - любовь к кулинарии. 06.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+) Подборка топовых видеороликов - самое невероятное, что могло произойти на дороге с водителем или пешеходом. 07.15 Дорожные войны. (16+) 09.00 Улётное видео. (16+) 10.30 «СОЛДАТЫ-12». (12+) 16.30 Улётное видео. (16+) 20.00 Решала. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.45 Решала. (16+) 05.00 Идеальный ужин. (16+)	06.00 23.30 «Легендарные клубы». (12+) 06.30 «Андрей Аршавин меняет профессию». (12+) 07.00 10.00 12.30 16.50 19.00 22.30 02.00 Новости 07.05 15.00 16.55 20.35 22.35 Все на Матч! 10.05 20.15 Специальный репортаж. (12+) 10.25 «Футбол на все времена». (12+) 11.25 «ЭРА МЕДВЕДЕЙ». (16+) 12.35 «Есть тема!» 13.55 15.25 01.00 Прыжки в воду. Чемпионат России. Прямая трансляция из Екатеринбурга 18.00 Еврофутбол 2022-2023. Лучшие голы сезона. (0+) 19.05 Бокс. М. Ричман - А. Дулиттл. Vase Knuckle FC. Трансляция из США. (16+) 21.00 Бильярд. «BetBoom Кубок Чемпионов». Прямая трансляция 00.30 География спорта. (12+)	06.30 05.40 По делам несовершеннолетних. (16+) 07.55 04.00 Давай разведёмся! (16+) 08.55 02.20 Тест на отцовство. (16+) 11.10 23.10 «Понять. Простить». (16+) 12.25 00.25 «Порча». (16+) 12.55 00.55 «Знахарка». (16+) 13.30 01.25 «Верну любимого». (16+) 14.05 01.55 «Голоса ушедших душ». (16+) 14.40 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА САНТЕХНИКА». (16+) Россия, 2020 г. Комедийная мелодрама. В ролях: Юлия Такшина, Дмитрий Муляр, Елена Бирюкова, Сергей Калашников, Юрий Внуков. 19.00 «НЕ ОТРЕКАЮТСЯ ЛЮБЯ». (16+) 04.50 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)

КРОССВОРД «КРУГОВОЙ»



да!» («Двенадцать стульев»). 27. Вещество, числом которого назван показатель антидетонационных свойств моторных топлив (бензина и керосина). 28. Зерна этого дерева служили ацтекам деньгами. 29. «Островок» первой седины над ухом. 30. Несуществующая часть угла, в которую «ставят» некоторые проблемы. 31. Длинный «пробел» на «печатной машинке» компьютера.

От внешнего кольца к внутреннему: 1. Под его музыку поет Фигаро здесь, Фигаро там. 2. Выючное животное перуанцев. 3. Тормозной щиток на крыле самолета. 4. Фильм Владимира Хотиненко с Сергеем Маковецким в главной роли. 5. Коллега капитана Ларина из телесериала. 6. Баран в юности. 7. Клевание носом на скучной премьере. 8. Город, что еще называют Сянган. 9. Кухонная принадлежность для взбивания крема. 10. Деталь кроля или любящая пофлиртовать дама. 11. Одно-ручная пила. 12. «Засланный» мальчик-слуга в исполнении неуловимого Даныки. 13. Гадание на кофейной гуще.

ОТВЕТЫ

По кольцам: 4. Волшебница, помогавшая Ясону. 8. «Кривать» между берез. 12. Что строит интриган, подкладываящий другому свинью? 14. В греческой драме было 100 таких монет. 15. «Быть занятым по ...» (русская пословица). 16. «Плечо», подставленное мосту. 17. Бечева, на которую нанизывают пойманную рыбу. 18. Вечно причитающий жалобщик. 19. Кустарниковая полоса препятствий для туриста в походе. 20. Речная долина, заливаемая во время половодья. 21. «На диком берегу Иртыша сидел

22. Ребенок, ведущий себя как уж на сковородке. 23. Открытый чемпионат Франции по теннису «... Гаррос». 24. Его ждущ, задав вопрос. 25. Далекий край, где эмигранты предаются ностальгии. 26. «Ваше ...? – Всегда». 27. Длинный «пробел» на «печатной машинке» компьютера. 28. Зерна этого дерева служили ацтекам деньгами. 29. «Островок» первой седины над ухом. 30. Несуществующая часть угла, в которую «ставят» некоторые проблемы. 31. Длинный «пробел» на «печатной машинке» компьютера.

1. Россинья. 2. Алпака. 3. Спойлер. 4. Макаров. 5. Дуклинг. 6. Ягненок. 7. Дремлет. 8. Мутовка. 9. Мутовка. 10. Кроль. 11. Пила. 12. Засланный мальчик. 13. Даныки. 14. Каверза. 15. Горло. 16. Опра. 17. Кухляк. 18. Нытик. 19. Эммануэль. 20. Пойма. 21. Ермак. 22. Ребенок. 23. Гаррос. 24. Ответ. 25. Чужбаз. 26. Кредо. 27. Окта. 28. Керосин. 29. Островок. 30. Клевание. 31. Пробел.

ОБРАЩАЕМСЯ КО ВСЕМ НЕРАВНОДУШНЫМ ЛЮДЯМ!



ЛАПШОВ ДЕНИС, 11 лет
Ивановская область, г. Приволжск

ДИАГНОЗ: Мышечная дистрофия

НОМЕР КАРТЫ:
5469 9801 6347 5722
по номеру телефона:
8 (920) 674-65-48

Любимова Татьяна Николаевна

Помогите поставить сына на ноги. У сына мышечная дистрофия, мы живем в небольшом городе Приволжск Ивановской области. Мы, как могли, пытались справиться с бедой, которая настигла нас, когда сынуле исполнилось 3 года. Сначала он начал ходить на носочках, а дальше становилось только хуже. Мы обследовались в нескольких ведущих клиниках. Сдали несколько дорогостоящих генетических анализов, врачи говорят – поломка гена. На данный момент особых сдвигов в лучшую сторону нет. Денису нужно дорогостоящее лечение в Германии. Будем рады любой помощи!

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.15 «Возвращение блудного попугая». Мультсериал. (0+)
06.45 «Утро попугая Кеши». Мультфильм. (0+)
06.50 «НЕОКОНЧЕННАЯ ПЕСА ДЛЯ МЕХАНИЧЕСКОГО ПИАНИНО». (12+)

VIJU TV1000

05.30 «ДРУГИЕ». (16+)
07.10 «КЛЮЧ ОТ ВСЕХ ДВЕРЕЙ». (16+)
09.00 «ОСТРОВ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Смешарики». «Чуч-Мяуч». Мультсериалы. (6+)
07.25 «Бодо Бородо». Мультсериал. (6+)

ДОМ КИНО

06.25 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
07.55 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.05 «МЫ УМИРАЕМ МОЛОДЫМИ». (18+)
02.35 «ЗАПРЕТНАЯ КУХНЯ». (12+)
03.55 «СВЯТАЯ ДЖУДИ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

07.05 «РУСАЛКА». (16+)
08.50 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (12+)
10.25 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

04.45 «СНОВА ТЫ». (16+)
02.35 «ЧЕЛОВЕК ЭПОХИ ВОЗРОЖДЕНИЯ». (16+)
05.00 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)

РОДНОЕ КИНО

01.00, 01.55 «КОРОЛЕВА МАРГО». (12+)
02.45, 03.35, 04.35 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
05.30, 06.30 «КОРОЛЕВА МАРГО». (12+)

РУССКИЙ РОМАН

07.45 «АРТИСТКА». (12+)
09.35 «МУЖЧИНА В ДОМЕ». (16+)
11.00 «ПТИЦА В КЛЕТКЕ». (12+)

CINEMA

06.40 «ДОРИАН ГРЕЙ». (18+)
08.30 «СЕНСАЦИЯ». (16+)
10.10 «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)

red .RED

06.00, 06.20, 06.40 Путешествие по Западной Австралии. (16+)
07.05, 07.30 Гуру сада. (16+)
07.55 Проект Подиум. (16+)

РЕТРО

07.00 «ЛИЧНЫЕ СЧЕТЫ». (12+)
08.20 «ЧАСЫ ОСТАНОВИЛИСЬ В ПОЛНОЧЬ». (12+)
10.05 «ПАВЛИНКА». (0+)

суббота! СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериал. (0+)
17.00, 17.50, 18.40, 19.30, 20.20, 21.10 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г. В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова, Кирилл Сафонов, Наталья Данилова, Валентина Панина

СТС LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
08.00 «Ералаш». (0+)
08.45 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)

TV 21 ВЕК

07.00, 15.00, 23.00 «КОМИССАР МЕРГР». (12+)
23 серия. Сериал. Драма, детектив, Франция, Бельгия, 1991 г.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «ЯДЫ, ИЛИ ВСЕМИРНАЯ ИСТОРИЯ ОТРАВЛЕНИЙ». (12+)
05.50 «ВСТРЕТИМСЯ У ФОНТАНА». (0+)
07.10 «КАТАЛА». (12+)

ПОБЕДА

05.00 «Путь к Победе». (16+)
06.00 «ЧАКЛУН И РУМБА». (16+)
07.20 «КРЕПКАЯ БРОНЯ». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 «Ну, погоди! Каникулы». Мультсериал. (0+)
05.10 «Тайны Медовой долины». Мультсериал. (12+)

Ю

05.45, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
07.20 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

05.25 Лектор Персармии. (12+)
05.55 Обыкновенная история. (6+)
06.05 Василий Шульгин. 1919 год. (12+)

VIJU HISTORY

06.00 Военные заводы: Двигатель, который выиграл войну. (12+)
06.45, 07.40 Война в Корею. (12+)

DOCTOR

06.00, 12.45, 18.00, 23.35 О самом главном. Лечение ОРВИ и гриппа. (12+)
06.55 На приеме у доктора Рожковой. О женском здоровье. (12+)

УСАДЬБА

08.20, 17.30, 23.30 Стройплощадка. (12+)
08.50, 18.00, 00.00 Дачные радости. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.55 Донка против фидера. (16+)
07.25, 10.20 Рыболовные путешествия. (16+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
00.30, 13.30, 19.30 Shuffle Dance. (12+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>01.55 «ОВЕРЛОРД». (18+)</p> <p>05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!». (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 13.00 17.00 Документальный спецпроект. (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>20.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ ГЕРОЯ». (16+) США, 2013 г. Боевик. В ролях: Арнольд Шварценеггер, Форест Уитакер, Джонни Ноксвил. Спокойная жизнь не для него: шериф одного из тихих американских городков уже много лет стоит на страже безопасности США.</p> <p>22.00 «ЧИСТАЯ КОЖА». (16+)</p> <p>00.00 «Соль». (16+)</p> <p>01.55 «ОВЕРЛОРД». (18+)</p> <p>03.30 «ПРИЗРАКИ ВОЙНЫ». (16+)</p>	<p>09.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>09.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>14.00 «НАЧНИ СНАЧАЛА». (16+)</p> <p>16.10 «КОЛДОВСТВО: НОВЫЙ РИТУАЛ». (16+)</p> <p>17.55 «ТРИ ТЫСЯЧИ ЛЕТ ЖЕЛАНИЙ». (16+)</p> <p>20.00 «Комеди Клуб». (16+) Они выходят на небольшой пятачок сцены прямо из зрительного зала, по пути перебрасываясь словечками с окружающими, делая комплименты, прося прикурить. Они не признают никаких авторитетов, приличий и правил.</p> <p>23.00 «Галустян плюс». (16+)</p> <p>00.00 «Stand up». (18+)</p> <p>01.00 «ВРЕМЯ ПАТРИОТОВ». (12+)</p> <p>02.40 «Импровизация. Команды». (18+)</p> <p>04.15 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>05.50 «Импровизация». (16+)</p>	<p>09.15 Секреты здоровья. (16+)</p> <p>06.00 Утренние гадания. (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.00 Утренние гадания. (16+)</p> <p>09.15 Секреты здоровья. (16+)</p> <p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>12.20 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 Гадалка. (16+)</p> <p>14.30 Вернувшиеся. (16+)</p> <p>15.30 Врачи. (16+)</p> <p>16.45 «Слепая». (16+)</p> <p>19.00 Вернувшиеся. (16+)</p> <p>20.00 «ДЫШИ ВО МГЛЕ». (16+) Франция, 2018 г. Фантастика. В ролях: Ромен Дюрис, Ольга Куриленко, Анна, Мэттью и их дочь Сара живут в Париже. У Сары редкое заболевание...</p> <p>21.45 «МРАЧНЫЕ НЕБЕСА». (16+)</p> <p>23.45 «ДУРНОЙ ГЛАЗ». (16+)</p> <p>01.30 Мистические истории. (16+)</p> <p>05.30 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>22.00 «ШАМШЕРА». (16+)</p> <p>06.00 Идеальный ужин. (16+)</p> <p>06.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+)</p> <p>07.15 Дорожные войны. (16+)</p> <p>09.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>10.30 «СОЛДАТЫ-12». (12+)</p> <p>16.30 Утилизатор. (16+) Ржавые банки на колесах захламляют городские дворы, а упрямые автоладелец заламывают цены на старые авто.</p> <p>19.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>22.00 «ШАМШЕРА». (16+) Индия, 2022 г. Исторический боевик. В ролях: Ранбир Капур, Санджай Датт, Ваани Капур. XIX век, Британская Индия. В городе Каза зверствует коллаборационист. Но находится отважный герой, который, согласно местной легенде, восстанет против захватчиков.</p> <p>01.30 «+100500». (18+)</p> <p>02.45 Решала. (16+)</p> <p>05.10 Идеальный ужин. (16+)</p>	<p>21.30 Смешанные единоборства</p> <p>06.00 «Легендарные клубы». (12+)</p> <p>06.30 «Андрей Аршавин меняет профессию». (12+)</p> <p>07.00 10.00 12.30 15.20 20.40 02.00 Новости</p> <p>07.05 14.35 17.30 19.10 00.05 Все на Матч!</p> <p>10.05 «Небесная грация». (0+)</p> <p>10.25 Бокс. Bare Knuckle FC. Лучшее. (16+)</p> <p>11.25 «ЭРА МЕДВЕДЕЙ». (16+)</p> <p>12.35 «Есть тема!»</p> <p>13.55 Спецрепортаж. (12+)</p> <p>14.15 Лица страны. (12+)</p> <p>15.25 Профессиональный бокс. Прямая трансляция из Красноярска. Olimpbet Кубок победителей</p> <p>17.55 19.25 Пляжный футбол. OLIMPBET Чемпионат России. Прямая трансляция</p> <p>20.45 Все на Кубок PARI Премьер!</p> <p>21.30 Смешанные единоборства. ACA Young Eagles</p>	<p>12.50 «Знахарка». (16+)</p> <p>06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>07.50 04.15 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>08.50 02.35 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>11.05 23.30 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>12.20 00.45 «Порча». (16+)</p> <p>12.50 01.15 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.25 01.45 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.00 02.10 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.35 «СОЗВУЧИЯ ЛЮБВИ». (16+) Россия, 2021 г. Мелодрама. В ролях: Олег Назаров, Оксана Скакун. В жизни учительницы Антонины произошли серьезные изменения...</p> <p>19.00 «НЕЛЮБИМЫЙ МОЙ». (16+)</p> <p>05.05 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)</p> <p>05.55 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)</p>	

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 26 ИЮНЯ ПО 2 ИЮЛЯ

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 26 ИЮНЯ ПО 2 ИЮЛЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Овнам лучше не торопиться с окончательными выводами. Спешка может все усложнить. Избегайте необдуманных решений, не давайте невыполнимых обещаний и не идите на поводу у эмоций. Дипломатия и деликатность – те качества, которые откроют для вас любые двери.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
Эта неделя подарит Львам много движения и суеты. В некоторые моменты лучше оставаться на месте и не стремиться догонять уходящий поезд. Так будет правильнее для вас и окружающих. Также стоит позаботиться о том, чтобы не огорчать близких.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
В личной жизни Стрельцов не все гладко. Ваше стремление все расставить на свои места не увенчается успехом. Гасите эмоции, будьте спокойны и уверенны. Если их будет прибавляться, возьмите паузу и хорошенько обдумайте свои решения.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
Жизненная сила Водолеев повышена. Ваше умение очаровывать всех вокруг сыграет вам на руку. Хороший день для творческих людей. Вы придете к хорошему результату. В завершение недели проведите вечер в кругу семьи или с любимым человеком.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Круг друзей Тельцов может расширяться. Людей привлекают ваши душевные качества. Обязательно помогите тем, кто просит помощи. Ваша доброта будет вознаграждена. Оставляйте всегда собой, прислушайтесь к своим желаниям. Вам покорятся даже самые неприступные вершины.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Девам следует помнить, что в действиях и мыслях людей бывает и порядок, и хаос. Не занимайтесь самоанализом. Соберите в себе все силы и найдите повод для радости. Хороших новостей стоит ждать от семьи. Позаботьтесь о том, чтобы не огорчать близких.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
У Близнецов может появиться возможность изменить жизнь к лучшему. Для этого нужно сделать выводы из ошибок. Проявляйте меньше эмоций, сохраняйте спокойствие. Стрессы могут повредить вашему здоровью. В ближайшее время вас могут ждать самые позитивные события.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Новые встречи подарят Весам много положительных эмоций. Вы давно не были на светских мероприятиях. Подумайте, куда можно отправиться вечером. Обязательно возьмите с собой кого-то из друзей или близких. Отдавайте предпочтение не слишком шумным местам.

РАК (22.06 – 22.07)
Ракам не стоит расстраиваться из-за конфликтов с друзьями, ваши встречи все равно будут проходить в душевной атмосфере. Всегда смотрите на проблему не только со своей точки зрения. Помните, что вина всегда лежит на обеих сторонах конфликта, и не уклоняйтесь от ответственности.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Скорпионов ждет успех. Но не переборщите со своей самоуверенностью, это может спровоцировать рост проблем. Постарайтесь не принимать важных решений. В этот момент могут всплыть былые обиды, и вы можете разочароваться в ком-то из родных.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Благоприятный период у Козерогов для получения новых знаний. Не исключено, что вас ждет не только похвала начальства. Не отставайте, будьте трудолюбивы и настойчивы. Результаты вашего труда положительно скажутся на взаимоотношениях с близкими.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
Рыбам стоит ждать хороших новостей. Посвятите время индивидуальному творчеству, домашним делам, общению с любимым человеком. Старайтесь поддерживать оптимистичное настроение в любой ситуации. Сохраняйте бодрость духа и держитесь на своей волне.

ЗАМУЧИЛИ ЧАСТЫЕ ПОХОДЫ В ТУАЛЕТ И НЕДЕРЖАНИЕ? ВЫХОД ЕСТЬ!

до 15 июля ПЕНСИОНЕРАМ -20%



Частое мочеиспускание вызывают следующие заболевания мочеполовой системы:

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

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

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

УРОСТИМОЛ — ЭТО СИЛА И ЗДОРОВЬЕ НА ДОЛГИЕ ГОДЫ

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

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
06.35 «ПЕС БАРБОС И НЕОБЫЧНЫЙ КРОСС». (12+)

05.30 «ИДЕАЛЬНЫЙ ПОБЕГ». (16+)

05.30 «Смешарики». «Чуч-Мяуч», «Бодо Бородо».

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

ИЛЛЮЗИОН+
01.45 «ЦВЕТЫ ВОЙНЫ». (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
06.25 «БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ
01.20 «МЕЖДУ НАМИ, МАЛЬЧИКАМИ». (16+)

РОДНОЕ КИНО
00.45 «КЛЮЧИ ОТ НЕБА». (12+)

РУССКИЙ РОМАН
07.15 «ДЕДА МОРОЗА НЕ БЫВАЕТ». (12+)

CINEMA
06.40 «ОСОБОЕ МНЕНИЕ». (16+)

red
06.00, 06.20, 06.40, 07.05, 17.25, 17.50 Путешествие по Западной Австралии.

РЕТРО
07.25 «НЕСТЕРКА». (16+)

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

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

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

TV 21 ВЕК
07.00, 15.00, 23.00 «КОМИССАР МЕРГРЭ». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00 Мультфильмы. (6+)

ПОБЕДА
05.10 «Путь к Победе». (16+)

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

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

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
05.35, 09.45 Хроники общественного быта. (12+)

HISTORY
06.05 Юнбергерский процесс: Нацистские преступники на скамье подсудимых.

ДОКТОР
06.00, 12.50, 18.15, 23.40 О самом главном. Как защититься от пневмонии? (12+)

Усадьба
09.45 Вершки - корешки. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА
06.05, 02.50 Коротко о главном. (12+)

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

REN	TNT	ТВ-3	че!	МТЧ!	ДОМАШНИЙ
 18.00 «Засекреченные списки». (16+)	 21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)	 10.00 Самозвонец. (16+)	 20.30 «+100500». (16+)	 07.00 Новости	 19.00 «МОЯ МАМА». (16+)
05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+) 09.00 «Минтранс». (16+) 10.00 Самая полезная программа. (16+) 11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+) 15.00 «СОВБЕЗ». (16+) 17.00 Документальный спецпроект. (16+) 18.00 «Засекреченные списки». (16+) 19.00 «ПРИЗРАЧНЫЙ ГОНЩИК». (16+) США - Австралия, 2007 г. Фантастический боевик. 21.00 «СУДЬЯ ДРЕДД 3D». (16+) 23.00 «ХИЩНИК-2». (16+) 01.10 «ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ». (16+) 03.05 «ВЫСТРЕЛ В ПУСТОТУ». (16+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+) 09.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+) За право стать лучшим сразятся самые яркие участники легендарной «Битвы экстрасенсов». Самые сильные победители и финалисты «Битвы» приняли вызов продюсеров и согласились еще раз доказать свои способности. 10.30 «Битва экстрасенсов». (16+) 18.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+) 21.00 «Музыкальная интуиция». (16+) 23.00 «Женский стендап». (18+) 00.00 «ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ». (16+) 01.50 «Импровизация. Команды». (18+) 03.20 «Студия «Союз». (16+) 04.55 «Импровизация». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+) 07.45 «Снежная королева. Огонь и лед». (6+) 09.30 Вкусно с Ляйсан. (16+) 10.00 Самозвонец. (16+) 11.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+) 15.15 «КРОВЬ И ШОКОЛАД». (16+) 17.15 «АКСЕЛЬ». (12+) 19.15 «СЕРДЦЕ ИЗ СТАЛИ». (16+) США, Гонконг, 2017 г. Фантастика. В ролях: Джеки Чан, Шоу Ло, Нана Оуан. Много лет назад офицер полиции по имени Лин Донг потерял дочь. Одиннадцатилетняя Сиси не перенесла операцию и погибла. С тех пор прошло 13 лет, но память об этом до сих пор мучает Донга. 21.30 «КТО Я». (16+) 23.45 «МИЛЫЙ ДРУГ». (12+) 01.30 Места Силы. (16+) 04.30 «Городские легенды». (16+)	06.00 Утилизатор. (12+) «Утилизатор» отправляется в тур по городам России. Профессиональный борец с автохламом уже очистил столичные улицы от «ведер с гайками», настало время навести порядок во всей стране! 09.30 «СОЛДАТЫ-12». (12+) 20.30 «+100500». (16+) Самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополов находит в интернете самые безумные видео и ржачно комментирует их специально для «ЧЕ!». 23.30 Клуб обаятельных животных. (16+) Самая мимимишная программа на всем телевидении. Создатели «+100500» и «Топчик» собрали лучшие ролики с животными со всего света! 00.30 iТопчик-2. (16+) 01.30 iТопчик. (16+) 02.10 «+100500». (18+) 03.20 Супершеф. (16+) 04.50 Утилизатор. (12+)	06.00 «Магия большого спорта». (12+) 06.30 Что по спорту? (12+) 07.00 12.20 18.10 Новости 07.05 13.40 15.10 16.40 18.15 21.40 00.05 Все на Матч! 10.00 «Команда МТЧ». (0+) 10.20 «В ПОГОНЕ ЗА ВЕТРОМ». (12+) 12.25 13.55 15.25 16.55 пляжный футбол. OLIMPBET Чемпионат России. Прямая трансляция 19.00 Футбол. «Зенит» (Россия) - «Нефтчи» (Азербайджан). Кубок PARI Премьер. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга 21.55 Футбол. «Сан-Паулу» - «Флуминенсе». Чемпионат Бразилии. Прямая трансляция 01.00 Смешанные единоборства. К. Ли - Р. Фахретдинов. UFC. Прямая трансляция	06.30 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+) 10.55 «ПЕРЕПУТАННЫЕ». (16+) Россия, 2017 г. Мелодрама. В ролях: Анатолий Белый, Дарья Калмыкова. Борис и Ольга Морозовы - состоятельная семейная пара. После планового обследования в медицинском центре они узнают, что их 17-летнюю дочь Юлю перепутали в роддоме... 19.00 «МОЯ МАМА». (16+) 00.00 «ЛЮБОВЬ КАК МОТИВ». (16+) Россия, 2008 г. Криминальная мелодрама. В ролях: Евгения Брик, Вера Алентова. Мать Дины Галина Васильевна переезжает жить к дочери... 01.35 «ПЕРЕПУТАННЫЕ». (16+) 05.00 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+) 05.50 «6 кадров». (16+)

КРОССВОРД «ДИАГОНАЛЬ»



раскаленную плиту. 8. Тот, кто нанес оскорбление. 10. Худение снежной бабы. 13. Морозильный «сундук» с мороженым в супермаркете. 14. Картина Василия Тропинина «Ямщик, опирающийся на ...» (рукоять плети). 17. «Коленная чашечка» робота. 19. «Белая шапка» фруктового салата – взбитые ... 20. Украшение с выпуклой резьбой из камня.

Справа-вниз-налево:
 1. Она по полю пошла, она денежку нашла. 2. Пейзаж по проекту дизайнера. 4. Сладкий крупный цитрус. 6. «Лежащая плашма шахта». 7. Ложится спать очень поздно. 9. Их удаляют при очистке. 11. Резиновый мешочек с кипятком. 12. Какая профессия объединяет Арину Родионовну с Мэри Поппинс? 15. ... компании – т.е. руководство фирмы. 16. Габарит альбомной страницы. 18. Человек рассеянный с улицы Бассейной. 21. Крайний за Полярным кругом.

Слева-вниз-направо:
 1. Валюта Туркмении. 3. Ученый – спец по душе человека. 4. Восьмигранник среди дорожных знаков. 5. Обезболивающее лекарство. 6. Звук воды, пролившейся на

Правленнейше. 16. Формат. 18. Разный. 21. Север.
Центрально-восточный. 7. Лодочный. 9. Минус. 10. Шторм. 11. Трава. 12. Нянча. 15. Свет. 17. Шарпир. 19. Сливки. 20. Камень.
Справа-вниз-налево: 1. Муха. 2. Ландшафт. 4. Свети. 6. Шиповник. 8. Обитатель. 10. Яичник. 12. Ларь. 14. Кнут. 16. Манат. 18. Психолог. 20. Стоп. 21. Альп.

ОТВЕТЫ

СТОМАТОЛОГИЯ «ДЕНТО-ЛЮКС»

www.dento-lux.ru

ВЕСЬ СПЕКТР УСЛУГ

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

ДЕТСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ

ЦЕНЫ ДЛЯ ПРЕДЪЯВИТЕЛЯ КУПОНА:
ИМПЛАНТАЦИЯ ПОД «КЛЮЧ»
ИМПЛАНТ OSSTEM + ЦИРКОНИЕВАЯ КОРОНКА
 ТОЛЬКО ДО 31.07.2023!!! **34 000 р.**

- Консультация, составление комплексного плана лечения.....**бесплатно**
- Пломба светоотверждаемая Composite.....**950 р.**
- Циркониевая коронка (КНР).....**9900 р.**
- Винир Е.тах.....**12800 р.**
- Съёмный протез (отечественный) под ключ.....**14000 10900 р.**
- Профессиональная гигиена зубов (Air Flow + ультразвуковая чистка + полировка эмали).....**2990 р.**
- Панорамный рентген.....**470 р.**
- Компьютерная томография зубов 3D.....**2500 790 р.**

*АКЦИЯ до 31.07.2023. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефону у администраторов клиник.

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ!
 Скидки действуют при оплате наличными!

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ. 07.40 «НА ГРАФСКИХ РАЗВ...»

ИЛЛЮЗИОН+. 01.35 «НА ГРАНИ БЕЗУМИЯ».

РУССКИЙ РОМАН. 08.20 «ВСТРЕЧА».

СУББОТА! СУББОТА!. 05.00 «Маша и Медведь».

В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР. 05.00 Мультфильмы. (6+) 06.00 Все, как у людей. (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ. 01.50 Прощай, немытая Россия. (12+)

УСАДЬБА. 06.00, 20.25, 21.10, 21.35, 03.25 Цветники. (12+)

В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам.

За что я люблю свою профессию, так это за возможность общения с людьми. Все они очень разные: молодые и пожилые, обеспеченные и со скудным достатком, весёлые и зануды, добряки и злюки.

За годы работы со многими из них у меня сложились почти родственные отношения: я знаю их семьи, бываю в гостях, одной из первых узнаю о переменах в жизни, а еще со мной советуются и по служебным вопросам. Чем же я занимаюсь? Я парикмахер, или, как сейчас принято называть, специалист в области создания стиля с помощью прически.

Как в кино

Раннее утро. Привожу в порядок рабочее место в ожидании первого клиента. Сегодня это Анна, которая приходит в салон раз в месяц, непременно утром до начала трудового дня. Ей чуть больше тридцати, но выглядит она и ведет себя, как школьница. Озорная хохотушка, вечно попадающая в какие-то истории. Я давно подметила, что она всегда настраивает меня на позитивный лад и в этот день у меня все складывается самым наилучшим образом.

– Доброе утро! – Аня вбежала с милейшей улыбкой, смахивая с лица непослушные кудри. – Мне как всегда: красиво, недорого и, главное, быстро!

– Знаю-знаю, – засмеялась я. – У тебя вечный цейтнот. Я буду колдовать, а ты рассказывай новости.

– Сейчас упадешь, – заговорщицким голосом шепчет Анна. – Я тут попал в такую историю! Комедию можно снимать... Пару недель назад возвращалась я с работы. На

Чудны дороги у любви

остановке стал ко мне клеиться мужчина, а в автобусе он мне галантно протянул руку и усадил на свободное место. Я включила игнор – ты же знаешь мой принцип: на улице не знакомиться. А он такой любезный и симпатичный... Но Иван не шел из головы, как он мог так поступить со мной! Обида меня измучила совсем. В общем, решила отправить я свои принципы немного отдохнуть и включилась во флирт.

Он предложил мне зайти к нему на чашечку кофе.

– Неужели согласилась? – не поверила я.

– Да! Сама не знаю, как повелась, будто я была не я. Решила отомстить Ваньке. Так вот, пришли мы домой к этому товарищу, я стала осматриваться в гостиную, а он отправился на кухню.

– Вот незадача, кофе закончился. Подожди пять минут, я в магазин – и обратно.

Сиюю, жду, тут слышу, вроде хлопнула входная дверь и голоса – мужской и женский. «Может, в следующий раз? Вдруг он придет?» – неуверенно спрашивал мужчина. – «Да ты что! Мужа не будет до позднего вечера», – ответила женщина, которая оказалась женой моего нового знакомого.

Я была в панике! Что делать? На раздумья времени не оставалось: схватила сумочку и напрямик в шкаф. Затаилась, как мышка, и стала в щелочку наблюдать за развитием событий.

Миловидная женщина средних лет обнимает и целует парня значительно моложе ее. И как только они присели на диван, в замке входной двери повернулся ключ.



Красота есть во всем, но не всем это дано видеть. Конфуций

Гардеробный роман

– Муж вернулся! – зашипела женщина. А потом быстро подтолкнула своего знакомого к шкафу, в котором пряталась я.

От неожиданной встречи со мной он стал оседать, пытаясь закричать, – я едва успела зажать ему рот рукой. Парень оказался не робкого десятка. И самое главное, сообразительным.

– Познакомимся? – хмыкнул молодой человек. – Виталий.

– Анна.

Уже вместе мы стали наблюдать за развитием событий.

– Милый, это ты? – замурлыкала дамочка, обнимая и целуя его. – Как хорошо, что ты вернулся пораньше. Я так соскучилась!

«Милый» сначала обалдел, а затем включился в игру. У нас на глазах они все больше и больше погружались в процесс любви.

И тут мы решили выбраться из убежища. До сих пор перед глазами их обалдевшие лица и крики: «Ах ты, гулена! Чтоб тебя!», «Сама в дом неизвестно кого притащила!»...

Анна была прирожденным рассказчиком, я смеялась, вытирая слезы.

– И что было дальше?

– Мы решили познакомиться поближе и отправились в кафе. Виталий признался, что впервые решился на такое приключение – таким образом хотел отомстить девушке, которая его бросила. А когда я рассказала свою исто-

рию, он засмеялся: «Это судьба!»

– Так вы встречаетесь? – поинтересовалась я.

– Да! И, кажется, в наших отношениях наметились перспективы – он хочет познакомить меня с мамой.

– И поэтому ты должна выглядеть на все сто! – я развернула клиентку к зеркалу любоваться результатом моей работы.

Полина краса – длинная коса

Анна действительно была моим талисманом. Настроившись на позитив с самого утра, я до конца смены пребывала в чудесном настроении. Работа спорилась, мои дамы улыбались.

Но из головы не выходила девочка Полина – дочка еще одной моей постоянной клиентки Ирины, обладательница роскошной косы. Она пришла накануне вечером:

– Марина, отрежь мне, пожалуйста, косу, – тоненьким умоляющим голоском попросила девочка.

– Даты что? – удивилась я. – Это ж надо такое выдумать! У тебя волосы, о которых можно только мечтать. У меня рука не поднимется отрезать такую красоту. А мама знает?

– Нет, – потупилась девочка. – Но я ее обязательно уговорю.

– Приходите вместе, там и решим.

Они появились под вечер. Сердце сжалось, я от-

вернулась, чтобы скрыть эмоции.

– Мариночка, не волнуйся, – почувствовав мое настроение, улыбнулась Ирина. – Мы зашли только немножко подровнять волосы, срезать сеченые кончики. Спасибо Артёму, однокласснику Полины, – отговорил дочку!

И они рассказали мне чудесную историю.

Когда накануне вечером Полина заявила родителям, что собирается отрезать волосы, разразился скандал. Никакие увещевания и доводы не действовали – девочка была непреклонна. Она хотела модную стрижку, как у ее одноклассниц. К тому же Артём, сидевший на уроках сзади, постоянно дергал ее за косу.

Окончательно разругавшись с родителями, Полина, хлопнув дверью, убежала во двор. Она сидела на качелях и плакала.

– Что ревешь? Обидел кто? Ты скажи, я разберусь сейчас же, – раздался знакомый голос за спиной.

Это был Артём. От неожиданности и обиды на весь мир Полина поделилась с одноклассником своей печалью. К ее удивлению он расхохотался:

– Ну ты и дурында! Да девочки наши втихаря только и обсуждают твою косу – завидуют!

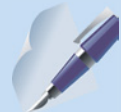
А потом тихо добавил, потупив глаза:

– И мне она очень нравится.

Я смотрела на счастливые глаза Полины и думала: как важно вовремя найти к сердцу нужный ключик.

МАРИНА

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



БЫВАЕТ И ТАКОЕ

Фото с битумом

В 1826 году французский изобретатель Жозеф Ньепс сделал одну из самых старых фотографий современности. На ней изображен вид из окна одного из домов, расположенных в регионе Бургундия (Франция). В наши дни снимок известен под названием «Вид из окна в Ле Гра». Изображение было изготовлено при помощи специальной техники, на основе многочасового воздействия солнечного света на металлическую пластину. Самое удивительное, что пластину покрывал слой вещества типа битума. Его части твердели с разной скоростью, что в итоге дало изображение.



Всё дело в сердце

А знаете ли вы, что для теплокровных животных решающим фактором восприятия времени являются сердечный ритм и размер организма? У кошек, по сравнению с людьми, сердце бьется чаще. Поэтому и время для них идет быстрее. А вот пульс у слонов в среднем около 25 ударов в минуту. Поэтому время для них, с точки зрения человека,



тянется медленнее. А вот у карликовой белозубки, наверное, жизнь пролетает как один миг. Ее сердечко стучит со скоростью 1500 ударов в минуту.

Станция для эстетов

«Сэйрю Михарашу» – железнодорожная станция, расположенная в Японии. Интересна она тем, что к платформе не ведут тропы и дороги, попасть на нее можно только поездом. Все дело в том, что станция была построена лишь для того, чтобы пассажиры могли выйти на улицу из транспорта и полюбоваться красивым видом на реку с одной стороны и гору с другой.



Быть папой

Быть папой – почетно, приятно и даже... полезно для здоровья! Чтобы подчеркнуть этот исключительный статус, был учрежден праздник – День отца, который отмечается во многих странах мира. В России День отца отмечают в третье воскресенье октября (в этом году – 15 октября). Ученые выяснили, что мужчины, которые уделяют своим детям хотя бы полчаса-час в день, дольше сохраняют здоровье и выглядят моложе. Мужчины, возьмите этот факт на заметку!

Светлана СИДОРЧУК

до -75% СКИДКИ НА ТВ-ХИТЫ И ЛИДЕРЫ ПРОДАЖ!



Кошелек

Материал: кожа, подкладка – 100% полиэстер. Размеры: 20x10,5x3,8 см. КНР. Лот 156 6130 Коричневый

скидка 65%

1990₽ **690₽**



Умный зонт

С обратным механизмом сложения.

Материал: металл, полиэстер. Длина в сложенном виде: 23,5 см. Диаметр купола: 105 см. КНР. Лот 200 47527

скидка 53%

1490₽ **690₽**



Сумка «Шоколад»

Сумка из кожи пэчворк – просто находка! 2 больших отделения на молниях, 5 карманов снаружи, крепкие ручки и съемный ремень на плечо.

скидка 75%

3990₽ **990₽**

Материал: кожа, ПВХ. Размер: 31x24,5x10,5 см. КНР. Лот 200 47520 Коричневый



Кварцевый механизм с дискретным ходом. Дизайн часов может отличаться от фото. Батарейка в комплекте. КНР.



ЧАСЫ В ПОДАРОК при покупке от 1000 р.

ПО ПРОМОКОДУ: 23SHOK
При заказе на сайте MOY.MIR.RU

Часы «Классика»

Ваш подарок за заказ – роскошные часы «Классика» в корпусе цвета розового золота, украшенные пересыпающимися искрящимися стразами, классическим черным ремешком, тисненым «под кожу питона».



Язычок для удобства надевания



Гибкая нескользящая подошва

Материал: иск. замша, подошва – полиуретан. КНР. Размеры: 37, 38, 39, 40, 41. Лот 102 512 Песочный, Деним

Летние туфли «Санторини»

Легкие дышащие туфли в модном греческом стиле станут лучшим выбором на каждый день! Они практически неощутимы на ноге. Имеют гибкую амортизирующую подошву, смягчают нагрузку на стопы.

скидка 75%

3990₽ **990₽**



Материал: п/э, вискоза, эластан. Длина: 105 см. Россия. Размеры: 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62, 64, 66, 68.

Платье «Диана»

«Летящее» платье А-силуэта с фигурным подолом смотрится очень легко и романтично! Струющаяся ткань приятна телу, а удобный фасон не стесняет движений. Лот 103 195 1. Синее 2. Бордо

скидка 60%

2490₽ **990₽**

Брюки «Бриз»
Свободные легкие брюки сшиты из приятной телу тонкой эластичной ткани. На поясе и по низу собраны на резинку. Не стесняют движений, очень удобны в носке.

Материал: 95% п/э, 5% эластан. Длина: 94 см. КНР. Размеры: M, L, XL. Лот 102 616 Горox, Синие



скидка 53%

1490₽ **690₽**



Шляпа

«Французский шик»
Ажурная хлопковая шляпка – стильная защита от палящего солнца! А благодаря гибкому металлическому каркасу, она эффектно смотрится на голове и прекрасно сохраняет свою форму. Материал: хлопок 100%. Размер: 30 см в диаметре, ширина поля 7-8 см. Россия. Лот 103105 Лен, Роза, Деним



скидка 53%

1490₽ **690₽**

МОЙ МИР

Заказ на moymir.ru или по бесплатному тел.

8 (800) 350-35-73

код заказа: **ТЕЛ_112_23_ШОК**

Ножницы для плотных ногтей + щипцы

С длинными ручками и коротким захватом. Они создают большее усилие при обрезании ногтя на пальцах ног.



Щипцы. Материал: нерж. сталь, пластик. Размер: 11x6 см. КНР. Ножницы. Материал: сталь, пластик. Размер: 21 см. КНР. Лот 689 883

+ ПОДАРОК

790₽

Минимальная сумма заказа составляет 400 рублей без учета сервисного сбора. Сервисный сбор, стоимость доставки и пересылка перевода наложенным платежом оплачиваются дополнительно. Сервисный сбор составляет 179 руб. Стоимость почтовой доставки соответствует тарифам АО «Почта России». Стоимость пересылки перевода наложенным платежом соответствует 2,5% от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: ООО «Хом шопинг раша», ОГРН 1137746372290, адрес: РФ, 111024, г. Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Лефортово, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 6, этаж 4, помещ. 2. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок, срок службы, срок годности в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок действия акции с 20.06.2023 г. до 10.08.2023 г. при условии наличия товара на складе. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов или выигрышей по результатам акции, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по тел. 8 (800) 350-35-73 и на сайте www.moymir.ru. Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода ТЕЛ_112_23_ШОК. Реклама.

