













Table with 12 columns representing different TV channels (1, ТВУ, 5, РОССИЯ R, СТС, etc.) and rows listing programs with their start times and titles.

Table with 12 columns representing different TV channels (ЗВЕЗДА, че!, ОМАШНИЙ, 360, КАРПОВ, ММР, МАТЧ) and rows listing programs with their start times and titles.

ВТОРНИК, 12 ФЕВРАЛЯ

Table with 12 columns representing different TV channels (1, РОССИЯ 1, ТВУ, 5, РОССИЯ R, СТС, etc.) and rows listing programs with their start times and titles.

Table with 12 columns representing different TV channels (ЗВЕЗДА, че!, ОМАШНИЙ, 360, КАРПОВ, ММР, МАТЧ) and rows listing programs with their start times and titles.



Table of TV programs for Wednesday, Feb 13, 2019. Columns include channel (e.g., Россия 1, ТВУ, 5, Россия R, СТС, НТВ, ТВ3), time, and program title.

Table of TV programs for Wednesday, Feb 13, 2019. Columns include channel (e.g., Звезда, Че!, ОМашний, 360, КартСат, НТР), time, and program title.

Table of TV programs for Thursday, Feb 14, 2019. Columns include channel (e.g., Россия 1, ТВУ, 5, Россия R, СТС, НТВ, ТВ3), time, and program title.

Table of TV programs for Thursday, Feb 14, 2019. Columns include channel (e.g., Звезда, Че!, ОМашний, 360, КартСат, НТР), time, and program title.



Table with 12 columns representing different TV channels (1, Россия 1, ТВУ, ТВ, 5, Россия R, ГТС, ТВ3) and rows listing programs with their start times and titles.

Table with 12 columns representing different TV channels (Звезда, Че!, Омашний, 360, KapyCAB, NMP, Матч!) and rows listing programs with their start times and titles.

Table with 12 columns representing different TV channels (1, Россия 1, ТВУ, ТВ, 5, Россия R, ГТС, ТВ3) and rows listing programs with their start times and titles.

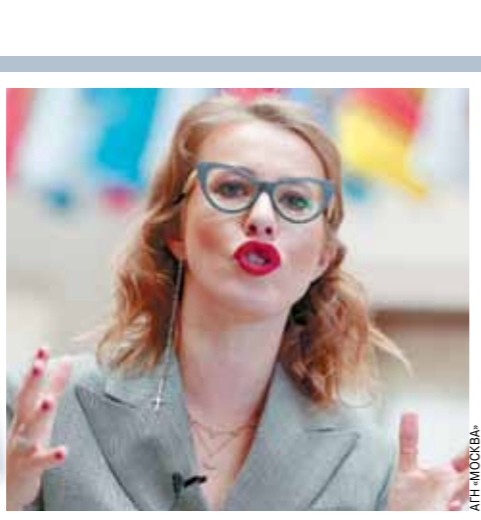
Table with 12 columns representing different TV channels (Звезда, Че!, Омашний, 360, KapyCAB, NMP, Матч!) and rows listing programs with their start times and titles.



Table of TV programs for various channels including Russia 1, TBC, 5, Russia K, STS, and TV3. Columns include channel name, program title, time, and description.

Table of TV programs for channels like Zvezda, Che!, Omasnii, 360, Kinyo, and MTC. Columns include channel name, program title, time, and description.

с Александром МЕЛЬМАНОМ
Ну все, пауза закончилась, она взмогла на тропу войны. Отряхнула, отгорелась, пришла в себя — и вот: один раз проездом, только на Первом канале, «Эксклюзив» называется. Смотреть всем!



На самом деле это поступок, почти подвиг. На канале НТВ вдруг ни с того ни с сего нам показали фильм Кирилла Серебренникова «Ученик» от 2016 года. Зрители (те, кто понимает) и я вместе с ними от столь неожиданного изумления чуть с ума не сошли.



Честно говоря, я думал, что фамилию режиссера в анонсах они и не объявят, испугался. Но нет, так и сказали: фильм Кирилла Серебренникова. Ох, и смелые же люди сидят на четвертой кнопке!



Один вопрос: насколько Ксения Собчак теперь интересна, нужна, актуальна? Что собой представляет? После всем известной президентской кампании, такой неудачной для нее, она упала. Можно сказать, пропала. Да, это был просто шок.

Она должна была стартовать на НТВ в программе «Центральное телевидение», но тут же сбежала оттуда, увидев подставу. Ну не хочет человек говорить об актуальном, личном, так зачем же весь этот карнавал? Только даже из этого Ксения делает себе повод для дальнейшего продвижения с большим удовольствием.

Хороший «Ученик»
Итак, она выбрала Первый. Рассказала там все что хотела. А что не хотела — не рассказывала. Она вообще могла бы стать ведущей на любом из этих каналов только по одному звонку, но разве можно сейчас порядочной девушке вести что-либо в этом гадком ящике? Никак нельзя. И Ксения ушла в YouTube.

Министр культуры Москвы одет не по протоколу. Министр — за круглым столом. Министр наливает водку в рюмку — себе и двум своим визави. Министр достает из футляра пистолет и прицеливается. Вот так провел вечер Александр Кибовский в «Школе современной пьесы», где дебютировал в моноспектакле «Нельзя спасти камер-юнкера Пушкина».

Министр культуры Москвы одет не по протоколу. Министр — за круглым столом. Министр наливает водку в рюмку — себе и двум своим визави. Министр достает из футляра пистолет и прицеливается. Вот так провел вечер Александр Кибовский в «Школе современной пьесы», где дебютировал в моноспектакле «Нельзя спасти камер-юнкера Пушкина».

У Райхельгауза изучали, как стрелялся Пушкин
По ходу расследования министр Кибовский успел сменить костюмчик: резко скинул голубой джемпер, как секунданты дуэлянтов — свои шинели, из которых сделали барьеры, и остался в белой майке с принтом Пушкина (кучерявый, в красном поло и зеркальных солнцезащитных очках, в которых отражался, кажется, шпиль Петропавловки).

«Вдудь» Киселеву
Киселев оказался Дудю не по зубам. Такая глыба, матерый человек. Да, он уважать себя заставил и лучше выдумать не мог.



Дудь прокалялся раз, два три... А Киселев ловил его на раз-два-три. Да, в монтаже все это можно было бы убрать, но большой человек не поволивал.

Райхельгауз хорошо поставленным голосом своим визави подкидывает вопросы: чин Пушкина при Министерстве иностранных дел был унизительным для него или нет? Камер-юнкера, как объясняет Кибовский, в Табеле о рангах давали выпускникам Царскосельского лицея сразу по выходе из него, то есть в 13 лет, за четыре года до смерти. Однако на государственной карьерной лестнице он считался титулярным советником.

Ставка сделана на импровизацию, ни одной репетиции режиссер с историками не устраивал, и тем не менее, несмотря на их неопытность в театральном деле и затянувшийся в некоторых эпизодах диалог, расследование дуэли Пушкина вышло захватывающим. Министр на удивление держался свободно, солировал, дерзко ввязываясь в дискуссию и даже управлял ею: минуточку, чуть были пистолеты (Лепажа или не Лепажа?) — тут было расследование. Как и полагается реконструкция самой дуэли и сравнение ее с живописными и графическими изображениями, коих за сто с лишним лет сохранилось множество. И тут, надо сказать, рисовальщики напозволяли себе такие фантазии — вот лишнее свидетельство нашли, хотя известно, что на Черной речке было всего четверо. Еще интереснее — с тем, как упал Пушкин, сраженный дantesковской пулей.

«Вдудь» Киселеву
Киселев оказался Дудю не по зубам. Такая глыба, матерый человек. Да, он уважать себя заставил и лучше выдумать не мог.







ЭПИДЕМИЯ

Вирусная инфекция под названием грипп-2019 поразила уже более половины россиян. На сегодняшний день эпидпорог превышен в 43 регионах, особенно он свирепствует на востоке и севере страны.

ГРИПП «КОШМАРИТ» УЖЕ ПОЛ-РОССИИ Как уберечься от смертельного вируса?

ОРЗ, ОРВИ... Кому не знакомы эти два понятия — привычный врачебный диагноз при обращении к докторам заболевших с сезонными кашлем, насморком, температурой. Но так ли они безобидны?

Причина ОРВИ — опасные острые вирусы

— Увы, респираторные заболевания более чем опасны, если не начать вовремя лечиться, — констатирует наш эксперт, врач-инфекционист, д.м.н. Николай Малышев. — Особенно если это ОРВИ — острая респираторная вирусная инфекция.



этом надежный способ защиты от вирусов не прижился. Да и маски надо менять хотя бы через пару часов ее ношения, а если она стала мокрой, то и чаще.

В лечении ОРВИ самое главное правило — это своевременное начало. Чем раньше начато лечение, тем более эффективным оно будет.

При первых признаках заболевания (советы врача-инфекциониста Малышева):

- сохраняйте тело в тепле; — каждые 10–15 минут в течение первого часа выпивайте по 1 стакану воды с лимонным соком; — делайте дыхательную гимнастику в течение 20–30 минут: спокойный глубокий вдох через нос, задержите дыхание на несколько секунд и выдохните максимально сильно также через нос;

Капли в нос: растительное масло смешать с соком чеснока или лука (5 капель сока на 1–2 чайные ложки), закапывать по 2 капли в носовую ход каждые 1–3 часа.

Промывание носа: подсоленную воду (1/2 ложки соли на 1/2 стакана воды) вводить в нос по 20–30 мл за 1 раз. Воду нужно быстро залить в каждый носовый ход, рот при этом должен быть открыт, губы сложены трубочкой, дыхание при этом задержать.

Ингаляции: с эфирным маслом эвкалипта (1 капля масла на 1/2 стакана воды 80С).

А ТЕПЕРЬ — ВНИМАНИЕ!

Если у вас уже есть повышение температуры тела более 40С, во время болезни появилась одышка — учащенное или затрудненное дыхание, на миндалинах налет в виде бело-желтых округлых очагов или полосок, увеличилось лимфоузлы под нижней челюстью или на шее, появились боли, не характерные для ОРВИ, боль в ухе, в области придаточных пазух носа, в груди, повторно повысилась температура тела выше нормы — немедленно вызывайте «скорую».

Александра ЗИНОВЬЕВА.

АКТУАЛЬНО

Часто ли вы видите российских мужчин с тяжелыми, набитыми продуктами сумками наперевес? Нет? И я почти не вижу представителей сильного пола, утруждающих себя такой «мелочью».

Но при всем при этом надо еще «быть женщиной»: ухоженной, изящной — ходить на тонких высоких каблуках, чтобы нравиться сильному противоположному полу. Хотя сильными многими мужчинами, согласитесь, можно назвать сегодня с большой натяжкой: инфантильные взрослые дети-мужики не против посидеть на шее своих половинок.

Грустно, господа. Но хватит лирики. Речь сегодня — о сосудах ног милых дам. Совсем не случайно российские женщины в три раза чаще, чем российские мужчины, страдают варикозом.

В инфрактахах и инсультах виноваты... НОГИ

— Не случайно женщины в три раза чаще, чем мужчины, подвержены варикозу, образованию тромбов в нижних конечностях, — констатировал побывавший в «МК» руководитель Московского городского флебологического центра Первой градской больницы им. Н.И.Пирогова Сергей ЧУБЧЕНКО.

Все это и вызывает проблемы с ногами, начиная с сосудистых «звездочек» на них, позже появляются боли, отечность, судороги... И закончить может тромбозом нижних конечностей, осложненным трофическими язвами. К стати, венозные сеточки на ногах обнаруживают у себя многие женщины, но большинство воспринимает их лишь как косметический дефект.

А боль и дискомфорт в ногах — лишь следствие. Свидетельство того, что у человека развивается распространенное заболевание, — варикозное расширение вен. Чаще, конечно, на нижних конечностях у тех, кто часто носит тяжести, выполняет физическую работу либо вынужден длительное время проводить на ногах.



ВАРИКОЗ ПРИХОДИТ ПО НОЧАМ



Женщинам важно знать: варикозное расширение вен не косметический дефект, а опасная болезнь

и в среднем возрасте (начиная с 40–45 лет) страдают от нашей беспечности: физических перегрузок, неправильной обуви, нездорового питания, гиподинамии.

Причем проблема эта «растет» постепенно: стенки артерий, снабжающих различные внутренние органы нашего тела, истончаются, становятся проницаемыми для лейкоцитов — и происходит их закупорка, объясняет эксперт.

«Настоящие провокаторы — женские половые гормоны»

— Ученые пришли к выводу, что причиной заболевания вен могут быть и женские половые гормоны — эстрогены, которые оказывают неблагоприятное влияние на стенки вен, — добавляет наш эксперт, врач-флеболог Сергей Васильевич Чубченко.

сказывается на состоянии вен уже в первые месяцы. Да и во время вынашивания ребенка, особенно на поздних сроках беременности.

В группу риска по варикозному расширению вен входят также те, чьи родители страдали от этого заболевания. Причем генетический фактор играет решающую роль в предрасположенности человека к развитию такого заболевания.

Но дальше многое зависит от образа жизни и работы человека. К примеру, нельзя исключать профессиональные факторы возникновения варикозной болезни вен. Данной патологией чаще страдают те, кто по роду своей работы вынужден больше времени стоять на ногах: парикмахеры, продавцы магазинов, преподаватели школ и вузов, грузчики и другие.

Варикозное расширение вен в своем развитии проходит четыре стадии, помимо сплетения специалистов. Все дело в том, что эта патология возникает и развивается из-за потери венами эластичности.

Позтому заболевшему надо очень хорошо знать о стадиях развития заболевания вен. При первой стадии варикозного расширения вен симптомы большие внешне — заболевание беспокоит в основном косметические проявления.

СВЕТСКАЯ ЖИЗНЬ

КАК ЗВЕЗДЫ НАКАЗЫВАЮТ СВОИХ ДЕТЕЙ

Известная певица рассказала, как наказывает своих детей за плохое поведение: «Мишу в качестве наказания я заставляю сидеть дома и учить стихи. Потом обязательно пересказывать. Но обычно за проступки я лишаю детей чего-то, что для них ценно.

Также артистка рассказала, что самым сложным для нее — это найти общий язык с дочерью. По словам Жасмин, Маргарита не плачет и не реагирует на окружающих, она просто замыкается и иногда говорит вещи, за которые потом ужасно стыдно.

Жасмин — за строгость, Федорова и Блэданс — за лояльность

Звезды российского шоу-бизнеса поделились собственными способами воспитания детей. Так, телеведущая Эвелина Блэданс поведала «МК», как при таком плотном графике ей одной удается воспитывать ребенка: «Дети всегда смотрят на своих родителей.

любимого сына. В этом плане я действительно сумасшедшая мать. Если мой ребенок находится без моего присмотра более 3 часов, то у меня начинается паника: кажется, что я не уделяю ему должного внимания или того хуже. Поэтому я стараюсь постоянно чем-то радовать Семю и иногда разрешаю что-то запрещенное. Но это касается только мелочей. В более серьезных вещах я добиваюсь своего».

У Эвелины есть свои маленькие хитрости, к которым она прибегает, если ребенок не слушается: «Семен однажды решил, что не пойдет в детский сад. Мы уже опаздывали, и мне в голову пришла идея. Я решила отвлечь его интересной вещью и дала ему зажечь ароматическую палочку, а потом предложила принести несколько в детский сад. Семен сразу забыл про капризы и, довольный, отправился в детский сад. Это оказался правильный выход из положения: ребенок думает, что принял решение самостоятельно, и доволен этим, а вы избежали слез и ненужных капризов».

Актриса Оксана Федорова тоже является сторонницей лояльных методов воспитания детей. Применения грубой силы по отношению к детям Оксана не приемлет и считает это проявлением человеческой слабости. Главным принципом в воспитании детей, по мнению актрисы, является совмещение любви и строгости. Она предоставляет детям



КИРКОРОВ НЕ СТАЛ СНИМАТЬСЯ С ПУГАЧЕВОЙ

6 февраля кинотеатр «Октябрь» стал центром светско-культурной жизни столицы. На повестке дня — продюсерский дебют актрисы, певицы и просто красавицы, как сказал бы харизматичный герой Владимира Этуша из «Кавказской пленницы», Елены Север.

Ровно в 19.00 на дорожке появляется виновница торжества, исполнительница главной роли и сопродюсер «Пилигрима» Елена Север в сопровождении режиссера картины Александра Баршака. Недолго заставили себя ждать и звездные гости, приехавшие поддержать актрису в волнующий момент. Каждого, как и подобает хозяйке вечера, Север лично встретила, провожала и благодарила.

«Ближе к Север! Давайте ближе к Север!» — звали фотграфы прибывших гостей: Оксана Федорова, Валентина и Марину Юдашкины, Армена Давлетьярова, певицу Зару, Петра Буслова, Юлию Барановскую, Анну Седокову, Ирину Рахманову, Марию Голубкину, Аллу Довлатову, Вадима Верника и Екатерину Одинову. Те, в свою очередь, послушно вставали между изображением Елены и исполнителем главной роли Игорем Петренко, которых, кстати, появился в сопровождении двух сыновей за несколько минут до начала фильма.



ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИТОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ ОХВАТИТ ЭЗКОВ



Особенности ЕГЭ-2019 станут введение в качестве предмета по выбору пятого иностранного языка — китайского, а также невозможности записаться на обе математики — базовую и профильную.

В начале государственной итоговой аттестации для выпускников 9-х классов. В Москве на эти экзамены записались более 93 тысяч человек.

13 февраля впервые пройдет итоговое собеседование по русскому языку в форме беседы участника экзамена с экзаменаторами по тексту естественно-научной направленности.

Во-первых, в 2019 году ввели новый иностранный язык по выбору — китайский. В Москве на его сдачу записались уже 148 участников.

Пожалуй, главной особенностью ЕГЭ-2019 станет то, что можно будет сдавать лишь один уровень ЕГЭ по математике — базовый или профильный. Поэтому в обеих математиках в этом году будут выставлены в расписание в один и тот же день.

Марина ЛЕМУТИНА.

В английском курортном городке Челтенхэме, что в графстве Глостершир, сыграны первые матчи World Grand Prix.

Высочайший уровень соперников, помноженный на короткий формат матчей, особенно в двух первых раундах (встречи 1/16 и 1/8 финала играют до побед в 4 фрейма).

Традиционно львиная доля зрительского внимания изначально была прикована к Ронни О'Салливану. 5-кратный чемпион мира после болезненного поражения в финале «Мастерс» от Джадда Трампа (4:10) пропустит German Masters и именно на World Grand Prix должен был продемонстрировать случайность январской осечки в Лондоне.

Что стало тому первопричиной — чувствительный укол Трампа на «Мастерс» или что-то другое, — уже не столь важно, но потерпевший в сезоне лишь 3 поражения О'Салливан не справился с нервным напряжением.

Впрочем, самому Марко эта победа особыми дивидендов не принесла. Матчи с Ронни, как и победы над ним в том числе, отнимают массу сил.

WORLD GRAND PRIX. 1/16 ФИНАЛА

- Марко Фу — Ронни О'Салливан — 4:2, Барри Хоукис — Райан Дэй — 4:1, Стюарт Бинхэм — Чжао Синьтун — 4:1, Марк Аллен — Гарри Уилсон — 4:2, Алистер Картер — Мартин О'Доннелл — 4:3, Юань Сычжунь — Марк Уильямс — 4:3, Сно Годун — Нил Робертсон — 4:3, Стивен Магуайр — Марк Кинг — 4:1, Джадд Трамп — Стюарт Каррингтон — 4:3, Цзюньхуа Дин — Джек Лисовски — 4:1, Том Форд — Джо Перри — 4:3, Марк Селби — Шон Мерфи — 4:1, Дэвид Гилберт — Ян Бинтао — 4:0, Марк Дэвис — Джейми Робертсон — 4:3, Ноппон Саенгхам — Джон Хиггинс — 4:2, Кайрен Уилсон — Мэттью Стивенс — 4:3

В остальных парах играют: Аллен — Картер, Дин — Гилберт, Селби — Саенгхам, К.Уилсон — Бинхэм



ПОЧЕМУ ВЗБЕСИЛСЯ РОННИ?



Скромному сопернику, огромные количество. По тому сценарию разивалась и история Фу, которого в 1/8 финала Барри Хоукис прошел играючи.

Едва не сошел с турнирной дистанции на стадионе 1/16 финала и предыдущий обидчик Ронни — Джадд Трамп. Тут не стал пропускать German Masters, на котором размялся в двух первых кругах с не самыми именитыми азиатскими соперниками.

Александр ПОКАЧУЕВ.

Последний день трансферного окна в Европе, как всегда, выдался интересным. Переходы на «флажке», обиды тренеров, не получивших долгожданных игроков, и разорванные контракты.

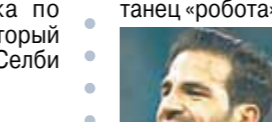
КУДРЯШОВ — В ТУРЦИЮ, ФАБРЕГАС — К ГОЛОВИНУ

Самые интересные футбольные трансферы зимы

Да, российские клубы еще могут заявлять новичков, но команды из топ-5 чемпионатов будут доигрывать сезон текущими составами.



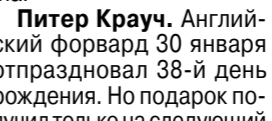
Питер Крауч. Английский форвард 30 января отпраздновал 38-й день рождения. Но подарок получил только на следующий день.



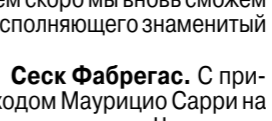
Сеск Фабрегас. С приходом Маурисио Сарри на пост рулевого «Челси» полузащитник потерял место в стартовом составе и решил сменить обстановку.



Гонсало Игуаин. Приход Криштиану Роналду в «Ювентус» поставил крест на туринской карьере аргентинского форварда.



Федор Кудряшов. Да, российские игроки тоже уезжают играть за границу.



Леонардо Паредес. Один из самых громких переходов сезона-2018/19 связан с «Зенитом».

лондонцев отлично знаком с Игуаином, который именно при Сарри показывал свой лучший футбол в карьере.

претендентов, но Федор выбрал самый интересный вариант. И отправился в «Истамбул», который возглавляет турнирную таблицу чемпионата Турции.

Леонардо Паредес. Один из самых громких переходов сезона-2018/19 связан с «Зенитом».

назад питерцы продали полузащитника в ПСЖ за 47 миллионов евро.

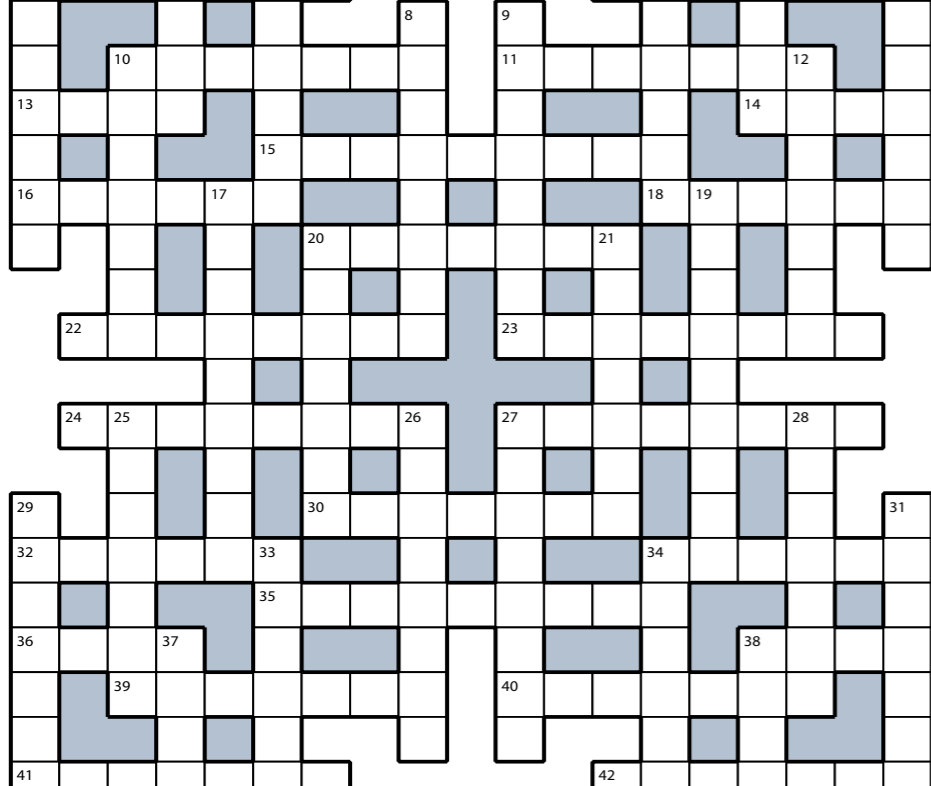
Секрет ПОГРЕБНИК. ЦИФРА ДНЯ 23 новинка подписал за 1 день клуб второго дивизиона Турции «Элязигспор».

НОВОСТЬ ДНЯ



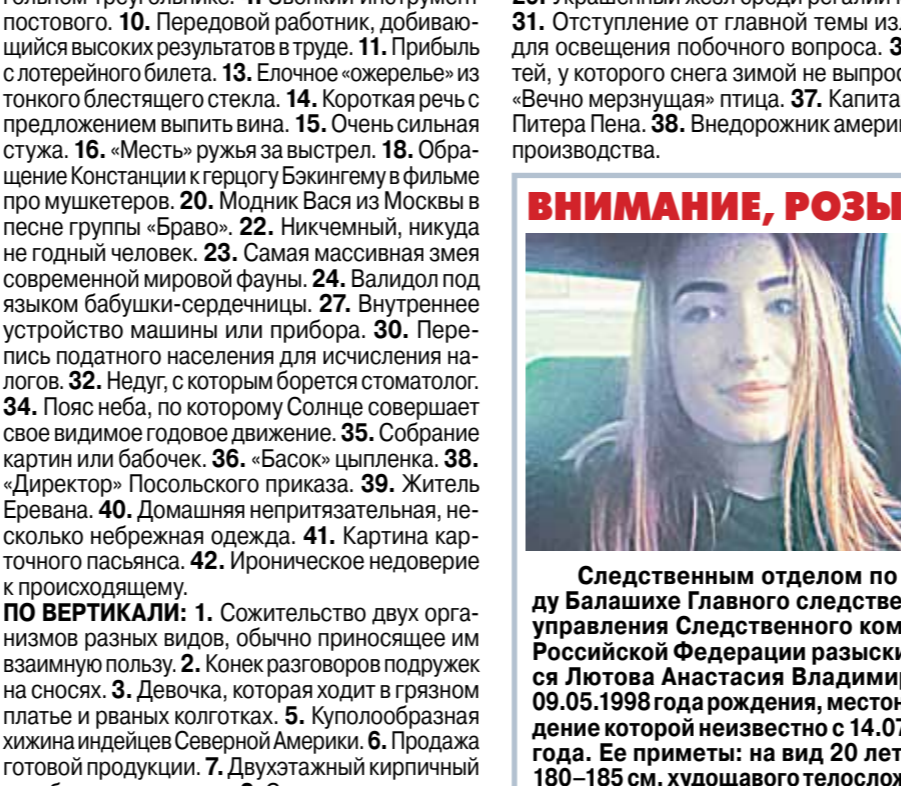
Проводы в Сараево прошли в Новогорске. Как мы уже сообщали, с 9 по 16 февраля в столице Боснии и Герцеговины городе Сараево, принимающем зимние Олимпийские игры-1984, пройдет Европейский юношеский олимпийский фестиваль.

КРОССВОРД



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Гипотенуза в прямоугольном треугольнике. 4. Звонкий инструмент постового. 10. Передовой работник, добивающийся высоких результатов в труде.

ВНИМАНИЕ, РОЗЫСКИ!



Следственным отделом по городу Балашихе Главного следственного управления Следственного комитета Российской Федерации разыскивается Лютова Анастасия Владимировна 09.05.1998 года рождения.

КУРС ВАЛЮТ

По курсу ЦБ на 08.02.2019 1 USD — 66,0199; 1 EURO — 74,9656.

ДНИ РОЖДЕНИЯ

Кинг Видор (1894–1982), кинорежиссер и сценарист («Война и мир») Герман Греф (1964), президент, председатель правления ПАО «Сбербанк России» Езекеиль Лазаров (1974), актер театра и кино («Тот, кто читает мысли», «Мата Хари») Дмитрий Менделеев (1834–1907), химик, автор Периодической системы химических элементов Ирина Муравьева (1949), актриса театра и кино, народная артистка России Леонид Пчелкин (1924–2004), кинорежиссер, народный артист РСФСР Анастасия Ракова (1976), заместитель мэра Москвы в правительстве Москвы, руководитель аппарата мэра и правительства Москвы Вячеслав Тихонов (1928–2009), киноактер, народный артист СССР Сергей Шустиков (1958), композитор, телеведущий, заслуженный артист России

ГОРЯЧАЯ ПЯТЕРКА АНЕКДОТОВ «МК»

- 1 Жильцы дома жаловались на отвратительный запах водопроводной воды, от меча, впрочем, ее великолепный цвет. 2 Мечты всегда сбываются! Но надо точно знать, что тебе нужно. А то приходится принца на белом коне, а ты уже беременна от мужа... 3 Экзамен по лицевой мускулатуре в медицинском институте. Студент ничего не знает. Утомленный его бредом профессор спрашивает: — Большая ягодичная мышца — мимическая или жевательная? Студенту терять нечего, наугад: — Мимическая! — Ну, когда она вам улыбнется, приходите на пересдачу. 4 — Доктор, я не выговариваю букву «ч». — Почему же, очень даже хорошо выговариваете. — Не чочем. 5 — Мне мужчины говорят, что им со мной неинтересно, они говорят, что мне нужно пополнить свой силликон. — Дура! Не силликон, а лексикон!