



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

№38
(286)

ТВ-программа с 25 сентября по 1 октября 2023 года

ТЕЛЕЛЕК

35
КАНАЛОВ
ТВ

**МЕНЯЕМ
ВЫГОРАНИЕ
НА ЭНТУЗИАЗМ**

стр. 9

**ИСТОРИЯ
И ТРАДИЦИИ.
РОЖДЕСТВО
БОГОРОДИЦЫ**

стр. 27

**ОБЕД ИЗ
КАПУСТЫ –
ЭТО ВКУСНО!**

стр. 6

**ФИЛИПП
БЛЕДНЫЙ**

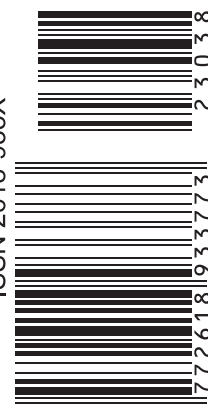
**Я СОСКУЧИЛСЯ
ПО ДОБРЫМ СЕРИАЛАМ**

стр. 2

12+

Фото телеканала CTC

ISSN 2618-933X



9 172618 1933773 23038

На СТС выходит одна из самых главных и громких премьер телевизионного сезона – «Папины дочки. Новые».

Зрители встретятся и с давно знакомыми персонажами, и с новыми героями. Главную роль в этой истории исполняет Филипп Бледный. На его счету уже более 30 ролей в кино и сериалах. Филипп не только снимается, но и играет в театре.

Мы поговорили с актером о съемках новых серий проекта «Папины дочки», о других его ролях, мечтах и испытании славой.

Не Васнецовы, а Васильевы

– Филипп, не было ли у вас долгих раздумий, когда соглашались на участие в съемках новых «Папиных дочек»?

– Нет, не было. Решение принял довольно быстро. Потому что узнал о том, что история будет не о прошлом – что это будет история не семьи Васнецовых, а семьи Васильевых. То есть обо мне и моих детях, моей жене и о всем том, что с этим может быть связано. Поэтому для меня это было не повторение того, что было когда-то, а новый персонаж, новый виток его развития и совершенно другой взгляд на эту историю.

– Скуцали по этому сериалу?

– Да, безусловно. Это было весело, интересно и долго. За пять лет ты успеваешь со всеми подружиться, успеваешь прикипеть так или иначе – какими бы отношения ни были, ты привыкаешь к совместной работе, к общению. Ну и по доброте того сериала, я думаю, соскучился не только я, но и многие зрители. Потому что света на телевидении становится все меньше, поэтому хочется каких-то простых, позитивных, веселых и добрых историй, которые мы принесем.

Сравнение неизбежно

– Не боитесь, что будут сравнивать, и возможны слова от поклонников: «А вот раньше было лучше...»?

– На самом деле – не боюсь. Потому что понимаю, что это неизбежно: люди будут сравнивать. И, естественно, кто-то будет говорить: «Ой, нам это неинтересно! Нам это не нужно! Зачем вы это возобновили?!» Кто-то будет

Филипп БЛЕДНЫЙ:

«Я соскучился по добрым сериалам»



Роль многодетного папы пришлось Филиппу Бледному по душе.

сетовать, что они не увидели то, чего ожидали. Но всем не угодишь никогда. Поэтому переживать из-за этого не стоит. Переживать стоит только за одно: за качество выполнения своей работы. А мы тут честны. Но я уверен, что большинство полюбит новую историю.

– Чем больше всего запомнились съемки?

– Тем, что эта новая история для меня была необычной: я впервые играю отца четверых детей, и это было очень круто!

– Каково это – быть папой такого количества детей, пусть и экранных?

– Ощущения прекрасные, мне очень нравится! Особенно то, что это четыре девочки. Наверное, это исполнение моих внутренних желаний – потому что мне бы хотелось, чтобы у меня была большая семья, и чтобы детей было четверо, и хочется, чтобы это были дочки. Можно даже – пятеро детей, а старший будет сын, чтобы он помогал... Конечно, для меня это было очень интересное путешествие и знакомство с девочками, с моими замечательными партнерами. И наш смех, и веселье, и серьезность в работе, и легкость – все было очень по-семейному, по-настоящему. Это было здорово!

Работы «на карандаше»

– Вы родились в актерской семье. Был вариант выбрать какую-то другую профессию? Или это уже в крови и даже не рассматривали ничего другого?

– Вообще, безусловно – в крови. Будучи в четвертом поколении актером, ты, конечно, понимаешь, что это неизбежность, и ты все равно так или иначе будешь связан с искусством. Конечно, в юности я думал, что, может быть,

что-то другое выбрать: стать хирургом или адвокатом. Но моя жизнь привела меня к тому, чем я занимаюсь сейчас, и я этому очень рад. Потому что свою профессию я очень люблю!

– В каких проектах вы сейчас ещё снимаетесь?

– Сейчас «на карандаше» есть еще несколько проектов, которые будут идти параллельно с «Папиными дочками». Но пока о них рано говорить.



С режиссером сериала Александром Жигалкиным.

Летом успел сниматься в сериале «Артист» с прекрасным Юрием Стояновым, где я играл сына его героя. Снимал режиссер Дима Грибанов, с которым мы вместе работали в сериале «Два холма». И у Владимира Котта снялся в полном метре вместе с Кристиной Асмус – в фильме «Обе две». Такая интересная драматическая и социальная история...

– А есть фильм или сериал с вашим участием, которым вы особо дорожите?

– Я бережно отношусь к каждой своей работе и стараюсь сделать ее хорошо. Безусловно, я дорожу сериалом «Папины дочки» – это был такой серьезный старт. С ним же наряду «Кухня», «Отель «Элеон», «Даешь молодежь!» – такие мои истории, которые сформировали меня как артиста телеканала СТС. Валерия ХВАЦЕВСКАЯ

Детали

Медные трубы

– Когда вы стали популярным артистом, пришлось пройти испытание медными трубами?

– Я на сцене с раннего возраста – получается, что 31 год. И поэтому еще с детства я знал, что такое поклонники. У нас у театра драматического (Оренбургский областной драматический театр имени М. Горького, где играл Филипп Бледный. – Прим. авт.) у служебного входа стояли девочки с бумажками, просили расписаться. Мне кажется, что у меня было несколько периодов медных труб в моей жизни, и я как-то учился лавировать в этом – потому что сказать, что совсем не сносит крышу, когда на тебя сваливается определенная популярность, будет лукавством. Но при этом я научился от этого себя ограждать за годы жизни и очень этим горжусь!

– Вы спокойно относитесь к своей популярности – к тому, что надо давать автографы, фотографироваться?

– Если люди ведут себя без панибратства, корректно по отношению ко мне – как и к любому незнакомому человеку, обязательно артисту – понимая, что я не на работе сейчас, не на сцене, и это моя личная жизнь, что у меня есть собственное пространство, которое я бы не хотел, чтобы кто-то нарушал, – то я всегда фотографируюсь и стараюсь дать автограф и перекинуться парой слов. Но когда это происходит в хамском виде, то это всегда неприятно – а бывают и такие ситуации, и нередко, скажем честно... И это расстраивает...

– Каким вы видите себя через 15 лет? Чем будете заниматься?

– Я считаю, что если хочешь рассмешить Бога – расскажи ему о своих планах. Я стараюсь этого не делать – смиренно склоняю перед ним голову и колени. Поэтому будет, как Бог справит. Надеюсь, что все будет хорошо...

Анастасия Уколова рассказала о «Куколке»

Телеканал «Россия» начал съёмки много-серийного фильма «Куколка» (производство «МАНГОС ФИЛЬМ»). Действие киноленты разворачивается в 1911 году, а главной героиней становится выпускница Института благородных девиц Саша Мещерская в исполнении Анастасии Уколовой. Ее персонаж ждет множество приключений и интриг, да и без детективной истории тут не обойдется.

– Мне очень понравился сценарий. После его прочтения, как после хорошей книги, я несколько дней ходила под впечатлением – там очень захватывающий сюжет, –



признается Анастасия Уколова. – А самый большой сюрприз ожидает зрителей в финале: я даже сама не ожидала такой развязки! Это и приключения, и детектив, и, конечно же, есть любовная линия – она всем движет. Моя героиня – совсем юный цветочек – приезжает домой на каникулы. И там с ней начинают происходить какие-то странные вещи, она все время оказывается в самой гуще событий, сама ищет выходы из ситуаций, начинает расследовать, что происходит. Моя Саша – очень решительная, смелая, внимательная и думающая девушка. Я ей восхищаюсь!

Также в сериале снимаются Роман Мадянов, Владимир Симонов, Елена Валушкина и многие другие артисты. Режиссером проекта стал Егор Анашкин.

Фото телеканала «Россия»

«Наше всё» раскроет тайны производства

На Первом канале уже скоро состоится премьера научно-познавательного шоу «Наше всё». В передаче телезрителям расскажут, почему у россиян так много причин гордиться своей страной. В нашей стране создаются все необходимые бытовые предметы и произведения искусства, совершенствуются технологии и создана индустрия моды.

Ведущей проекта стала Полина Воробьева (она же и его продюсер). Она встретится с российскими специалистами в самых разных сферах, расскажет, как они работают и что производят, покажет, тестируя на себе, наше все.

– Я решила выяснить, какие компании есть у нас в стране, чем они занимаются, что производят, куда стремятся и чего хотят добиться, – рассказывает Полина Воробьева. – Я попытаюсь разобраться в самых разных сферах и вопросах для того, чтобы понять, что нас ждет в будущем. Мы познакомимся с интересными, талантливыми и мотивирующими людьми, которые, несмотря ни на что, идут к своей цели, и узнаем, в чем их секрет. Мы хотим доказать на примерах наших героев, что успешным может стать каждый, надо только поверить в себя. Пора заглянуть внутрь себя, принять себя такими, какие мы есть, осознать свою уникальность и заговорить о нас и обо всем нашем.

Фото Первого канала



Ирина Крутик сыграла супермаму

На телеканале Домашний завершили съемки сериальной мелодрамы «Супермама для Казановы» (производство «2В МЕДИА»). В ролях: Ирина Крутик, Егор Попов, Дмитрий Попов, Сергей Фатьянов, Иван Чушков, Николай Журавлёв, Лиля Разакова, Василий Шевелилкин и другие артисты.

Завуч колледжа Аделина (Ирина Крутик) всегда готова помочь ближнему. Но со своими проблемами и бедами справляется в одиночку. В одиночку она воспитывает и сына Семёна (Егор Попов), болеет за работу, чувствует ответственность за каждого студента колледжа. Для них она «мама Деля». Пытаясь воспитывать Семёна настоящим мужчиной, она держит его в ежовых рукавицах и не позволяет бывшему мужу-бизнесмену сделать из мальчика мажора. Как только Семёну удается вырваться из-под контроля «супермамы», наступает катастрофа...

– Эта история об энергичной, сильной, любящей женщине, которая никогда не останавливается перед трудностями, – рассказывает Ирина Крутик. – Настоящем борце за справедливость!

Фото пресс-службы телеканала Домашний



Александр Рогов назвал главный цвет осени

Стилист, дизайнер и ведущий программы «Рогов в городе» на телеканале СТС Александр Рогов рассказал о главных трендах наступившего осенне-зимнего сезона. Главным цветом сезона он назвал красный. Самый модный принт – клетка. А еще актуальными считаются длинная макси, широкие плечи, объемный декор, огромные банты вместо воротников и галстуков. И, как ни странно это звучит, осенью и зимой будут модными прозрачные кружева и перья. Конечно, в офис в таком не пойдешь, но для новогоднего корпоратива – самое то!

«А у нас во дворе...» покажет «Прерванный сезон»

На Первом канале состоится премьера фильма «А у нас во дворе... Прерванный сезон». Над продолжением полюбившегося зрителям детективного сериала «А у нас во дворе...» о бесчуждных буднях пары: русского экс-полицейского Владимира Каленого (его роль исполнял Сергей Пускепалис) и красавицы из Узбекистана Мавлюды (с этой ролью прекрасно справлялась Равшана Куркова) режиссер Ольга Музалева начала работать в июне 2022 года. Съёмочная группа успела отснять всего 14 смен (если говорить обычным языком, то было 14 съёмочных дней). А осенью Сергей Пускепалис погиб в автокатастрофе. В память о большом актере Ольга Музалева смонтировала две серии из отснятого с ним материала, добавив в них документальные кадры, фрагменты со съёмочной площадки и интервью с актерами...

«Ну-ка, все вместе!» готовит ещё один сюрприз

Юбилейный сезон шоу «Ну-ка, все вместе!», которое выходит на телеканале «Россия», готовит для зрителей множество сюрпризов. Один из них – специальный выпуск: битва хоров.

– В предыдущих сезонах сотня жюри часто спорила о том, как сравнивать вокальное исполнение и многоголосное пение, – поясняет главный продюсер телеканала «Россия» Игорь Шестаков. – Поэтому мы решили добавить еще один тур, где друг с другом будут соревноваться группы, хоры. И они тоже будут бороться за главный приз, если попадут в финал.

О том, когда выйдет в эфир этот выпуск, будет сообщено дополнительно.

Переход от лета к осени

Общепринято, что календарная осень наступает 1 сентября. Однако астрономы придерживаются точки зрения, что началом осеннего сезона можно считать день осеннего равноденствия. Они же подсчитали, что до 2044 года эта дата будет выпадать на 23 сентября. Наша викторина – о дне осеннего равноденствия.

1 В Северном полушарии в этом году начало осени по астрономическим данным произойдет 23 сентября в 9.50 по московскому времени. Когда начало осени наступит в Южном полушарии?

а) 23 сентября 2023 года.
б) 1 марта 2024 года. в) 20 марта 2024 года.



2 Ближайшее к осеннему равноденствию полнолуние традиционно носит именно это название. В этом году оно произойдет 29 сентября в 12.27 по московскому времени. Как называли крестьяне такое явление, когда полная луна всходила сразу после захода солнца, давая дополнительное светлое время, чтобы убрать урожай?

а) Охотничья луна. б) Праздник луны. в) Урожайная луна.

3 В равноденствии день и ночь почти равны. Однако на самом деле день немного длиннее ночи, что обусловлено такими причинами: Солнце продолжает светить, когда садится или восходит, это не происходит мгновенно; атмосфера Земли преломляет солнечный свет, и мы продолжаем видеть Солнце, хотя оно уже скрылось за горизонтом. И ещё надо учесть, что Земля вращается и имеет наклон. Однако есть дни, когда день и ночь действительно становятся равными, и такие дни называют...

а) ...днями равноденствия.
б) ...днями солнцестояния.
в) ...эквиплюксами.

ОТВЕТЫ

1-в. В Южном полушарии день осеннего равноденствия наступит 20 марта 2024 года в 6.07 по московскому времени. **2-в.** Урожайная луна. **3-в.** Такие дни называют эквиплюксами. Наступают они после осеннего равноденствия и зависят от географической широты.

СЕКРЕТ УСПЕХА

Формула многозадачности

Многие работодатели в своих подчинённых хотят видеть ответственных, стрессоустойчивых, быстро обучаемых работников, умеющих работать в условиях многозадачности. Но многие ли сотрудники на самом деле могут так работать? И вообще, хорошо ли обладать таким умением?



Больше задач = больше стресса

На первый взгляд кажется, что в условиях многозадачности вы сможете сделать гораздо больше дел одновременно, сэкономив кучу времени и получив отличный результат. Позвольте с вами не согласиться, ведь все сложнее, чем кажется на первый взгляд. В условиях многозадачности в кровь выбрасывается гормон стресса – кортизол. Это происходит из-за частого появления тревоги. Это ощущение запускает большое количество разноплановых задач, поступающих одновременно.

Минус чувство контроля

При попытке делать сразу много дел утрачивается чувство контроля. Человек начинает действовать «на автомате», не успевая подумать. Появляется неверное восприятие ситуации, следовательно, возникают ошибки, которые еще больше усиливают психологическую нагрузку. Отсюда и берутся тревожные расстройства.

Плюс планирование

Чтобы эффективно решать задачи, важно научиться планированию, как бы банально это ни звучало. Составляйте списки дел, расставляйте их по приоритету, фиксируйте встречи в календаре, ставьте напоминания. Все эти приемы помогут организовать вашу работу и сделать вас спокойнее и собраннее, снижая напряжение от множества одновременно поступающих задач.

Если вы не первая жена своего мужа, значит, вам достался мужчина с прошлым.

Придется не только выстраивать отношения с мужем, но и уважать его предыдущие отношения. Как же вести себя и к чему быть готовой?

Отношения с его семьёй

Чаще всего комплекс «вторичности» формируется не сам собой, а при участии «добрых» родственников мужа. Они видели рядом с ним другую, и они невольно вас сравнивают.

СОВЕТ. Расположить к вам родственников мужа способно активное общение и женские хитрости. Хвалите то, что вам нравится, например, торт свекрови. Почаще обращайтесь к ней за советом. Проявляйте терпимость к мнениям родственников мужа, избегайте язвительных замечаний. Впрочем, как и заискиваний. Хвалите только то, что вам действительно по душе.

Нет комплексу «вторичности»

Будучи второй (или третьей, или четвертой) женой, вы неизбежно столкнетесь с мыслью: «А вдруг я проиграю в сравнении с первой?» А вдруг она лучше готовила, лучше вела хозяйство, была более откровенной в интимной жизни – поводов для сомнений может оказаться миллион!

СОВЕТ. Самое время поработать над собой – поднять самооценку. Мудрую, знающую себе цену женщину невозможно унижить тем, что она «вторая». Она знает, что дело не в счете, главное – муж выбрал ее, и это говорит само за себя.

Вторая жена: к чему быть готовой?



Дети, а не «яблоки раздора»

Детей от первого брака часто называют яблоками раздора. Множество вторых жен испортили отношения с супругом, не сумев грамотно выстроить отношения с его детьми.

СОВЕТ. Не стоит препятствовать общению мужа с детьми – это его отцовский долг. Проявляйте интерес к детям, общайтесь с ними, займите позицию старшего друга. Чтобы избежать конфликтов и не нанести ущерб семье, обсудите с мужем необходимые затраты и частоту встреч.

Бывших жён не бывает

Психотерапевты утверждают: бывших супругов не бывает, каждый занимает свое место в жизни, в сознании человека. Но бывшая вам не соперница и не подруга, она – лишь часть прошлой жизни мужа.

СОВЕТ. Не вступайте в изматывающее соперничество (кто красивее, успешнее, лучше готовит). Мужу не надо доказывать, что вы лучше, – вы и так любимы, раз он выбрал вас! Увы, бывшая способна строить козни... Подчеркнуто спокойное отношение к ней, доброжелательное отношение к ее детям лишит ее оснований для злых выходок. Только такое поведение подарит вам уважение мужа.

А если муж сравнивает?

Некоторые мужчины не стесняются вслух вспоминать о первой жене. Конечно, это может больно ранить. Но поверьте, если вы не будете придавать этим рассказам большого значения, они постепенно сойдут на нет.

СОВЕТ. Попросите мужа (спокойно, без истерик и обвинений) не вспоминать о бывшей без необходимости, потому что вам это неприятно. Избавьтесь от воображаемого соревнования, живите своей жизнью, любите и будьте любимы!

Детали

Сказка или правда?

Вы замечали, что во всех сказках мира вторая жена является отрицательным персонажем? Обычно она умна, но злобна, третирует мужа, издевается над детьми от первого брака. А ведь сказка – это отражение народного сознания. Какой же урок можем мы извлечь из сказок?

«Белоснежка и семь гномов», «Спящая царевна и семь богатырей»

Злобная мачеха невзлюбила свою падчерицу настолько, что решила погубить ее. Чем все закончилось? Она поплатилась жизнью за свою злобу. Урок для второй жены – постарайся наладить отношения с детьми мужа от первого брака, если не хочешь превратиться в злобную мачеху из сказки. В противном случае все может закончиться плачевно, хоть и не так, как в сказке.

«Золушка», «Морозко»

Неприглядная картинка: сварливая, властная жена и муж-подкаблучник! Урок для второй жены – современный мужчина вряд ли долго будет терпеть упреки, претензии и злобные выходки, он попросту сбежит.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Так вот где Атлантида!

Древнегреческий философ Платон в своём труде «Диалоги» предположил, что Атлантида – это... Антарктида. Существовавшие в Средние века карты Атлантиды довольно сильно похожи на современные карты ледяного материка. Но ведь он был открыт и изучен только в XIX веке! Получается, существовала некая цивилизация, которая еще до обледенения Антарктиды там бывала и даже составила описание. Может быть, это были те самые атланты?

«Отпечатки» глаз

Многим известно, что человек имеет уникальные отпечатки пальцев. Но у людей еще и уникальные «отпечатки» глаз. Рисунок кровеносных сосудов в сетчатке абсолютно уникален для каждого человека. Даже у однояйцевых близнецов он похож, но все-таки не идентичен. Благодаря этому в мире существуют системы безопасности, которые определяют личность посредством сканирования сетчатки глаза.

Насколько они большие?

Все знают, что киты – самые большие существа на планете. Но чтобы наглядно представить себе, насколько они большие, надо знать: вес языка синего кита может составлять 4 тонны (примерно столько весит слон), на таком языке могут разместиться около 50 человек. Сердце синего кита размером с легковушку и весит от 600 до 700 кг. Оно перекачивает 8000 литров крови животного, а сосуды, по которым циркулирует кровь, в диаметре, как стандартное ведро.

Секрет бодрости

Очень хочется спать, а времени нет? Вам помогут всего лишь 15 минут сна. Выпейте крепкого кофе, заведите будильник на 15 минут и постарайтесь уснуть. Когда проснетесь, то почувствуете себя совсем другим человеком. Почему? 15 минут – это средняя длина фазы быстрого сна, за это время мозг успеет отдохнуть, а кофе – усвоиться. Но если проспать хотя бы на пять минут дольше, то можно вступить в фазу медленного сна и проснуться совсем разбитым.

Светлана СИДОРЧУК

СПОКОЙНО СПАТЬ И МЕНЬШЕ НЕРВНИЧАТЬ?

НАШ ОТВЕТ ЯПОНСКИМ УЧЁНЫМ!

ДЛЯ КОГО ОПАСЕН НЕДОСЫП?

У Вас бывают проблемы со сном? Знакомо чувство разбитости по утрам? Всё потому, что с возрастом затрудняется выработка мелатонина (гормона сна и молодости). И если Вы ничего с этим не сделаете, то последствия могут быть катастрофические. Чем же это опасно? И чего ждать от постоянного недосыпа?

Учёные давно доказали, что проблемы со сном провоцируют серьёзные заболевания. Из-за бессонницы на 30% увеличивается риск ожирения. Ваши шансы заработать гипертонию становятся выше на 17%. А диабет — на 37%!

Удивлены? А объясняется всё очень просто! Во время здорового сна Ваш организм самовосстанавливается. Это как телефон, который периодически нужно заряжать. Ваше тело нуждается во сне, чтобы провести технические работы и набраться сил. Вы спите, а Ваши сосуды расширяются, давление нормализуется. Сердечный ритм налаживается, и отступает гипертония. А значит, снижается риск инфаркта и инсульта. Ваш мозг очищается от продуктов жизнедеятельности.

Его клетки как бы обновляются. И наутро Вы чувствуете себя бодрым и свежим. Голова отлично соображает, и память Вас не подводит! Полноценный сон — это лучшая профилактика деменции (старческого слабоумия) и болезни Альцгеймера!

А ещё, пока Вы спите, Ваш мелатонин участвует в противоопухолевых процессах. Помогая организму справиться с вредоносными клетками. А значит, снижается вероятность злокачественных образований.

Вот только выполняется это всё при одном условии. Что сон Ваш здоровый! А для этого должен правильно вырабатываться мелатонин. Что же делать, если с этим-то как раз и проблемы? Как помочь своему организму?

КАК РЕШИТЬ ВАШУ ПРОБЛЕМУ

Многие ошибочно прибегают к снотворным. Думая, что они решают проблему. Но увы! Снотворные не восстанавливают выработку мелатонина. К тому же они небезопасны!

Вы слышали, что они вызывают привыкание и иногда даже зависимость? А ещё они часто становятся причиной остановки дыхания во сне (апноэ). Это как русская рулетка. Спать ложитесь, а проснётесь или нет, не знаете. Жутко! Как же решить проблему? Как справиться с бессонницей и избежать кучи заболеваний?!

Без паники, решение есть! И нашли его наши учёные. Они переплюнули японцев и создали надежное изобретение для Вашего здоровья! Оно позаботится о том, чтобы Ваш сон стал правильным и мелатонин вырабатывался вовремя. Называется этот аппарат «Вижн».

«Вижн» стал сенсацией! Он сломал все стереотипы. Ведь теперь не нужно мучиться от бессонницы годами и рисковать своим здоровьем. Этот аппарат — лучшее, что придумали за последние пять лет!

Наше государство поддерживает полезные изобретения.

Поэтому медицинский аппарат «Вижн» зарегистрирован (удостоверение № ФСР 2009/04197) и разрешён к применению в домашних условиях. Он успешно прошёл испытания в Федеральном научно-клиническом центре ФХМ ФМБА и получил сертификат соответствия. «Вижн» — это профессиональная физиотерапия прямо у Вас дома!

В Японии спят стоя. Японские инженеры придумали боксы для сна. Спать в которых нужно только в положении стоя. Специальная конструкция помогает зафиксировать голову и колени и хорошенько выспаться. Таким образом японцы справляются с эпидемией недосыпа и хронической усталости. Наши учёные не хотят, чтобы Вы спали стоя. И поэтому они придумали другое эффективное средство! Новое изобретение вернёт Вам сладкий сон и крепкие нервы. В комфортной и привычной для Вас обстановке. И поможет Вам избежать серьёзных заболеваний. Что это за новинка? И как она работает? Читайте первыми!



КАК ОН РАБОТАЕТ?

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

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

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

Что же происходит дальше? Импульсы аппарата активизируют ту часть Вашего мозга, которая контролирует выработку мелатонина. И Ваш гормональный фон налаживается. Как пианино после настройки. Мелатонин начинает выделяться вовремя. Вы легко засыпаете, глубоко спите и полноценно отдыхаете во сне. И Ваше тело успевает восстановиться!

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

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

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

Вот что значит высокие технологии! Не аппарат, а целая поликлиника на дому! Естественное восстановление Вашего организма. Без неприятных последствий, привыкания и рисков. Это аппарат нового поколения! Медицина будущего, которая стоит на Вашем пороге уже сейчас!

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД

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

В нём восемь программ для коррекции сна и эмоционального состояния. И ещё девять программ для снятия усталости глаз и коррекции зрения. Это значит, что он способен не только улучшить сон и эмоциональное здоровье. А ещё и справиться с заболеваниями глаз.

Какие же у него показания? Давайте ознакомимся!

ОФИЦИАЛЬНЫЕ ПОКАЗАНИЯ:

1) Коррекция психоэмоционального состояния:

- нормализация и улучшение сна,
- головная боль,
- эмоциональная напряжённость,
- перевозбудимость,
- невротические симптомы,
- психосоматические расстройства,
- антидепрессивная программа.

2) Комплексное лечение и профилактика офтальмологических заболеваний:

- близорукость (миопия),
 - дистрофия сетчатки,
 - астигматизм,
 - глаукома,
 - катаракта (начальная стадия),
 - атрофия зрительного нерва,
 - спазм accommodation,
 - астигматизм (зрительная усталость).
- Впечатляющие возможности, правда? «Вижн» станет для Вас незаменимым помощником!

ДОМАШНИЙ СПЕЦИАЛИСТ

Как думаете, его сложно применять? Он создавался для домашнего использования, и справиться с ним очень просто!

На панели «Вижн» всего три кнопки и есть цветной экран, который поможет Вам выбрать лечебную программу.

А ещё аппарат издает звуковой сигнал при включении и завершении сеанса.

А значит, Вам не придётся засесть время. «Вижн» работает на батарейках. Никаких розеток и путаницы проводов! Это делает его удобным и полностью надежным.

Аппарат имеет анатомическую форму. Изогнутый корпус плотно прилегает к Вашему лицу, а значит, в «Вижн» крепится на голове. Его не нужно держать руками.

При этом он удобно сидит на переносице и не стесняет дыхание. Ремень аппарата фиксируется на любой объём головы, а значит, Вы легко регулируете его под себя.

«Вижн» экономит Ваше драгоценное время! Чтобы крепко спать и оставаться здоровым, Вам не придётся сидеть часами в очередях.

С «Вижн» сеанс терапии займёт буквально 10 минут! И проведёте Вы их дома, в родном кресле или любимой кровати.

ХОРОШИЙ СОН — ЗАЛОГ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ

Все мы помним, что лучшее лекарство — это сон. Вот сколько раз Вы замечали, что поспали и голова не болит? Или выпались и давление в норме весь день? «Вижн» сделает Ваш сон здоровым, а значит, в Вашей жизни будет меньше дорогостоящих процедур и операций.

А они, как известно, не слабо бьют по карману! За многие годы использования аппарата всей семьёй Вы сэкономите очень приличную сумму. И Вам не придётся рисковать своим здоровьем и здоровьем близких.

Использовать «Вижн» можно совместно с медикаментозной терапией. Он поможет лекарствам лучше усвоиться и бережнее справиться с проблемой. Аппарат можно брать с собой в поездки. Он компактный и не занимает много места. «Вижн» не причинит неудобств или дискомфорта.

Он не вызывает аллергии и полностью надежен. Пользоваться им удобно и очень просто!

Аппарат никак не ограничивает Ваш привычный образ жизни. Пользуйтесь им и без опасений занимайтесь тем, чем Вам захочется!

Тысячи новых изобретений появляются каждый год. Но лишь единицы получают звание «медицинский аппарат». «Вижн» доказал своё право на это звание и стал одним из лучших аппаратов для сна!

И этот современный аппарат доступен Вам для домашнего применения! Доверьтесь ему и спите спокойно. Оставайтесь здоровым и счастливым! Закажите свой «Вижн» по федеральной бесплатной линии прямо сейчас!

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ по номеру телефона:

8 (800) 505-57-42

ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ И АНОНИМНЫЙ

НЕ ОТКЛАДЫВАЙТЕ ШАНС ВЕРНУТЬ ХОРОШИЙ СОН НА ЗАВТРА!

ВНИМАНИЕ! Количество физиотерапевтических аппаратов «ВИЖН» ограничено!

ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ! 0+

5 октября	САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной переулоч, д. 3	9:00-12:00
-----------	-----------------	--	------------



СКИДКА 5500 РУБЛЕЙ*
по промокоду
«СОН»

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Доставка Почтой России или курьером до двери. Оплата при получении. Стоимость доставки уточняйте у оператора. *Акции действуют с 20.09.2023 по 20.10.2023 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Белокочанная капуста – самый популярный овощ после картофеля. И это не удивительно, ведь хороша она и в свежем, и в варёном, и в жареном виде. А как вкусна квашеная капуста, сбобренная ароматным маслом и посыпанная хрустящим лучком!

Капуста популярна во многих кухнях мира, из которых мы выбрали несколько очень интересных блюд для вас, дорогие наши читатели.

ГОТОВИМ КАПУСТЫ из будет очень вкусно



Капуста с креветками



Тайская кухня. На 6 персон.
Калорийность (на 100 г): 86 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 1 кочан капусты ■ 500 г очищенных креветок ■ 100 мл рисового уксуса (можно заменить белым винным уксусом) ■ 1 луковичка ■ 50 г свежего имбиря ■ 2-3 зубчика чеснока ■ пучок кинзы ■ 2 ст. л. соевого соуса ■ 4 ч. л. коричневого сахара ■ специи ■ растительное масло ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- Капусту нарезать крупно, лук – небольшими кубиками, имбирь – тонкой соломкой, чеснок измельчить, кинзу некропно порубить.
- Лук и имбирь слегка обжарить на растительном масле, добавить капусту, тушить до мягкости.
- Влить соевый соус, добавить чеснок и специи, перемешать, тушить еще 5-7 минут.
- Добавить рисовый уксус и сахар, перемешать до растворения сахара, добавить креветки, перемешать, тушить до готовности креветок. При подаче посыпать кинзой.



Капуста маринованная со свеклой



Грузинская кухня. На 10 персон.
Калорийность (на 100 г): 68 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 1 кочан капусты ■ 250 мл уксуса 9% ■ 1 свекла ■ 1 морковь ■ 1 перец чили ■ 1 головка чеснока ■ 3 ст. л. соли ■ 2 ч. л. сахара ■ 8-10 горошин черного перца

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- Соль и сахар растворить в 1 л воды, довести до кипения, снять с огня, дать остыть, влить уксус, перемешать.
- Капусту нарезать крупными кусками, морковь и свеклу – тонкой соломкой, перец разрезать вдоль пополам и избавиться от семян, чеснок очистить и нарезать тонкими пластинами.
- Овощи сложить в емкость, перемешать, выложить в стеклянную банку, добавить перец горошком, залить остывшим маринадом, закрыть крышкой.
- Банку с капустой оставить при комнатной температуре на сутки, затем убрать в холодильник; капуста будет готова через 3-4 дня.



Суп с жареной капустой



Чешская кухня. На 6 персон.
Калорийность (на 100 г): 54 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 500 г мясного фарша ■ 300 г капусты ■ 300 г картофеля ■ 1 морковь ■ 1 сладкий перец ■ 1 луковичка ■ 1 ст. л. томатной пасты ■ растительное масло ■ молотый черный перец ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- Картофель очистить и нарезать кубиками, лук и перец – небольшими кубиками, морковь – тонкой соломкой, капусту тонко нашинковать.
- В кастрюле с толстым дном обжарить лук на растительном масле до прозрачности, добавить фарш, жарить до золотистого цвета, разбивая комочки; посолить, поперчить, добавить томатную пасту, жарить еще 3-4 минуты.
- Отдельно обжарить на растительном масле капусту.
- В кастрюлю добавить капусту и остальные овощи, влить 2 л горячей воды, варить до готовности картофеля.



– Дорогая, что у нас сегодня на ужин?
– Очень ленивые голубцы!
– Это как?
– Капуста на балконе, фарш в морозилке!



Пословицы

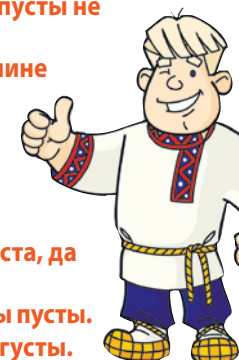
Ни один рот без капусты не живет.

Капусту садить – спине досадить.

Без хлеба мужик сыт не будет, без капусты щи не живут.

Капуста из куста густа, да невкусна.

Без капусты животы пусты.
Без капусты щи не густы.



Заливной пирог с капустой



Русская кухня. На 8 персон.
Калорийность (на 100 г): 95 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 600 г капусты ■ 120 г кефира (можно заменить нежирной сметаной, жидким йогуртом) ■ 100 г муки ■ 3 яйца ■ 1 луковичка ■ 1 ст. л. панировочных сухарей ■ 10 г сливочного масла ■ 1 ч. л. разрыхлителя ■ растительное масло ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- Капусту тонко нашинковать, лук нарезать мелкими кубиками.
- Капусту посолить, перемешать, помять руками до выделения сока.

- Лук обжарить до прозрачности, добавить капусту, жарить 7-10 минут.
- Сделать тесто: яйца взбить с солью, добавить кефир, перемешать, добавить муку, перемешать до однородности.
- Форму смазать сливочным маслом, посыпать панировочными сухарями.
- Капусту выложить в форму, разровнять, залить тестом.
- Выпекать в разогретой до 190 градусов духовке 40 минут.



Тушённая со свиной капустой



Немецкая кухня. На 4 персоны.
Калорийность (на 100 г): 108 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 1 небольшой кочан капусты ■ 400 г свинины б/к ■ 1 луковичка ■ 1 морковь ■ 1-2 зубчика чеснока ■ пучок зелени ■ 1 лавровый лист ■ растительное масло ■ молотый черный перец ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- Мясо нарезать небольшими кубиками, лук – мелкими кубиками, морковь – тонкой соломкой, капусту тонко нашинковать, чеснок и зелень мелко порубить.

- Мясо обжарить, добавить лук, жарить 4-5 минут, добавить морковь, жарить еще 5 минут, посолить, поперчить, добавить томатную пасту, жарить еще 2 минуты.
- Влить 100-150 мл кипятка, перемешать, тушить под крышкой 35-40 минут.
- Капусту поджарить отдельно, посолить, перемешать, снять с огня.
- Добавить капусту к мясу, перемешать, тушить 10-15 минут, посыпать смешанной с чесноком зеленью, перемешать.





СПЕЦТИРАЖ
01.10.2023

Мечталлион

ВСЕ ВЫИГРЫШИ

X2

СУПЕРПРИЗ

ОТ 200 МЛН ₽



«ВГЛ-2Т СПОРТ СОЮЗ», АЛГОРИТМ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ВЫИГРЫШЕЙ № 4 («МЕЧТАЛЛИОН»), СРОК ПРОВЕДЕНИЯ ЛОТЕРЕИ — ДО 29.08.2034. ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОРГАНИЗАТОРЕ ЛОТЕРЕИ, ПРАВИЛАХ ЕЕ ПРОВЕДЕНИЯ, ПРИЗОВОМ ФОНДЕ ЛОТЕРЕИ, КОЛИЧЕСТВЕ ПРИЗОВ ИЛИ ВЫИГРЫШЕЙ, СРОКАХ, МЕСТЕ И ПОРЯДКЕ ИХ ПОЛУЧЕНИЯ — НА САЙТЕ WWW.NLOTO.RU (HTTP://WWW.NLOTO.RU/) И ПО ТЕЛЕФОНУ 8 800 333-7-333. В СЛУЧАЕ НАЛИЧИЯ НЕСКОЛЬКИХ ПОБЕДИТЕЛЕЙ В КАТЕГОРИИ «СУПЕРПРИЗ» СРЕДСТВА ПРИЗОВОГО ФОНДА, ОТВЕДЕННЫЕ НА КАТЕГОРИЮ ВЫИГРЫША, РАСПРЕДЕЛЯЮТСЯ В РАВНЫХ ДОЛЯХ МЕЖДУ ВСЕМИ ВЫИГРАВШИМИ В НЕЙ ЛОТЕРЕЙНЫМИ СТАВКАМИ. ОПЕРАТОР ЛОТЕРЕЙ ООО «СПОРТИВНЫЕ ЛОТЕРЕИ». ООО «СПОРТИВНЫЕ ЛОТЕРЕИ», ОГРН 1195027010386, АДРЕС: 142210, МОСКОВСКАЯ ОБЛАСТЬ, Г.О. СЕРПУХОВ, Г. СЕРПУХОВ, ПЕР. КЛУБНЫЙ, Д. 1/2, ПОМЕЩ. 203

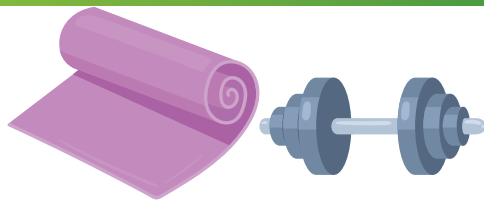
18+

РЕКЛАМА

Если тренировки, на которые вы когда-то ходили с удовольствием, перестали приносить радость и удовлетворение и перешли в разряд мучительной обязанности, пора что-то срочно делать.

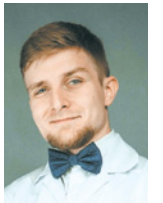
Возможно, у вас спортивное выгорание. Постараемся вернуть былой энтузиазм!

Меняем спортивное выгорание на энтузиазм



Мнение специалиста Ищем причину

На наши вопросы отвечает врач-психиатр, психотерапевт, нарколог Александр Романович Пинегин.



– Какие первые звоночки могут сказать о приближении спортивного выгорания?

– Сразу скажу, что выгорание везде практически одинаковое – будь то спортивное или какое-то другое. Изначально может появляться скука от выполняемой работы, часто сниженное настроение, вместе с ним приходит апатия. За апатией – сниженная трудоспособность и невыполнение своих обязанностей либо недостаточное качество данной работы.

– Как себя можно встряхнуть, чтобы не выгореть окончательно?

– Чтобы понять, как себя встряхнуть, необходимо понимать, а почему выгорание происходит? Причины могут быть такие:

Однотипность и монотонность работы. Что делать? Чаще отдыхать, менять вид выполняемой деятельности. Если наше тело выучивается делать что-то очень хорошо, до автоматизма, и не происходит никакого изменения, роста способностей, мозгу это в итоге наскучивает.

Слишком много сил вкладывается в работу. Все это может происходить из-за завышенных требований к себе и своей деятельности. Что делать? Снижать свои представления о том, что такое хорошо выполненная работа. Старайтесь отходить от перфекционизма.

Не виден результат работы. Если наши усилия ни к чему не приводят, мотивация снижается. Что делать? Искать невидные результаты вашей работы или менять вид деятельности, где вы будете ощущать энтузиазм в большей степени.

Татьяна МИХАЛЁВА

Поставьте другие цели

Конечно, хорошо поставить перед собой цель сбросить 30 кг, но это когда будет! А вот небольшие достижения заметны практически сразу. Например, если вы поставите цель получить от тренировки заряд бодрости, стать более гибкими и выносливыми при помощи упражнений или с увеличением количества подходов, то быстро добьетесь желаемого. И достигать эти цели можно ежедневно. Правда, здорово?

Некоторые люди едут в спортзал на машине, чтобы там походить на беговой дорожке...



Чередуйте тренировки

Чтобы получить стройное тело, вовсе не обязательно заниматься только на тренажерах. Внесите разнообразие. Какие виды фитнеса вам еще по душе? Может, йога, танцы, аэробика или бег? Не зря рекомендуется чередование силовой и кардионагрузки. Это и для тела хорошо, и для души.

Планируйте занятия

Если вам сложно вставать рано утром на тренировку, ничего удивительного нет в том, что с каждым разом желание заниматься будет все меньше. Попробуйте выделить для занятий время вечером или в выходной день.

А чем вы занимаетесь на работе? Одно дело, если у вас физически активная деятельность, другое – если сидячая работа. И хотя в конце рабочего дня мы все устаем, попробуйте сходить на тренировку, но правильно ее под себя подобрав. Если в течение дня вы активно двигались, выбирайте что-то спокойное типа йоги или пилатеса.

Если же провели день за компьютером, отдайте предпочтение более активным занятиям (аэробика, аквааэробика, сайкл и др.). Вот увидите: вы станете значительно бодрее, чем до тренировки.

Нет сил терпеть недержание? ПРОСТОЕ РЕШЕНИЕ НАЙДЕНО!



ВОПРОС ЧИТАТЕЛЯ: «Очень нужен Ваш совет! Чихнуть, покашлять невозможно – сразу подтекание. Смеяться не могу, да и как смеяться, если тут же все выливается. От запаха не знаю, куда себя деть, страшно и стыдно даже просто выйти из дома... Ни одно средство не спасает! И осложнений всяких боюсь. Своих болячек хватает. Скажите, может есть какие-то способы уменьшить недержание?» Татьяна, 68 лет

СОВЕТ ЭКСПЕРТА: Страх оказаться в неловкой ситуации, подавленность и одиночество – лишь часть того, с чем приходится мириться женщине каждый день. А бездействие при недержании может стать причиной пролежней, инфекций и болезненных воспалений по всей мочеполовой системе.

Взять под контроль женское недержание можно в любом возрасте, если устранить главную причину – слабость мышц тазового дна. И ТОГДА МОЧЕИСПУСКАНИЕ ВОССТАНОВИТСЯ.

Но как это сделать? Есть разные способы: специальные упражнения, физиотерапия, операции. Но что если Вы не в силах регулярно выполнять сложную гимнастику, посещать физиотерапевта или решиться на операцию? К счастью, для женщин с не-

держанием появилась **простая и комфортная альтернатива – европейское средство «СТОПинор».** Этот натуральный комплекс, не имеющий аналогов, поможет подтянуть и укрепить мышцы тазового дна **в домашних условиях БЕЗ лишних усилий.**



«СТОПинор» для женщин содержит запатентованный комплекс «Дропсордрай» из натуральных растительных экстрактов со-

стро определенными пропорциями генистеина и энтеродиола. Такая комбинация увеличивает выработку собственного коллагена специального типа, который подтягивает ослабленные мышцы. Благодаря чему уменьшается слабость мочевыводящих путей, а мышцы тазового дна приходят в норму. Только так можно **увеличить интервалы между позывами, избежать постоянных подтеканий, недержания и частых ночных походов в уборную. И предотвратить возможные осложнения.**

Комплекс «СТОПинор» – это долгожданный и простой способ вернуть спокойствие и комфорт в жизнь любой женщины! Звоните!



ЗВОНИТЕ ПО БЕСПЛАТНОЙ ЛИНИИ И УЗНАЙТЕ ГДЕ КУПИТЬ:

8 (800) 100-55-60

назовите код на скидку и подарок **«СЧАСТЛИВАЯ ЖИЗНЬ»**

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

*При покупке 3-х упаковок. Необходима консультация специалиста. БАД. 000 «Международный центр здоровья», ОГРН 1217700093159, СГР № RU.77.99.11.003.R.003356.09.22 от 23.09.2022 г. Акция действует с 01.09.2023 по 01.02.2024 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел.: 8 (800) 100-55-60. РЕКЛАМА



ИМПЕРАТОРСКИЙ
МОНЕТНЫЙ ДВОРЪ

Крупнейший дистрибьютор коллекционных медалей на территории России

К 80-летию победы в Курской битве

Памятная медаль



0 рублей!
Оплачивается только стоимость
доставки – **299 руб.**

Сохраним память о нашей победе вместе!

Каждый россиянин имеет право на получение бесплатной памятной медали (оплачивается только стоимость доставки – 299 руб.)

Юбилейный выпуск 2023 года: специально для читателей газеты «Телек» – бесплатная памятная медаль в честь годовщины победы в Курской битве.

Победа в Курской битве имела важнейшее мировое значение и оказала грандиозное влияние на дальнейший ход Великой Отечественной войны. По своим масштабам, задействованным силам и средствам, напряженности, результатам и военно-политическим последствиям эта битва, длившаяся 50 дней и ночей, является одним из самых ключевых сражений Великой Отечественной войны. Курская битва считается величайшим танковым сражением в истории, и именно поэтому на аверсе медали изображен легендарный танк Т-34, который является самым известным советским танком и одним из символов Великой Победы.

Курская битва проложила путь к дальнейшим наступательным действиям советских войск и к Великой Победе 1945 года. День победы советских войск в Курской битве – еще один повод сберечь и увековечить подвиг наших дедов и прадедов для наших детей и внуков. В честь 80-летия победы в Курской битве Императорский Монетный Двор выпустил бесплатную памятную медаль для каждого россиянина. Получите ее бесплатно, оплатив только упаковку и доставку в размере 299 руб. Сегодня и всегда мы будем помнить, гордиться и чтить!

ВНИМАНИЕ!	Тираж строго ограничен.
Код для заказа:	12829803
Аверс (лицевая сторона):	Изображение танка на постаменте; надписи: «Курская битва» и «1943».
Реверс (оборотная сторона):	Орден Отечественной войны на фоне лучей; надписи: «Вперед на Запад! За освобождение советской земли!» и «80 лет»; Георгиевская лента с ветвями лавра.
Распространитель:	Эксклюзивно в Императорском Монетном Дворе.
Специальная цена:	0 руб. при оплате 299 руб. за доставку.

Закажите прямо сейчас:

☎ По бесплатному телефону:

8 (800) 234-32-19

назовите код для заказа

🖥 или на сайте:

imdvor.ru/kurskbitva



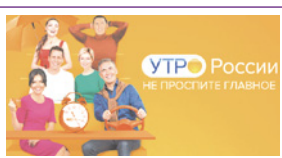
ПЕРВЫЙ



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 17.00 18.30 Информационный канал. (16+)
15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «СПРОСИ МАРТУ». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 Подкаст.Лаб «Легкие деньги». (16+)
00.45 Подкаст.Лаб «Эйзенштейн 125». (16+)
01.25 Подкаст.Лаб «Собрались с мыслями». (16+)
02.05 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



05.00 Утро России

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Наши». (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время (16+)
Краснов просит Анну взять его на работу обычным медбратам. Он надеется, что таким образом быстрее вернёт себе память. Анна в свою очередь строго запрещает ему вмешиваться в работу врачей.
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
03.50 «МОРОЗОВА». (16+)
04.42 Перерыв в вещании

НТВ



22.15 «НАПАРНИКИ». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.30 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
22.15 «НАПАРНИКИ». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «НАПАРНИКИ». (16+)
00.55 «А.Л.Ж.И.Р». (16+)
03.20 «ГЛАЗА В ГЛАЗА». (16+)

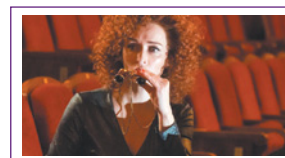
СТС



22.05 «БЫСТРЕЕ ПУЛИ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.55 «Мультфильмы». (0+)
07.25 «Простоквашино». (0+)
07.40 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
08.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
09.05 Уральские пельмени. (16+)
10.45 «Гномы в деле!» (6+)
12.20 «Огрики». (6+)
14.05 Премьера! «Трон эльфов». (6+)
16.00 «ХЭНКОВ». (16+)
17.55 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
20.00 «ТРИ ИКСА: МИРОВОЕ ГОСПОДСТВО». (16+)
22.05 «БЫСТРЕЕ ПУЛИ». (16+)
00.05 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА-2». (12+)
02.25 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
05.10 «6 кадров». (16+)
05.20 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



21.00 «ПЕРВОКУРСНИЦЫ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
09.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
16.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
19.30 «ИВАНЬКО». (16+)
Леха хочет узнать побольше о новом парне Насти и начинает за ним следить. Валя и мама приходят к бабушке, но визит вежливости заканчивается катастрофой. А запутавшаяся в жизни Яся обращается за помощью к картам Таро.
21.00 «ПЕРВОКУРСНИЦЫ». (16+)
Развод разводом, а годовщина свадьбы Жанны и ее почти бывшего мужа - по расписанию.
22.00 «Однажды в России». (16+)
23.00 «ГОРЬКО!». (16+)
01.05 «Импровизация. Команды. Дайджест». (16+)
02.50 «Студия «Союз». (16+)
05.10 «Импровизация». (16+)

РЕН



20.00 «РОСОМАХА: БЕССМЕРТНЫЙ». (16+)

- 05.00 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна». (16+)
10.00 «СОВБЕЗ». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «РОСОМАХА: БЕССМЕРТНЫЙ». (16+)
22.25 «Водить по-русски». (16+)
23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
00.30 «ЗАТЕРЯННЫЕ ВО ЛЬДАХ». (12+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
05.25 «ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ». (16+)
07.20 «09.30 13.30 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
08.20 «Страна советов». (16+)
08.55 «Знание - сила». (0+)
17.30 02.40 «СЛЕД». (16+)
21.35 00.30 «СВОИ-6». (16+)
22.25 «СВОИ-2». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
01.15 «СВОИ-5». (16+)
03.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
05.15 12.35 13.25 15.05 17.15 03.40 «НОЧНЫЕ ЛАСТОЧКИ». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 01.05 «ВОЗВРАЩЕНИЕ РЕЗИДЕНТА». (12+)
20.10 «Улика из прошлого». (16+)
22.45 «Между тем». (12+)
23.15 «ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГАГРАХ». (12+)
02.10 «СВИНАРКА И ПАСТУХ». (12+)

3 ТВ-3

- 06.00 09.15 Утренние гадания. (16+)
06.15 «Мультфильмы». (0+)
06.30 «МИСТЕР ОШИБКА». (16+)
08.15 16.45 «Слепая». (16+)
09.30 Гадалка. (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
13.30 «Старец». (16+)
15.00 Гадалка. (16+)
18.30 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
20.30 «И СНОВА ЗДРАВСТВУЙТЕ!». (16+)
23.15 «ЧЕЛЮСТИ». (16+)
01.00 «ИМПЕРАТРИЦА КИ». (16+)
06.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
07.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
07.45 Дорожные войны. (16+)
09.10 Охотники. (16+)
10.00 «СОЛДАТЫ-11». (12+)
17.00 Улётное видео. (16+)
20.00 Охотники. (16+)
22.00 Заступницы. (16+)
00.00 Опасные связи. (18+)
02.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
04.10 Невероятные истории. (16+)
05.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 07.25 Давай разведёмся! (16+)
08.20 Тест на отцовство. (16+)
10.30 23.00 «Понять. Простить». (16+)
11.35 00.05 «Порча». (16+)
12.40 «Знахарка». (16+)
13.15 «Верну любимого». (16+)
13.50 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.25 Твой Домашний доктор. (16+)
14.40 «Преступления страсти». (16+)
19.00 «НИКОМУ НЕ РАССКАЖЕМ». (16+)
01.00 «Знахарка». (16+)
06.55 17.00 «За дело!» (12+)
07.40 17.40 «Конструкторы будущего». (12+)
08.00 11.05 20.00 «Календарь». (12+)
10.10 11.30 20.30 04.10 «ГОРОД». (12+)
12.30 «Люди и ледоколы». (12+)
15.10 «ДНЕВНИК ЕГО ЖЕНЫ». (12+)
16.50 «Однажды у синего моря». (12+)
22.15 «ОСЕНЬ». (12+)
23.45 «Вечное движение». (12+)
01.10 ОТражение. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- 05.00, 10.10 «ПИЛОТ МЕЖДУНАРОДНЫХ АВИАЛИНИЙ». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 03.15 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.35 Мировое соглашение. (16+)
18.50 Игра в кино. (16+)
21.40 Назад в будущее. (16+)
22.30 Всемирные игры разума. (16+)
23.05 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (16+)
01.35 Наше кино. История большой любви. (16+)
02.00 «МОЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
03.30 (Не)Фантастика. (12+)
03.45 «КУЛИНАР-2». (16+)
05.20 «Путь к Победе». (16+)
06.20 «ГРАНИЦА. ТАЁЖНЫЙ РОМАН». (16+)
13.50 «АПОСТОЛ». (16+)
СССР. Начало войны. Два брата-близнеца - Петр и Павел. Петр - вор-рецидивист, бесчестный негодяй, работавший против СССР на немецкую разведку и погибший во время исполнения задания. Павел - тихий добрый сельский учитель, которому придется занять место брата, чтобы по заданию НКВД рассекретить немецкую шпионскую сеть. С этого момента Павел исчезает - жене сообщают, что он погиб.
23.59 «Путь к Победе». (16+)
01.00 «ПРИКАЗ: «НИЧТОЖИТЬ». (16+)
02.35 «КЛЯТВА». (12+)
06.00, 12.10, 18.05, 23.55 О самом главном. Обезболивающие препараты. (12+)
06.55, 07.25 Истории болезней. (16+)
07.55, 08.25, 14.10, 00.55, 14.40, 01.20 Будь в тонусе! (12+)
08.55 О самом главном. Всё о слухе. (12+)
09.55, 10.20 На приёме у косметолога. (12+)
10.50, 01.50 Скажите, доктор! Гепатит С. (12+)
11.20 Эпоха антибиотиков. (12+)
13.10 Теледоктор. (12+)
15.05 О самом главном. О чём сигнализирует одышка? (12+)
16.05, 16.30 Большой скачок. (12+)
17.00 Мозг на прокачку. Сделайте меня умнее. (12+)
19.00, 05.05 Скажите, доктор! Деменция, болезнь Альцгеймера. (12+)
19.30, 05.30 Скажите, доктор! Антивозрастные стратегии для женщин. (12+)
20.00, 02.45 Медицинский репортёр. Артист цирка. (12+)
20.30, 03.40 InVivo. Нарколепсия. (12+)
21.00 О самом главном. Прививка от COVID-19: самое важное. (12+)
21.55 Мозг на прокачку. Сделайте меня творцом. (12+)
23.00, 03.10 Медицинский репортёр. (12+)
23.30, 04.05 InVivo. Дислексия. Болезнь ленивых и гениев. (12+)
02.15 Скажите, доктор! (12+)
04.35 Это лечится. (12+)
06.10 Битва за Окинаву: Операция «Айсберг». (16+)
07.05 Судьба потерянной подводной лодки. (12+)
08.05, 09.00 Великолепные памятники Франции. (12+)
10.05 Настоящая история викингов: Рассвет викингов в долине королей. (12+)
11.00 Настоящая история викингов: Работорговля викингов. (12+)
11.55 Восход Османской империи: Новый султан. (16+)
12.45 Восход Османской империи: Сквозь стены. (16+)
13.40 Перу: жертвоприношение в царстве Чимор. (12+)
14.45 Потерянные правители Теотиуакана. (12+)
15.50, 16.55 Великолепные памятники Франции. (12+)
18.00 Забытая армия викингов. (12+)
19.00 Ролло Викинг, от изгнания до завоевателя. (16+)
20.00 Восход Османской империи: В Золотой Рог. (16+)
20.55 Восход Османской империи: Болтун - находка для шпиона. (16+)
21.45 Соппротивление в Маутхаузене. (16+)
22.50 День «Д» - крылья победы. (12+)
23.50, 00.50 Великолепные памятники Франции. (12+)
01.45 Настоящая история викингов: Рассвет викингов в долине королей. (12+)
02.35 Настоящая история викингов: Работорговля викингов. (12+)
03.20, 04.05 Восход Османской империи. (16+)
04.50 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+)

ПЕРВЫЙ



10.00 «Жить здорово!» (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 17.00 18.30 Информационный канал. (16+)
15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «СПРОСИ МАРТУ». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 04.00 Подкаст. Лаб «Триггеры». (16+)
00.45 Подкаст. Лаб «Креативные индустрии». (16+)
01.25 Подкаст. Лаб «Гори огнем». (16+)
02.05 Подкаст. Лаб «Неформат». (16+)

РОССИЯ 1



09.55 О самом главном. (12+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Наши». (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ДОКТОР КРАСНОВ». (16+)
Народной артистке СССР становится плохо. Её агент вызывает скорую помощь. Актриса хочет, чтобы лечил её только профессор Краснов. Нового заведующего Новоизцого она не признаёт и собирается отказываться от лечения.
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
03.50 «МОРОЗОВА». (16+)

НТВ



22.15 «НАПАРНИКИ». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.30 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
22.15 «НАПАРНИКИ». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «НАПАРНИКИ». (16+)
00.55 «А.Л.Ж.И.Р». (16+)
03.20 «ГЛАЗА В ГЛАЗА». (16+)

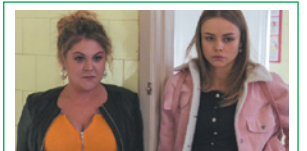
СТС



00.05 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА: ПЛЕМЯ ИЗГОЕВ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.55 «Мультфильмы». (0+)
07.25 «Простоквашино». (0+)
07.40 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
08.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
09.05 Уральские пельмени. (16+)
10.05 «Суворов. Великое путешествие». (6+)
11.55 «Трон эльфов». (6+)
13.55 «МОЙ ДРУГ РОБОТ». (6+)
16.00 «СУПЕР ТАКСА». (6+)
17.55 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
20.00 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (16+)
22.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ». (12+)
00.05 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА: ПЛЕМЯ ИЗГОЕВ». (16+)
02.30 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
05.15 «6 кадров». (16+)
05.20 «Мультфильмы». (0+)

ТНТ



19.30 «ИВАНЬКО». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
09.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
16.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ-5». (16+)
19.30 «ИВАНЬКО». (16+)
У Вали мало опыта в отношениях, она пытается быть идеальной, но в жизни все не так, как в книгах и фильмах. Настя накручивает её еще больше. Макар занят проблемами с бизнесом и ситуация у него все хуже и хуже.
21.00 «ПЕРВОКУРСНИЦЫ». (16+)
Жанна видит себя в списках на отчисление и пытается «решить вопрос» проверенным студенческим способом.
22.00 «Однажды в России». (16+)
23.00 «ГОРЬКОИ-2». (16+)
01.00 «Импровизация. Команды. Дайджест». (16+)
02.40 «Студия «Союз». (16+)
05.05 «Импровизация». (16+)

REN



20.00 «ЛОГАН». (16+)

- 05.00 18.00 02.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 03.10 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «ЛОГАН». (16+)
22.45 «Смотреть всем!» (16+)
23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
00.30 «НОЧЬ СТРАХА». (16+)

5-Й КАНАЛ

- 05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
05.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
09.30 13.30 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
21.35 «СВОИ-6». (16+)
22.25 «СВОИ-2». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «СВОИ-6». (16+)
01.20 «СВОИ-5». (16+)
02.40 «СЛЕД». (16+)
04.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
ЗВЕЗДА
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 01.10 «КОНЕЦ ОПЕРАЦИИ «РЕЗИДЕНТ». (12+)
12.35 13.25 15.05 17.15 03.20 «Война в Корее». (16+)
18.50 «Специальный репортаж». (16+)
20.10 «Секретные материалы». (16+)
22.45 «Между тем». (12+)
23.15 «ОДИНОЧНОЕ ПЛАВАНИЕ». (12+)
02.20 «Нюрнберг». (16+)

ТВ-3

- 06.00 09.15 Утренние гадания. (16+)
06.15 «Мультфильмы». (0+)
06.30 «МИСТЕР ОШИБКА». (16+)
08.15 16.45 «Слепая». (16+)
09.30 Гадалка. (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
13.30 «Старец». (16+)
15.00 Гадалка. (16+)
18.30 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
20.30 «И СНОВА ЗДРАВСТВУЙТЕ!» (16+)
23.30 «ПИРАНЬИ». (18+)
01.15 «ИМПЕРАТРИЦА КИ». (16+)
ЧЕ!
06.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
06.30 Дорожные войны 2.0. (16+)
07.45 Дорожные войны. (16+)
09.10 Охотники. (16+)
10.00 «СОЛДАТЫ-11». (12+)
11.00 «СОЛДАТЫ-12». (12+)
17.00 Улётное видео. (16+)
20.00 Охотники. (16+)
22.00 Заступницы. (16+)
00.00 Опасные связи. (18+)
02.40 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
04.10 Невероятные истории. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
08.30 Тест на отцовство. (16+)
10.40 «Понять. Простить». (16+)
11.45 00.10 «Порча». (16+)
12.55 «Знахарка». (16+)
13.30 «Верну любимого». (16+)
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.40 «Преступления страсти». (16+)
19.00 «СУББОТНЯЯ ЖЕНА». (16+)
23.05 «Понять. Простить». (16+)
01.05 «Знахарка». (16+)
ОТР
07.40 17.40 «Песня остаётся с человеком». (12+)
08.35 09.05 09.35 13.10 14.05 18.20 ОТражение
10.10 11.30 20.30 04.10 «ГОРОД». (12+)
12.30 «Сделано с умом». (12+)
15.10 «ОСЕНЬ». (12+)
16.40 «Лола живая картошка». (12+)
22.15 «ИСТОРИЯ ОДНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
00.05 «Последний герой». (12+)
01.10 ОТражение. Главное. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- МИР
05.00, 10.10, 03.45 «КУЛИНАР-2». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 03.20 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.35 Мировое соглашение. (16+)
18.50 Игра в кино. (16+)
21.40 Назад в будущее. (16+)
22.30 Всемирные игры разума. (16+)
23.05 «СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ». (16+)
00.55 Наше кино. История большой любви. (16+)
02.00 «ПЕРВАЯ ПЕРЧАТКА». (16+)
03.35 (Не)Фантастика. (12+)
ПЯТНИЦА
05.00, 05.05 «Простоквашино». Мультсериал. (12+)
05.10, 06.00, 02.30, 03.20 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
06.40, 02.10, 04.40 Пятница News. (16+)
07.20 Кондитер. (16+)
08.40, 13.30, 14.30, 15.40, 16.40, 17.50 На ножах. (16+)
09.40 Поющий офис. (16+)
11.00, 19.00 Адский шеф. (16+)
21.30 Молодые ножи-2. Европейская кухня. (16+)
23.00 Гастротур. (16+)
00.00 Интеллектуальный проект Полночь. «ВЕЛИКАЯ КРАСОТА». (18+)
04.00 Инсайдеры. (16+)

- ПОБЕДА
04.40 «Путь к Победе». (16+)
05.35 «ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ». (16+)
07.05 «ЗАЩИТА». (16+)
Захватывающий рассказ о суровом послевоенном времени на примере судьбы одного из тех, кому повезло вернуться с войны живым. Но оставил ли мирная жизнь шанс выжить бывшему солдату?
10.50 «НАРКОМОВСКИЙ ОБОЗ». (16+)
Сериал. Россия, 2011 г.
14.25 «ИСТРЕБИТЕЛИ». (16+)
Сериал. Россия, 2013 г. Выпускники лётной школы Леонид и Борис прибывают на место службы и получают первое задание.
23.59 «Путь к Победе». (16+)
01.00 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+)
02.55 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)
ДОКТОР
06.00, 12.20, 18.15, 23.55 О самом главном. Глаукома. Факторы риска. (12+)
06.55 Теледоктор. (12+)
07.55, 08.25, 14.15, 14.45, 00.55, 01.20 Будь в тонусе! (12+)
08.55 О самом главном. О чём сигнализирует одышка? (12+)
09.50, 10.20 Большой скачок. (12+)
10.50 Это лечится. (12+)
11.20 Мозг на прокачку. Сделайте меня умнее. (12+)
13.20 Скажите, доктор! Демонция, болезнь Альцгеймера. (12+)
13.45 Скажите, доктор! Анти-возрастные стратегии для женщин. (12+)
15.15 О самом главном. Прививка от COVID-19: самое важное. (12+)
16.15 Медицинский репортёр. Артист цирка. (12+)
16.45 InVivo. Нарколепсия. (12+)
17.10 Мозг на прокачку. Сделайте меня творцом. (12+)
19.10, 05.15 Медицинский квест. Сахарный диабет второго типа. (12+)
20.00, 20.30, 02.35, 03.00 На приёме у Михаила Лабковского. Как перестать страдать. (12+)
21.00 О самом главном. Генетика и болезни. (12+)
21.55 Мозг на прокачку. Усилим воли. (12+)
23.00, 23.30, 03.25, 03.55 На приёме у Михаила Лабковского. (12+)
01.50 Медицинский квест. ПМС. (12+)
04.20, 04.45 На приёме у косметолога. (12+)

- HISTORY
06.05 Сопrotивление в Маутхаузене. (16+)
07.00 День «Д» - крылья победы. (12+)
08.00 Утопия инженеров. (16+)
08.55, 09.55 Великолепные памятники Франции. (12+)
11.00 Забытая армия викингов. (16+)
11.55 Ролло Викинг, от изгнанника до завоевателя. (16+)
12.55 Восход Османской империи: В Золотой Рог. (16+)
13.50 Восход Османской империи: Болтун - находка для шпиона. (16+)
14.45 Сопrotивление: секретные туннели Парижа. (16+)
15.45, 16.45 Великолепные памятники Франции. (12+)
17.50, 18.55 Легенды Европы. (12+)
20.00 Восход Османской империи: Древние пророчества. (16+)
20.50 Восход Османской империи: Прах к праху. (16+)
21.45, 22.50 Война в Корее. (12+)
Вас ждёт полный драматизма рассказ о войне в Корее, которая шла с 1950 по 1953 год.
23.50, 00.50 Великолепные памятники Франции. (12+)
01.45 Забытая армия викингов. (12+)
02.35 Ролло Викинг, от изгнанника до завоевателя. (16+)
03.30, 04.15 Восход Османской империи. (16+)
05.00 Перу: жертвоприношения в царстве Чимор. (12+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Сериилы (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.

ПЕРВЫЙ



16.05 «Мужское / Женское». (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 17.00 18.30 Информационный канал. (16+)
15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «СПРОСИ МАРТУ». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 ПодкастЛаб «Произвольная программа». (16+)
00.45 ПодкастЛаб «Жизнь замечательных». (16+)
01.25 ПодкастЛаб «Пусть не говорят, пусть читают». (16+)

РОССИЯ 1



20.00 Вести

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Наши». (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ДОКТОР КРАСНОВ». (16+)
Дочь Краснова и Анны Катию привозят в больницу из ночного клуба. Она кашляет кровью. Многочисленные попытки поставить Кате диагноз проваливаются, и девушке становится всё хуже.
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
03.50 «МОРОЗОВА». (16+)
04.42 Перерыв в вещании

НТВ



22.15 «НАПАРНИКИ». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.30 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 19.00 «Сегодня»
16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
22.15 «НАПАРНИКИ». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «НАПАРНИКИ». (16+)
00.55 «Поздняков». (16+)
01.10 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
01.55 «А.Л.Ж.И.Р». (16+)
03.45 «ГЛАЗА В ГЛАЗА». (16+)

СТС



00.10 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА-3». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.55 «Мультфильмы». (0+)
07.25 «Простоквашино». (0+)
07.40 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
08.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
09.05 Уральские пельмени. (16+)
10.10 «Приключения мышонка Переса». (0+)
12.20 «Приключения мышонка Переса-2». (0+)
14.05 «ШИМПАНЗЕ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (12+)
15.45 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ». (12+)
17.55 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
20.00 «ВСЁ ИЛИ НИЧЕГО». (16+)
22.10 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (16+)
00.10 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА-3». (16+)
02.30 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
05.15 «6 кадров». (16+)

ТНТ



16.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ-5». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
09.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
16.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ-5». (16+)
17.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ: НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ». (16+)
19.30 «ИВАНЬКО». (16+)
Леха идет с Сеней на хоккей, чтобы наконец во всем признаться, но туда заявляется Настя и устраивает шоу. Валя пытается раскрепоститься. А Алла Сергеевна и бабушка воют за территорию.
21.00 «Однажды в России». (16+)
«Однажды в России» - это шоу о стране, в которой люди выбирают спортзал ближе к дому, чтобы сильно не напрягаться.
23.00 «НАША RUSSIA: ЯЙЦА СУДЬБЫ». (16+)
00.40 «Импровизация. Команды. Дайджест». (16+)

REN



20.00 «БЕГУЩИЙ ПО ЛЕЗВИЮ 2049». (16+)

- 05.00 18.00 03.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Документальный проект». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 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 04.10 «Тайны Чапмана». (16+)
19.00 Информационная программа 112. (16+)
20.00 «БЕГУЩИЙ ПО ЛЕЗВИЮ 2049». (16+)
00.30 «ОБЛАЧНЫЙ АТЛАС». (18+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
05.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
07.15 09.30 13.30 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)
08.35 «День ангела». (0+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
21.35 «СВОИ-6». (16+)
22.25 «СВОИ-2». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «СВОИ-6». (16+)
01.15 «СВОИ-5». (16+)
02.40 «СЛЕД». (16+)
04.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 00.55 «КОНЕЦ ОПЕРАЦИИ «РЕЗИДЕНТ». (12+)
12.30 13.25 15.05 17.15 04.10 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+)
19.55 «По горячим следам». (16+)
22.45 «Между тем». (12+)
23.15 «КОНТРУДАР». (12+)
02.05 «ЧУЖАЯ РОДНЯ». (12+)

3 ТВ-3

- 06.00 09.15 Утренние гадания. (16+)
06.15 «Мультфильмы». (0+)
06.30 «МИСТЕР ОШИБКА». (16+)
08.15 16.45 «Слепая». (16+)
09.30 Гадалка. (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
13.30 «Старец». (16+)
15.00 Гадалка. (16+)
18.30 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
20.30 «И СНОВА ЗДРАВСТВУЙТЕ!» (16+)
23.15 «ПИРАНЬИ ЗДД». (18+)
00.45 «ИМПЕРАТРИЦА КИ». (16+)
06.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
06.30 Дорожные войны 2.0. (16+)
07.45 Дорожные войны. (16+)
09.10 Охотники. (16+)
10.00 «СОЛДАТЫ-12». (12+)
16.30 Улётное видео. (16+)
20.00 Охотники. (16+)
22.00 Заступницы. (16+)
00.00 Опасные связи. (18+)
02.40 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
04.10 Невероятные истории. (16+)
05.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
08.30 Тест на отцовство. (16+)
10.40 «Понять. Простить». (16+)
11.45 «Порча». (16+)
12.55 «Знахарка». (16+)
13.30 «Верну любимого». (16+)
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.40 «Преступления страсти». (16+)
19.00 «НА РЕКЕ». (16+)
23.00 «Понять. Простить». (16+)
00.10 «Порча». (16+)
01.05 «Знахарка». (16+)
06.55 «Моя история». (12+)
07.40 17.40 «Конструкторы будущего». (12+)
08.35 09.05 09.35 13.10 14.05 18.20 ОТражение
10.10 11.30 04.10 «ГОРОД». (12+)
12.30 «Свет и тени». (16+)
15.10 «ИСТОРИЯ ОДНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
17.00 «Коллеги». (12+)
20.30 «ГОРОД». (16+)
22.15 «БОЛОДУССКИЙ ВОКЗАЛ». (12+)
23.55 «Щедрин-Сюита». (12+)
01.10 ОТражение. Главное. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- 05.00, 10.10 «КУЛИНАР-2». (16+)
05.15 «РУБЕЖ». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.40 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.35 Мировое соглашение. (16+)
18.50 Игра в кино. (16+)
21.40 Назад в будущее. (16+)
22.30 Всемирные игры разума. (16+)
23.05 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». (16+)
Вестерн, комедия, мюзикл, мелодрама, СССР, 1987 г.
00.50 Наше кино. История большой любви. (16+)
01.20 «БЕЛЫЙ КЛЫК». (16+)
02.55 (Не)Фантастика. (12+)
04.15 «Путь к Победе». (16+)
06.45 «ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
Спустя четыре года войны, они всего в двух шагах от Берлина. Им остается самый тяжелый, самый смертельный - последний бой.
09.20 «НА БЕЗЫМЯННОЙ ВЫСОТЕ». (16+)
12.50 «ИСТРЕБИТЕЛИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
Продолжение грандиозной военной драмы «Истребители» о подвиге летчиков военной авиации времен Великой Отечественной войны, о дружбе, скрепленной кровью, мужестве и настоящей любви.
23.59 «Путь к Победе». (16+)
01.00 «ЛЁТЧИК». (16+)
02.45 «ХОЛОДНОЕ ТАНГО». (18+)
06.00, 11.55, 18.15, 23.45 О самом главном. Кальций. (12+)
06.50, 07.20, 04.15 Скажите, доктор! (12+)
07.50, 14.45, 00.45 Будь в тонусе! (12+)
08.20 Эпоха антибиотиков. (12+)
09.10 О самом главном. Прививка от COVID-19: самое важное. (12+)
10.05 Медицинский репортёр. Артист цирка. (12+)
10.35 InVivo. (12+)
11.00 Теледоктор. Прямая трансляция.
12.55 Медицинский квест. Сахарный диабет второго типа. (12+)
13.45, 14.15, 01.10, 04.40 Большой скачок. (12+)
15.15 О самом главном. Генетика и болезни. (12+)
16.10, 16.40 На приёме у Михаила Лабковского. Как перестать страдать. (12+)
17.10 Мозг на прокачку. Усилим воли. (12+)
19.10, 05.05 Это лечится. Шизофрения. (12+)
19.40, 05.35 Это лечится. Варикоз. (12+)
20.10, 02.30 Угрозы современного мира. Супермикроб. (12+)
20.35, 02.55 Угрозы современного мира. Невидимая опасность. (12+)
21.05 О самом главном. Неинфекционный цистит. (12+)
22.00 Я, человек. (12+)
22.50, 23.15, 03.25, 03.50 Угрозы современного мира. (12+)
01.35, 02.05 Это лечится. (12+)
06.10, 07.05 Война в Корее. (12+)
08.00, 09.00 Великолепные памятники Франции. (12+)
10.00, 11.05 Легенды Европы. (12+)
Красочный документальный сериал, который знакомит зрителей с волшебным миром древних легенд Европы.
12.05 Восход Османской империи: Древние пророчества. (16+)
12.55 Восход Османской империи: Прах к праху. (16+)
13.50 Критская операция: Вторжение. (12+)
14.55 Критская операция: Эвакуация. (12+)
16.00, 17.00 Чудеса ЮНЕСКО. (12+)
18.00 Сокровища Древней Греции: Эпоха героев. (12+)
19.00 Сокровища Древней Греции: Классическая революция. (12+)
20.00, 20.55 Титаник. (12+)
Документальный фильм, снятый к 100-летию крушения лайнера «Титаник». Можно ли было избежать этой трагедии? И какая череда случайностей, совпадений и недоразумений привела к катастрофе?
21.55, 22.55 Война в Корее. (12+)
23.55, 00.55 Великолепные памятники Франции. (12+)
01.50, 02.45 Легенды Европы. (12+)
03.35, 04.20 Восход Османской империи. (16+)
05.05 Потерянные правители Теотиуакана. (12+)

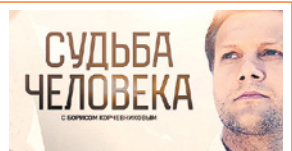
1 ПЕРВЫЙ



09.20 Премьера. «АнтиФейк». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «АнтиФейк». (16+)
10.00 «Жить здорово!» (16+)
10.50 12.15 17.00 Информационный канал. (16+)
15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)
19.45 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время»
21.45 Премьера. «Голос. Уже не дети». (12+)
23.50 «ОДИН НА ОДИН». (12+)
01.40 Подкаст. Лаб «Мелодии моей жизни». (16+)
02.20 Подкаст. Лаб «Неформат». (16+)
03.00 Подкаст. Лаб «Креативные индустрии». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



14.55 Судьба человека. (12+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
16.00 Вести
16.30 Прямой эфир. (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.15 Вести. Местное время
21.30 «Ну-ка, все вместе!» (12+)
00.10 «Истории Большой Страны». (12+)
01.10 «СЖИГАЯ МОСТЫ». (12+)
Вера замужем и воспитывает дочку Лизу, однако счастливой её жизнь не назовёшь: муж любит выпить и распускает руки. А однажды он попадает на ограблении магазина и садится в тюрьму.
04.35 Перерыв в вещании

НТВ



22.15 «НАПАРНИКИ». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)
09.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 16.00 19.00 «Сегодня»
13.30 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.20 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
16.45 «ДНК». (16+)
17.55 «Жди меня». (12+)
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
22.15 «НАПАРНИКИ». (16+)
00.00 «Своя правда» с Романом Бабаяном. (16+)
01.50 «Квартирный вопрос». (0+)
02.45 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)
03.15 «ГЛАЗА В ГЛАЗА». (16+)

СТС



09.05 Большой побег. (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.55 «Мультфильмы». (0+)
07.25 «Простоквашино». (0+)
07.40 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
08.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
09.05 Большой побег. (16+)
11.55 «ВСЁ ИЛИ НИЧЕГО». (16+)
14.05 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
20.00 Премьера! Шоу «Уральские пельмени». (16+)
21.30 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
23.00 Премьера! Импровизаторы. (16+)
00.05 Импровизаторы. (16+)
01.10 «МОЯ ДЕВУШКА - МОНСТР». (18+)
03.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
04.55 «6 кадров». (16+)
05.20 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



00.00 «БОРОДАЧ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)
09.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
17.50 «Лига городов». (16+)
Масштабное комедийное шоу, которое нацелено на поиск талантов в миниатюрах, стендапе и других жанрах по всей стране. В жюри - Сергей Светлаков, Марина Кравец, Артем Калайджян и Алексей Щербаков, ведущий - Тимур Родригез.
20.00 «Комеди Клуб». (16+)
23.00 «Stand up». (18+)
00.00 «БОРОДАЧ». (16+)
Обаятельный, но невезучий охранник Александр Родионович Бородач впутывается вместе со своими друзьями в невообразимые истории, но неизменно оказывается в отделении полиции.
01.55 «Импровизация. Команды. Дайджест». (18+)
03.30 «Студия «Союз». (16+)
05.05 «Импровизация». (16+)

REN



20.00 «ЛЮДИ ИКС: ТЁМНЫЙ ФЕНИКС». (16+)

- 05.00 04.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!». (16+)
08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
10.00 «СОВБЕЗ». (16+)
11.00 14.00 17.00 «Документальный спецпроект». (16+)
12.00 16.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Засекреченные списки». (16+)
19.00 Информационная программа 112. (16+)
19.30 «Новости». (16+)
20.00 «ЛЮДИ ИКС: ТЁМНЫЙ ФЕНИКС». (16+)
22.15 «НОВЫЕ МУТАНТЫ». (16+)
00.00 Соль. (16+)
01.30 «ОЛЕНЬИ РОГА». (18+)
03.05 «ПРИЗРАК». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
05.45 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)
09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
09.30 13.30 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
21.35 «СВОИ-6». (16+)
22.25 «СВОИ-2». (16+)
23.10 «Светская хроника». (16+)
00.10 Они потрясли мир. (16+)
01.45 «СВОИ-6». (16+)
02.25 «СВОИ-5». (16+)
03.00 «СВОИ-2». (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.50 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+)
08.20 09.20 «ЕСЛИ ВРАГ НЕ СДАЕТСЯ...» (12+)
10.40 «ЗАСТАВА В ГОРАХ». (12+)
13.25 15.05 17.15 «УЗНИК ЗАМКА ИФ». (12+)
21.20 «Специальный репортаж». (16+)
22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
23.00 Музыка+. (12+)
00.25 «ЛЕГКАЯ ЖИЗНЬ». (12+)
02.10 «ДЕЛА СЕРДЕЧНЫЕ». (12+)

3 ТВ-3

- 06.00 09.00 Утренние гадания. (16+)
06.15 «МИСТЕР ОШИБКА». (18+)
08.00 «Слепая». (16+)
09.30 Гадалка. (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
13.30 «Старец». (16+)
14.30 Вернувшиеся. (16+)
16.45 «Слепая». (16+)
18.30 Экстра такси. (16+)
19.00 Дороже денег. (16+)
20.00 «АННА». (16+)
22.30 «ДЬЯВОЛ В ДЕТАЛЯХ». (16+)
01.15 «ИМПЕРАТРИЦА КИ». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
06.30 Дорожные войны 2.0. (16+)
07.45 Дорожные войны. (16+)
10.00 «СОЛДАТЫ-12». (12+)
16.00 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ». (16+)
18.00 Дорожные войны. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.40 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
04.10 Невероятные истории. (16+)
05.45 Улётное видео. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 07.15 Давай разведёмся! (16+)
08.10 Тест на отцовство. (16+)
10.20 23.15 «Понять. Простить». (16+)
11.30 00.25 «Порча». (16+)
12.35 «Знахарка». (16+)
13.10 «Верну любимого». (16+)
13.45 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.15 Скажи, подруга. (16+)
14.30 «Преступления страсти». (16+)
19.00 «ПОВОРОТ К СЧАСТЬЮ». (16+)
23.00 Уют за 15 минут. (16+)
01.15 «Знахарка». (16+)

ОТР

- 07.45 «Песня остаётся с человеком». (12+)
08.35 09.05 09.35 13.10 14.05 18.20 ОТражение
10.10 11.30 «ГОРОД». (12+)
12.30 «Человек и судьба». (12+)
15.10 «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ». (12+)
20.25 «ФРАНЦУЗ». (16+)
22.30 Петровский бал в Санкт-Петербурге-2023. (16+)
23.30 «СЕРЬЁЗНЫЙ ЧЕЛОВЕК». (18+)
01.15 «ПЕРВЫЕ НА ЛУНЕ». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

Grid of program listings for 'ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ' channel, including titles like 'ЗАХВАТ', 'НОЧЬ ДЛИННОЮ В ЖИЗНЬ', 'ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ' and various historical and documentary programs.

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

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

ПЕРВЫЙ



21.35 «Сегодня вечером». (16+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 «Умницы и умники». (12+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 12.00 18.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Наше всё». (12+)
11.05 «ПроУют». (0+)
12.15 «Поехали!». (12+)
13.10 «БЕГ». (12+)
17.00 Ко дню рождения Юрия Любимова. (12+)
18.20 Премьера. «Михаил Задорнов: вся жизнь». Часть 1-я. (16+)
19.10 «Эксклюзив». (16+)
20.00 «Кто хочет стать миллионером?». (12+)
21.00 «Время»
21.35 «Сегодня вечером». (16+)
23.15 Бокс. Вечер Чемпионов IBA. Мурат Гассиев - Отто Валлин. Бой за титул WBA Inter-Continental в тяжелом весе. Прямая трансляция из Турции
00.15 Подкаст.Лаб. (16+)

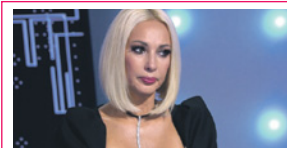
РОССИЯ 1 РОССИЯ



12.50 «Доктор Мясников». (12+)

- 05.00 Утро России. Суббота
08.00 Вести. Местное время
08.20 Местное время. Суббота
08.35 «По секрету всему свету»
09.00 «Формула еды». (12+)
09.25 «Пятеро на одного»
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.50 «В кругу друзей»
12.50 «Доктор Мясников». (12+)
14.00 Вести
14.50 «Юморина». (16+)
17.00 Вести
17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 Большой праздничный концерт «Россия - Донбасс - Новороссия». Трансляция с Красной площади
23.20 «ДВИЖЕНИЕ ВВЕРХ». (6+)
01.50 «Новороссия». (12+)
03.15 «БАЛКАНСКИЙ РУБЕЖ». (16+)

НТВ



21.20 «Секрет на миллион». (16+)

- 07.25 «Смотр». (0+)
08.00 10.00 16.00 «Сегодня»
08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
09.20 «Едим дома». (0+)
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.00 «Живая еда». (12+)
12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
13.10 «Попутчик». (16+)
14.20 «Игры разумов». (0+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.20 ЧП. Расследование. (16+)
17.00 «Следствие вели...» (16+)
19.00 «Центральное телевидение»
20.20 «Ты не поверишь!» (16+)
21.20 «Секрет на миллион». (16+)
23.25 «Международная пилорама». (18+)
00.15 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
00.45 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
02.10 «Дачный ответ». (0+)
03.05 «ГЛАЗА В ГЛАЗА». (16+)

СТС



11.55 «Как приручить дракона». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Три кота». (0+)
07.30 «Детектив Финник». (0+)
08.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
09.00 ПроСТО кухня. (12+)
09.30 Премьера! ПроСТО кухня. (12+)
10.00 Премьера! «100 мест, где поесть». (16+)
11.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
11.55 «Как приручить дракона». (12+)
13.55 «ТАКСИ». (12+)
15.40 «ТАКСИ-2». (12+)
17.25 «ТАКСИ-3». (12+)
19.05 «ТАКСИ-4». (16+)
21.00 «БЛАДШОТ». (16+)
23.10 «ТРИ ИКСА: МИРОВОЕ ГОСПОДСТВО». (16+)
01.20 «СЕЛФИ». (16+)
03.10 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
05.05 «6 кадров». (16+)
05.20 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

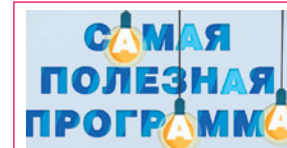
ТНТ



10.00 «Экстрасенсы ведут расследование». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)
09.30 «Салон». (16+)
10.00 «Экстрасенсы ведут расследование». (16+)
14.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
21.30 «Конфетка». (16+)
23.00 «Женский стендап». (18+)
00.00 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
Успешному сотруднику ДПС Пете Васютину уже давно пора заводить семью, а он живет с мамой, хозяйкой придорожного кафе. И невеста есть - королева бензokolонки, кассирша Оля. В тот самый день, когда Петя решает сделать Оле предложение, в его служебную машину врывается пьяная поп-звезда Алина Шёпот.
02.00 «Импровизация. Команды». (16+)
03.35 «Студия «Союз». (16+)
05.10 «Импровизация». (16+)

РЕН



10.00 Самая полезная программа. (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)
09.00 «Минтранс». (16+)
10.00 Самая полезная программа. (16+)
11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
12.30 «Новости». (16+)
15.00 «СОВБЕЗ». (16+)
16.30 «Новости». (16+)
17.00 «Документальный спецпроект». (16+)
18.00 «Засекреченные списки». (16+)
19.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЕРА». (16+)
21.20 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ ЖЕНЫ КИЛЛЕРА». (16+)
23.35 «РЫЦАРИ СПРАВЕДЛИВОСТИ». (18+)
01.55 «ЗАТЕРЯННЫЕ ВО ЛЬДАХ». (12+)
03.20 «КОЛЬЦО ДРАКОНА». (16+)

5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
05.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)
09.00 «Страна советов». (16+)
09.30 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)
12.15 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ». (16+)
20.10 «СЛЕД». (16+)
00.00 «Известия. Главное». (16+)
01.05 «Светская хроника». (16+)
02.10 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
06.05 «БАЛЛАДА О ДОБЛЕСТНОМ РЫЦАРЕ АЙВЕНГО». (12+)
10.05 «РЫСЬ ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (12+)
13.15 «Не факт!» (12+)
14.30 «Легенды кино». (12+)
15.20 «Время героев». (16+)
15.40 «Главный день». (16+)
16.30 19.25 «БИТВА ЗА МОСКВУ». (12+)
00.35 «ИГРА БЕЗ ПРАВИЛ». (12+)
02.15 «СЫЩИК». (12+)
04.30 «Нюрнберг». (16+)
05.05 «Хроника Победы». (16+)

ТВ-3

- 06.00 «МИСТЕР ОШИБКА». (16+)
08.30 «Мультфильмы». (0+)
09.30 Вкусно с Ляйсан. (16+)
10.00 Дороже денег. (16+)
11.00 «МОЙ ДРУГ МИСТЕР ПЕРСИВАЛЬ». (6+)
13.15 «ПОБЕГ С ФИОНОЙ». (6+)
15.15 «ОСОБО ОПАСНА». (16+)
17.15 «АННА». (16+)
19.45 «ПРОФЕССИОНАЛ». (16+)
22.00 «13». (16+)
00.00 «ПЕРЕВОДЧИКИ». (16+)
06.00 Улётное видео. (16+)
08.30 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ». (16+)
10.30 «СОЛДАТЫ-10». (12+)
11.30 «СОЛДАТЫ-11». (12+)
20.30 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
00.00 Клуб обаятельных животных. (16+)
00.50 «+100500». (18+)
03.00 За гранью реального. (16+)
04.30 Шутники. (16+)
04.50 Улётное видео. Лучшее. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 06.30 «СЕСТРЁНКА». (16+)
08.10 «НЕВЕСТА С ЗАПРАВКИ». (16+)
10.15 Пять ужинов. (16+)
10.30 «ИДЕАЛЬНОЕ ЗАБЛУЖДЕНИЕ». (16+)
14.45 «ДО СВАДЬБЫ ЗАЖИВЁТ». (16+)
19.00 «ЯРКОЕ ПЛАМЯ». (16+)
22.40 Скажи, подруга. (16+)
22.55 «ОТДАМ КОТЯТ В ХОРОШИЕ РУКИ». (16+)
00.55 «СЕСТРЁНКА». (16+)
02.25 «Преступления страсти». (16+)
07.35 13.40 «Большая страна». (12+)
09.00 Всё по-взрослому
10.10 «Конструкторы будущего». (12+)
10.25 «БУДНИ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (12+)
11.55 «ЯЗЫЧЕСКАЯ МАДОННА». (12+)
17.50 «ТИХОЕ СЛЕДСТВИЕ». (16+)
19.05 «Очень личное». (12+)
20.25 «УПРАЖНЕНИЯ В ПРЕКРАСНОМ». (16+)
21.55 «ГОСТЬ». (16+)
23.40 «ФРАНЦИСК». (16+)
02.15 «АРВЕНТУР». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- 05.00, 06.15, 03.00 Мультфильмы. (6+)
06.00 Всё, как у людей. (6+)
08.10 Рожденные в СССР. Дом культуры. (16+)
08.40 Исторический детектив с Николаем Валуевым. (16+)
09.15 Диктор делает. (16+)
09.30 Фазендалайф. (6+)
10.00 Погода в мире
10.10 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». (16+)
12.10 «ЛЕГЕНДЫ О КРУГЕ». (16+)
Сериал. Биография, драма, Россия, 2011 г.
16.00, 18.30 Новости
16.15, 18.45 «ЗАХВАТ». (16+)
Сериал. Детектив, Россия, 2014 г.
00.45 «ВИЙ». (16+)
02.00 Панфиловцы. За нами Москва. (16+)
02.30 Спаси Москву. (16+)
04.00 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (12+)
06.10 «ДИВЕРСАНТ». (16+)
19.00 «ТУМАН». (16+)
Наши дни. Идут военные учения. Отряд молодых бойцов Российской Армии получает задание совершить двенадцатикиллометровый марш-бросок. Находясь на маршруте, группа совершает вынужденную остановку и начинает опаздывать. Командир принимает решение срезать дорогу через болото. Во время форсирования на болото опускается густой туман...
22.10 «ТУМАН-2». (16+)
01.00 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)
02.30 «РОДИНА ИЛИ СМЕРТЬ». (16+)
03.55 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
06.00, 23.10 Мозг на прокачку. Сделайте меня умнее. (12+)
07.00, 13.45, 22.10, 03.55 Истории болезней. Испанка. (16+)
07.30, 14.15, 22.40, 04.20 Истории болезней. Оспа. (16+)
07.55, 16.40, 01.15 Большой скачок. Красота. Тело. (12+)
08.25, 17.05, 02.10 Медицинский репортёр. Чем рискуют машинисты на работе? (12+)
09.25, 18.05, 02.35 InVivo. Хроника инсульта. (12+)
09.55, 18.35, 03.00 Теледоктор. (12+)
10.50, 00.10 Мозг на прокачку. Сделайте меня творцом. (12+)
11.55, 20.20 На приёме у Михаила Лабковского. (Не)токсичные отношения. (12+)
12.25, 20.45 На приёме у Михаила Лабковского. Снова замуж. (12+)
12.50, 21.15 Угрозы современного мира. Планета алергии. (12+)
13.20, 21.40, 04.45 Медицина будущего. Старение. (12+)
Что такое старение? Почему мы стареем и от чего это зависит? Какова роль генетики в старении? Можем ли мы победить этот процесс?
14.45 Мозг на прокачку. Усилим воли. (12+)
15.50, 19.30, 05.15 Я, человек. (12+)
06.05 Чудеса ЮНЕСКО. (12+)
07.00 Расшифрованные сокровища: Американский город пирамид. (12+)
07.55 Расшифрованные сокровища: Карта сокровищ Мертвого моря. (12+)
08.45, 09.50 Великолепные памятники Франции. (12+)
Создатели документального сериала «Великолепные памятники Франции» предлагают отправиться в путешествие по главным архитектурным сооружениям Франции.
10.50 Легенды Европы. (12+)
11.50 Настоящая история викингов: Рассвет викингов в долине королей. (12+)
12.45 Настоящая история викингов: Работоторговля викингов. (12+)
13.40 Забытая армия викингов. (12+)
14.40 Ролло Викинг, от изгнанника до завоевателя. (16+)
15.40, 16.35 Титаник. (12+)
17.30 Главный грек Российской империи. (12+)
19.00 Правдивая история графа Монте-Кристо. (16+)
20.00, 20.55 Лермонтов. (12+)
21.55 Мифы и тайны королевской истории: Мария-Антуанетта: обреченная королева. (16+)
23.00 Мифы и тайны королевской истории: Георг IV и Регентство. (16+)
00.05, 01.05, 02.00, 02.50 Война в Корее. (12+)
03.45 Утопия инженери. (16+)
04.30 Жизнь на вулкане. (12+)

ПЕРВЫЙ



14.20 «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (12+)

- 06.45 Играй, гармонь любимая! (12+)
07.30 «Часовой». (12+)
08.00 «Здоровье». (16+)
09.05 «Мечталлион». (12+)
09.40 «Непутевые заметки». (12+)
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Жизнь своих». (12+)
11.10 Премьера. «Повара на колесах». (12+)
12.15 «Видели видео?» (0+)
14.20 «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (12+)
17.05 «Специальное расследование. «Кто взорвал «Северные потоки»?». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 «Три аккорда». Финал. (16+)
21.00 «Время»
22.35 «Что? Где? Когда?» Осенняя серия игр. (16+)
23.45 «ArtMasters». Церемония награждения в Большом театре. (12+)
01.20 Подкаст.Лаб. (16+)

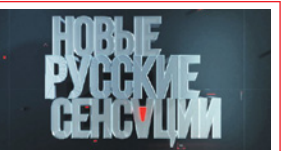
РОССИЯ



16.50 «Песни от всей души». (12+)

- 06.15 «ПОСЛЕДНЯЯ ЖЕРТВА». (12+)
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
10.10 Сто к одному
11.00 16.00 Вести
11.50 Праздничный концерт
13.45 «САМАЯ ЛЮБИМАЯ». (12+)
Татьяна влюблена в своего коллегу Вадима. Молодые люди счастливы и планируют пожениться. Но Вадим совсем не тот, каким Лиза его себе представляет.
16.50 «Песни от всей души». (12+)
19.00 Вести недели
21.30 Москва. Кремль. Путин
22.00 «1993 год. Перелом». (12+)
23.35 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.30 «ПОСЛЕДНЯЯ ЖЕРТВА». (12+)

НТВ



18.00 «Новые русские сенсации». (16+)

- 06.30 «Центральное телевидение». (16+)
08.00 10.00 16.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
12.00 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.05 «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным. (16+)
17.00 «Следствие вели...» (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
20.20 «Ты супер!» Суперсезон». (6+)
23.00 «Звезды сошлись». (16+)
00.40 «Основано на реальных событиях». (16+)
03.15 «ГЛАЗА В ГЛАЗА». (16+)

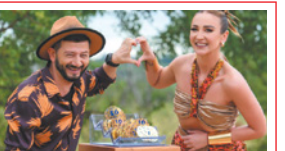
СТС



03.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Отель «У овечек». (0+)
07.30 «Детектив Финник». (0+)
08.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
09.00 Премьера! Рогов в городе. (16+)
10.00 «ТАКСИ». (12+)
11.45 «ТАКСИ-2». (12+)
13.35 «ТАКСИ-3». (12+)
15.10 «ТАКСИ-4». (16+)
17.00 «БЛАДШОТ». (16+)
19.10 «ЛЫСЫЙ НЯНКА: СПЕЦЗАДАНИЕ». (0+)
21.05 «ПОЕХАВШАЯ». (16+)
23.25 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
01.25 «ТАЛАНТЛИВЫЙ МИСТЕР РИПЛИ». (16+)
03.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
05.15 «6 кадров». (16+)
05.20 «Мультфильмы». (0+)

ТНТ



18.30 «Новые Звезды в Африке». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)
09.30 «Битва пикников». (16+)
10.00 «Битва экстрасенсов». (16+)
18.30 «Новые Звезды в Африке». (16+)
21.00 «Лига городов». (16+)
23.00 «Шоу Воли». (16+)
Павел подведет итоги уходящей недели и сделает это в своей фирменной юмористической манере.
00.00 «РОДНЫЕ». (16+)
Отцу большого семейства поставили неутешительный диагноз. Это событие подтолкнуло его исполнить большую мечту - спеть песню на Грушинском фестивале, и хорошо бы в окружении семьи.
01.50 «Я тебе не верю». (16+)
03.20 «Импровизация. Команды». (16+)
04.55 «Студия «Союз». (16+)
06.30 «Импровизация». (16+)

REN



10.30 «Наука и техника». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)
09.00 «Самая народная программа». (16+)
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
10.30 «Наука и техника». (16+)
11.30 «Неизвестная история». (16+)
12.30 «Новости». (16+)
13.00 «ОККУПАЦИЯ». (16+)
15.20 «ОККУПАЦИЯ: МИССИЯ «ДОЖДЬ». (16+)
18.00 «ИНОПЛАНЕТНОЕ ВТОРЖЕНИЕ: БИТВА ЗА ЛОС-АНДЖЕЛЕС». (16+)
20.20 «ШАН-ЧИ И ЛЕГЕНДА ДЕСЯТИ КОЛЕЦ». (16+)
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченком». (16+)
23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

5-Й КАНАЛ

- 05.05 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
06.50 «НАШ СПЕЦНАЗ-2». (16+)
17.40 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
23.25 «48 ЧАСОВ». (16+)
В номере отеля убивают девушку. Задержан находившийся там же французский бизнесмен. У следователя Лукьянова есть 48 часов, чтобы подтвердить или исключить виновность подозреваемого.
01.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
ЗВЕЗДА
07.10 «ПРИКАЗАНО ВЗЯТЬ ЖИВЫМ». (12+)
09.00 «Новости недели». (16+)
09.25 «Служу России». (12+)
09.55 «Военная приемка». (12+)
11.30 «Код доступа». (12+)
13.15 «Специальный репортаж». (16+)
13.45 «НАЗАД В СССР». (16+)
18.00 «Главное». (16+)
20.40 «Легендарные матчи». (12+)
23.20 «Фетисов». (12+)
00.05 «НОЧНОЙ ПАТРУЛЬ». (12+)

ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
06.45 Вкусно с Ляйсан. (16+)
07.15 Секреты здоровья. (16+)
07.30 СуперЖенщина. (16+)
08.15 Хорошие новости. (16+)
08.30 Экстра такси. (16+)
09.00 «ЧЕРНОБЫЛЬ: ЗОНА ОТЧУЖДЕНИЯ». (16+)
17.00 «ЧЕРНОБЫЛЬ-2: ЗОНА ОТЧУЖДЕНИЯ». (16+)
00.30 Охотники за привидениями. (16+)
03.15 «Мультфильмы». (0+)
ЧЕ!
06.00 Улётное видео. (16+)
08.30 «СОЛДАТЫ-11». (12+)
Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни.
11.30 «СОЛДАТЫ-12». (12+)
20.00 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
00.00 Клуб обаятельных животных. (16+)
01.00 «+100500». (18+)
03.00 Шутники. (18+)
03.30 Невероятные истории. (16+)
05.00 Дорожные войны 2.0. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 06.30 «ПРО ЛЮБОFF». (16+)
08.25 Уют за 15 минут. (16+)
08.40 «ОТДАМ КОТЯТ В ХОРОШИЕ РУКИ». (16+)
10.45 «ТРЕБУЕТСЯ МАМА». (16+)
Накануне свадьбы Алла застала жениха с другой...
14.50 «ФАРФОРОВОЕ СЧАСТЬЕ». (16+)
19.00 «ЯРКОЕ ПЛАМЯ». (16+)
22.30 Твой Домашний доктор. (16+)
22.45 «НЕВЕСТА С ЗАПРАВКИ». (16+)
00.45 «ПРО ЛЮБОFF». (16+)
ОТР
07.35 13.40 «Большая страна». (12+)
09.00 Всё по-взрослому
11.55 «КИНО НА ВСЕ ВРЕМЕНА: ЧАРЛИ ЧАПЛИН». (12+)
13.10 «Лиса и заяц». (12+)
13.25 «Отчий дом». (12+)
16.30 «Свет и тени». (16+)
17.15 «Мойдодыр». (12+)
17.35 «БУДНИ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (12+)
19.05 «Клуб главных редакторов». (12+)
19.45 «МОЛОКО». (16+)
21.40 «ПАРИЖ, ТЕХАС». (16+)
00.00 «Море в огне». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- МИР
05.00 Мультфильмы. (6+)
07.10 «ШТРАФНОЙ УДАР». (16+)
СССР, 1963 г.
09.30 ФазендаЛайф. (6+)
10.00, 16.00 Новости
10.10, 16.15, 19.30, 01.00 «ЖИТЬ СНАЧАЛА». (16+)
Сериал. Драма, Россия, 2009 г.
Молодая девушка по несправедливому обвинению попадает в тюрьму. Даже оказавшись в таком чудовищном положении, героиня стойко преодолевает обрушившиеся на нее трудности. Пронзительная, трогательная, остро сюжетная мелодрама со счастливым концом.
18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе». (16+)
04.20 Наше кино. История большой любви. (16+)
ПОБЕДА
05.10 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
06.35 «В ИЮНЕ 41-ГО». (16+)
10.10 «НЕМЕЦ». (16+)
16.15 «ЗАСТАВА ЖИЛИНА». (16+)
Сериал. Россия, Беларусь, 2009 г.
Военная драма, разворачивающаяся на фоне первых дней войны. Это история становления человека, который на наших глазах из неопытного мальчика превращается в мужчину, не боящегося ответственности, инстинктивно знающего, что нужно делать даже в таких ситуациях, где пасуют старшие и, казалось бы, более опытные люди...
01.00 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
02.35 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (18+)
ДОКТОР
06.00, 19.15 Мозг на прокачку. Усилим воли. (12+)
07.00, 12.25, 21.20, 05.30 Медицинский репортёр. Чем рискуют машинисты на работе? (12+)
07.30, 12.50, 21.50 InVivo. Хроника инсульта. (12+)
07.55, 15.25, 00.05 На приеме у Михаила Лабковского. (Не)токсичные отношения. (12+)
08.25, 15.50, 00.30 На приеме у Михаила Лабковского. Снова замуж. (12+)
08.55, 16.20, 01.00 Угрозы современного мира. Плана аллергии. (12+)
09.20, 16.45, 01.25 Медицина будущего. Старение. (12+)
09.50, 10.40, 23.15, 01.50 Я, человек. (12+)
11.25, 20.20, 04.35 Большой скачок. Красота. Тепло. (12+)
Многие из нас готовы тратить последние деньги и терпеть боль ради внешней привлекательности. Так что же такое красота, и почему мы так стремимся быть красивыми?
11.55, 20.50, 05.00 Большой скачок. Красота. Лицо. (12+)
13.20, 22.15 Теледоктор. (12+)
14.20, 02.35 Мозг на прокачку. Сделайте меня умнее. (12+)
17.15 Истории болезней. Испанка. (16+)
17.45 Истории болезней. Оспа. (16+)
18.15, 03.35 Мозг на прокачку. Сделайте меня творцом. (12+)
HISTORY
06.05 Древняя история Сибири. (12+)
06.30 Чудеса ЮНЕСКО. (12+)
07.30, 08.30, 09.30, 10.25 Великолепные памятники Франции. (12+)
11.25 Легенды Европы. (12+)
12.20 Байи - Атлантида Древнего Рима. (12+)
13.20 Сокровища Древней Греции: Эпоха героев. (12+)
14.20 Сокровища Древней Греции: Классическая революция. (12+)
15.20 Сокровища Древней Греции: Долгая тень. (12+)
16.15 Утопия инженеров. (16+)
17.05 Историки Испании: Конкиста. (16+)
В ярком, напряженном и захватывающем сериале из трех частей Саймон Себаг Монтефиоре отправляется в путь, чтобы изучить две тысячи лет истории Испании.
18.05 Историки Испании: Реконкиста. (16+)
19.00 Историки Испании: Нация. (16+)
20.00, 20.55, 21.45 Рыцари Храма. (16+)
22.40 День «Д» - крылья победы. (12+)
23.40 Спротивление в Маутхаузене. (16+)
00.35 Битва за Окинаву: Операция «Айсберг». (16+)
01.35 Судьба потерянной подводной лодки. (12+)
02.25, 03.20 Легенды Европы. (12+)
04.15 Ролло Викинг, от изгнания до завоевателя. (16+)
05.05 Утопия инженеров. (16+)

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

КРОССВОРД

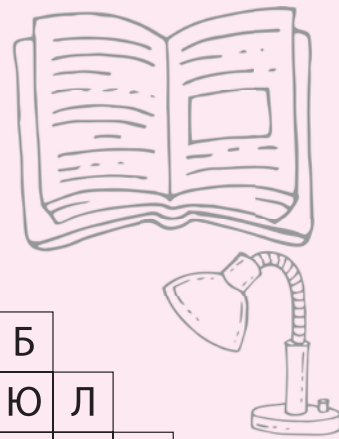
Разгадайте в головоломке цитату из романа Михаила Лермонтова «Герой нашего времени» (55 букв). Зашифрованные буквы не соприкасаются друг с другом ни по горизонтали, ни по вертикали, ни по диагонали.

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

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

- 1) как только вы нашли одну из букв, можно сразу вычеркнуть все буквы вокруг нее... 2) если стрелка указывает, что в ряду 0 букв, то можно сразу же вычеркнуть весь ряд... 3) если на какой-то ряд не указывает стрелка... 4) если в ряду загаданной буквой может быть только одна из двух соседних... 5) когда уже не помогает умение считать...

Crossword grid with letters and numbers. A red 'X' is drawn over the central letters 'У О П М Ы Ъ Ь Т' in the 8th row.



Ответ на задание в № 37: Фёдор Достоевский: «Вопреки здравому смыслу способны поступать только великие люди».

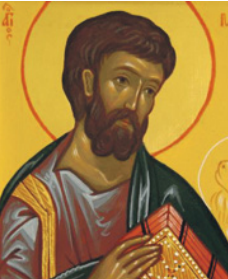
ХРОНОЛОГИКА

Radio Vera logo and list of frequencies: Вышний Волочек 104,5 FM, Губкин 104,0 FM, Задонск 103,9 FM, Липецк 97,9 FM, Москва и область 100,9 FM, Мосолово 101,0 FM, Орёл 95,6 FM, Осташков 99,4 FM, Ржев 102,4 FM, Рязань 102,5 FM, Смоленск 88,4 FM, Старый Оскол 104,0 FM, Тверь 89,4 FM. Includes RADIOVERA.RU and social media icons.

ЧИТАЕМ ЕВАНГЕЛИЕ

«...возьми крест свой, и следуй за Мною»

И, подозревая народ с учениками Своими, сказал им: кто хочет идти за Мною, отвергнись себя, и возьми крест свой, и следуй за Мною. Ибо кто хочет душу свою сберечь, тот потеряет ее, а кто потеряет душу свою ради Меня и Евангелия, тот сбережет ее.



ДОРОГА К ХРАМУ

О ГЛАЗАХ И СВЯТОЙ ВОДЕ

Основная работа у меня за компьютером. По совету подруги каждое утро промываю свои глаза святой водой, чтобы они не болели. Правильно ли я поступаю? Н. П.

Если у вас болят глаза, вам следует обязательно обратиться к врачу. Господь так устроил наш мир, что в нем присутствуют для нас и лекари и медицина. Глаза промывать святой водой можно, но делать это обязательно надо с верою и молитвою.

Этот отрывок из Евангелия от Марка будет читаться в православных храмах 1 октября, в воскресенье.

В этом отрывке Господь раскрывает Своим ученикам условие, которое необходимо для того, чтобы стать Его подлинным учеником. Для того чтобы идти за Христом, необходимо отвергнуться от себя. Что именно это означает, мы узнаем из дальнейших слов Спасителя.

Речь идет о душе, это все, к чему привязано наше сердце. Это могут быть окружающие нас люди, наши собственные таланты и способности, наш статус в обществе, различные материальные блага. Одним словом, все то, что дарит нам надежду, утешение, тепло, ощущение надежности, внутренний и внешний комфорт.

эти и подобные им сокровища как зеницу ока, цепляемся за них.

Зачем же от всего этого следует отвергнуться? Дело в том, что порой эти вещи так владеют нами, что мы оказываемся от них в полной зависимости. Мы принадлежим им полностью и без остатка. Они управляют нами. Подсказывают, что чувствовать, думать, говорить и делать. Нередко можно наблюдать, в какой прострации оказывается человек, который вдруг теряет что-то из этого или все сразу.

Поэтому призыв Христа потерять душу ради Евангелия означает, что на первом месте у нас должен быть Бог и стремление все силы сердца, ума и тела посвятить исполнению Его заповедей о люб-



Комментирует священник Дмитрий Барницкий

ви к ближнему. Без чрезмерной заботы о чем-либо ином. И при этом пусть нас не тревожит страх упустить свое и остаться дыркой от бублика. Господь прямо обещает в Евангелии: если вы всю свою энергию направите на достижение Царства Небесного, все остальное Я Сам устрою.

Фото предоставлено радио «Вера»

Первый двенадцатый православный праздник церковного года называется Рождество Пресвятой Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии. Отмечается этот праздник ежегодно 21 сентября.

В этот день мы радуемся рождению «Той, без которой не было бы Рождества Христова» и, конечно, нашего спасения. Почитание Богородицы стало одной из священных христианских традиций. «Честнейшая Херувим и Славнейшая без сравнения Серафим» – так называют Божью Матерь, обращаясь к ней в горе и радости, православные христиане.

В преддверии Нового Завета

В Священном Писании содержится очень мало сведений о земной жизни Богородицы. О событиях праздника написано в церковном предании II века. Считается, что родители Пречистой Девы, Иоаким и Анна, жили в Назарете Галилейском.

Вся жизнь этой четы, а к моменту свершившегося чуда они прожили вместе 50 лет, была полна благоговейной любви к Богу. Жили они безбедно, но всегда скорбели о том, что у них нет детей. Отсутствие потомства в те далекие времена было крайне серьезной проблемой. Считалось, что если в семье нет детей, то, значит, это наказание Божие. Люди верили, что согласно Ветхому Завету в их роду родится Мессия, поэтому род не должен прерваться. И бездетные пары подвергались насмешкам и отторжению.

Светлый праздник РОЖДЕСТВА БОГОРОДИЦЫ

Сегодня начало Спасения миру. Воскличайте Господу, вся земля; торжествуйте, веселитесь и пойте. Возвысьте голос ваш, возвысьте, не бойтесь, ибо у святых Овечьих [Ворот] нам родилась Матерь Божия, от Которой благоволил родиться Агнец Божий, Который берет [на Себя] грех мира.
Митрополит Антоний Сурожский



Кстати, 22 сентября празднуется День памяти святых Иоакима и Анны, родителей Богородицы.



знаменем верности слов ангел пообещал Иоакиму, что Анна встретит его у Золотых ворот Иерусалима.

А тем временем жена Иоакима праведная Анна, узнав об происшедшем в храме, опять стала усердно в посте и молитве просить Бога о даровании ей дитяти. В одно из таких молитвенных бдений ей явился Ангел и сказал, что молитвы ее услышаны Господом и их семье будет дарована девочка: «...зачнешь и родишь дочь благословенную, выше всех земных дочерей. Ради Нее благословятся все (на)роды земные. нареки Ее Марией». Радостная Анна пообещала отдать ребенка на служение Господу.

Все случилось, как сказал Небесный Вестник. Спеша поделиться радостью, праведные супруги встретились у Золотых ворот и вернулись домой в Назарет. В положенное время у Святого семейства родилась Дочь, которую назвали Марией. По прошествии года Иоаким устроил пир, на котором друзьям, священникам и старейшинам представил свою Дочь, которую все благословили.

Богородица, с одной стороны, действительно была

необычной Девой: долгожданный ребенок, вымоленный у Бога, в три года отданный на воспитание в храм... Но, с другой стороны, Она была самым обычным человеком, которому знакомы тяготы и болезни человеческой природы. Тем более исключительна Ее роль в истории: простая девушка, не искавшая себе славы и подвигов, была возвышена Богом и стала Матерью Христа.

Встречаем праздник

Поскольку рождение будущей Матери Спасителя открывает историю

Новой, Христианской эры, то праздник помещен (был установлен в V веке) в начало церковного года. С рождением Марии, которую называют Престолом Бога, Дверью, через которую в мир явится Спаситель, начинается и история Нового Завета. Праздник Рождества Богородицы имеет один день предпразднства и четыре дня поспразднства, т.е. продолжается с 20 по 25 сентября. В эти дни торжественная служба проходит во всех православных храмах. По традиции праздник начинают с посещения храма.

Светлана ИВАНОВА



События праздника

Однажды и вовсе первосвященник отклонил дар Богу от Иоакима, так как тот «не создал потомства». Праведник Иоаким сильно расстроился и удалился в

горы, где в пустынном уединении и постничестве просил о даре Господнем. Именно в такой момент испытания, в пустыне, Иоаким переживает близость к Богу: во время молитвы он получает от ангела радостную весть о даровании ребенка. А

ПОДРОБНОСТИ

Воздвижение Креста Господня

История обретения Креста

Основой праздника послужило событие обретения Креста, на котором был распят Иисус Христос. Поиски величайшей святыни христиан проходили по повелению императора Константина. В 326 году мать императора Кон-

стантина Елена прибыла в Иерусалим на поиски христианских святынь. Раскопки проводились и на Голгофе, где был распят Иисус Христос. В те далекие времена орудия казни было принято закапывать рядом с местом их свершения. Во время поисковых работ Еленой обнаружено три креста, несколько гвоздей и табличка с надписью: «Иисус Назорей, Царь

Иудейский». Табличка лежала отдельно, и определить, какой именно крест – Крест Господень, не представлялось возможным. Истинный Крест был определен, когда им прикоснулись к умершему и он воскрес.

Символично, что Крест был обретен экспедицией Елены накануне Пасхи Христовой. Тогда же патриарх Иерусалимский Макарий и показал со-

бравшимся на праздник Святой Крест Спасителя.

После обретения Креста Господня Константин повелел возвести в Иерусалиме храм Воскресения Христова, на строительство которого ушло приблизительно десять лет. Осветили храм 27 сентября 335 года. И тогда же был установлен праздник Воздвижение Честного и Животворящего Креста Господня.

Когда отмечают праздник

Праздник Воздвижения имеет один день предпразднства и семь дней поспразднства. Предпразднство начинается с 26 сентября, в богослужение входят молитвословия, посвященные празднуемому событию. Крест лежит на аналое до 4 октября – это день отдания Воздвижения, после чего святыню уносят в алтарь.



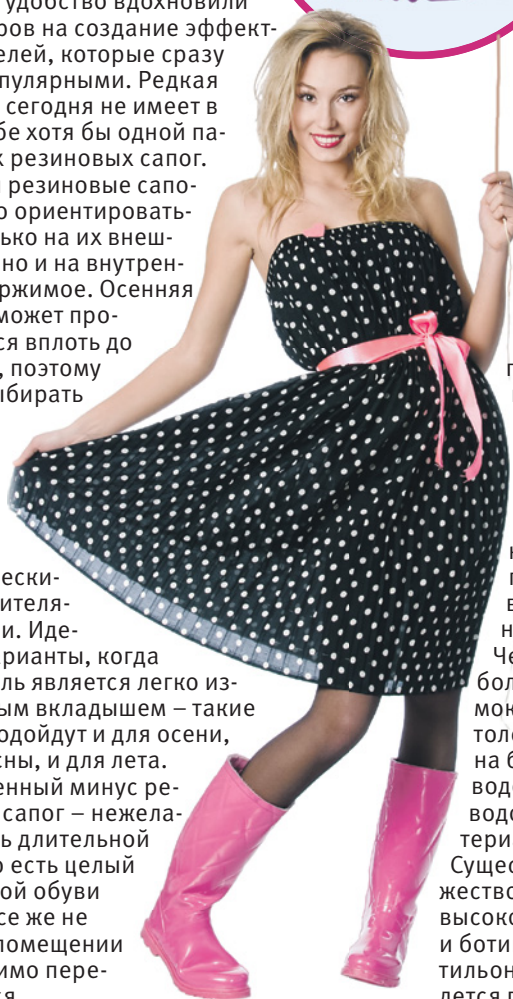
27 сентября православные христиане отмечают двенадцатый праздник в честь обретения Креста, на котором распяли Спасителя.

Осень – пора дождей и луж. Прекрасно, если есть возможность переждать непогоду где-нибудь в сухом месте. Но чаще всего подобная ситуация отсутствует, а значит, есть большая вероятность промочить ноги, что совсем не хорошо.

Этой неприятности поможет избежать непромокаемая обувь, о которой мы сегодня и поговорим. Непромокаемая обувь создается для того, чтобы уберечь нас от воды и слякоти – наши ноги должны оставаться сухими в любую погоду. Конечно, это понимают и производители обуви, и потому выбор моделей достаточно широк. Есть и такие варианты непромокаемой обуви, которые могут стать настоящей изюминкой всего образа.

Резиновые сапоги

Самый очевидный вариант непромокаемой обуви – резиновые сапоги. Их непромокаемость и удобство вдохновили дизайнеров на создание эффектных моделей, которые сразу стали популярными. Редкая модница сегодня не имеет в гардеробе хотя бы одной пары ярких резиновых сапог. Выбирая резиновые сапоги, нужно ориентироваться не только на их внешний вид, но и на внутреннее содержимое. Осенняя слякоть может продолжаться вплоть до морозов, поэтому лучше выбирать утепленные модели – с шерстью, мехом или синтетическими утеплителями внутри. Идеальны варианты, когда утеплитель является легко извлекаемым вкладышем – такие сапоги подойдут и для осени, и для весны, и для лета. Единственный минус резиновых сапог – нежелательность длительной носки. То есть целый день в этой обуви ходить все же не стоит, в помещении необходимо переобуться.



выбираем ОБУВЬ для сырой погоды

Обувь на толстой подошве

Обувь на толстой подошве или танкетке вполне подойдет для уличной слякоти и преодоления небольших луж. Двухсантиметровые подошвы вполне достаточно, чтобы тротуарная грязь не попала на верхнюю часть ботинок и не промочила их. Чем ниже подошва, тем больше вероятность промокания. Конечно, даже толстая подошва должна быть изготовлена из водонепроницаемого или водоотталкивающего материала. Существует великое множество моделей обуви на высокой подошве: от туфель и ботинок до кроссовок и ботильонов – обязательно найдется пара на любой вкус.

Крепление – это важно

Даже самая высокая подошва не спасет, если она пришита к верху обуви. В этом случае вода обязательно просочится внутрь сквозь отверстия швов, и ноги промокнут. Неплохой вариант – приклеенная подошва, но только в том случае, если подошва действительно высокая (от 2 см) или имеет высокие бортики, заходящие на верхнюю часть обуви. Идеальный вариант – клево-литьевое крепление подошвы. Это вариант, при котором подошва не только приклеивается к верху обуви, но и как бы наплавляется на него. В результате вода просто не может проникнуть внутрь.

Только не кожа

Натуральная кожа, увы, совершенно не годится для мокрой погоды. Ее поверхность сплошь покрыта мелкими порами, сквозь которые легко проникает вода. Специальные водоотталкивающие пропитки спасут от мелкой мороси, но не от глубоких луж. Даже толстая кожа грубых ботинок рано или поздно обязательно промокает, не говоря уж о тонкой коже, из которой изготавливается модельная обувь. Кстати, модельная обувь, промокнув один только раз, с большой вероятностью испортится непоправимо. Лучше выбирать современные искусственные материалы, которые имеют хорошие водоотталкивающие свойства.

ЗНАЙ И ПОМНИ!

Обувь из резины необходимо покупать точно в размер, не надеясь на то, что она разносится.



– Прочла недавно в журнале, что у женщины туфли и машина должны быть одного цвета.
– И что? Купила новые сапоги?
– Угу, беляньки, чтобы подходили по цвету к маршрутке.

Светлана ИВАНОВА

ПОДПИСКА на 1-е полугодие 2024 г.

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!
Продолжается подписка на 1-е полугодие 2024 года на издание «ТЕЛЕК Питер».*



Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Подписной индекс **П9645** в каталоге «Почта России»

Газета выходит 1 раз в неделю

Стоимость ПОДПИСКИ на газету «ТЕЛЕК Питер»* на 1-е полугодие 2024 г.

на 1 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца	на 5 месяцев	на 6 месяцев
204,48 ₽	408,96 ₽	613,44 ₽	817,92 ₽	1022,40 ₽	1226,88 ₽

* ВНИМАНИЕ. Подписка на газету «ТЕЛЕК Питер» осуществляется только для жителей г. Санкт-Петербурга и Ленинградской области.

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

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

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

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

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

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

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

Выберите газету* (по индексу – П9645 или названию – «ТЕЛЕК Питер»).

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.

П9645 «ТЕЛЕК Питер»

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

Уважаемые читатели, мы предлагаем вашему вниманию детектив-загадку. Внимательно прочитав его, вы сможете сами найти решение. Для этого вам предстоит включить свою смекалку на полную.

Неспокойное дежурство



Очередное дежурство выпало на пятницу, чем Петрович был несколько раздосадован – жена рвалась на дачу, но отвезти ее туда не было никакой возможности. Он бы и сам с гораздо большим удовольствием сгребал листья под яблонями, чем просиживал брюки в кабинете, но делать нечего – служба есть служба.

Вечером в отделении стояла непривычная тишина, и Петрович спокойно разбирал скопившиеся на столе бумаги. Он любил порядок во всем, любил, когда каждая бумажка лежала на своем месте, но в обычной служебной суматохе уследить за всеми бумагами было просто невозможно. Вот и приходилось время от времени разбирать накопившиеся завалы, и суточное дежурство было самым удачным для этого занятием.

Вдруг в приоткрытую дверь его кабинета ворвалось изобилие звуков. В этой какофо-

нии были и топот множества ног, и высокие тона женских голосов, и разнообразные баритоны мужчин, и даже собачий лай. «Что они там, цыганский табор привезли?» – подумал Петрович и вышел в коридор.

Компания, доставленная экипажем ППС в отделение, была немногочисленной, но очень эклектичной. Первой в глаза бросилась мокрая с головы до ног, не считая накинутаго на плечи полицейского бушлата, женщина средних лет. Чуть в стороне стоял атлетического сложе-

ния юноша в черном. Рядом с ним – сухонькая бабулька в нелепой шляпке, держащая в руках крохотную собачку. Собачка заходила истерическим лаем.

Товарищ майор! – к Петровичу подбежал командир экипажа ППС лейтенант Снегирев. – Доставили вот. Ограбление, – он протянул майору бумаги и понизил голос. – Не нравится мне это дело, товарищ майор. Темное оно какое-то.

– Почему не нравится? – также, не повышая голоса, спросил Петрович.

– Да шут его знает, – ответил лейтенант. – Не нравится, и все. Не так в нем что-то, а что – не пойму.

– Не переживай, разберемся, – похлопал его по плечу Петрович. – Граждане, прошу соблюдать спокойствие и не шуметь, – обратился он к компании, просмотрев бумаги. – Вот вы, молодой человек, за что задержаны?

– Ни за что! – с вызовом ответил юноша. – Я просто бегал по парку, а они...

Петрович вопросительно взглянул на Снегирева, и тот ответил, нахмурившись:

– Хамил он. Остановили его для проверки, а он орать: права нарушаете, все дела...

– А вы не нарушаете? – спросил майор у лейтенанта. – Нашли у него что-нибудь?

– Нет, – буркнул тот. – Молодой человек, вы свободны, – сказал Петрович юноше и повернулся к бабушке. – А вы, гражданка, что тут делаете?

– А я свидетель! – ответила она. – Я все видела: как полиция приехала, видела, как вот этого, в черном, задержали. Все видела!

– И больше ничего? – спросил Петрович.

– Ничего. Мы ж только пришли, когда полицейская машина подъехала.

– Понятно, – кивнул майор. – Вы, гражданочка, тоже свободны. Ну, вы-то хоть по делу? – обратился он к женщине в бушлате.

– Меня ограбили! – ответила та, и Петрович провел ее в свой кабинет.

В кабинете выяснилось, что женщина – продавец небольшого внутриквартального магазина.

– Понимаете, к нам инкассация очень рано приезжает, за два часа до закрытия, – рассказала она. – Но магазин у нас небольшой, денег за вечер в кассе немного скапливается. Сейфа в магазине нет, поэтому мы их с собой забираем, а

утром снова приносим. А сегодня какой-то чудак скупил весь элитный алкоголь, почти на сто тысяч. Я кассу сняла, деньги упаковала, в журнал вписала и пошла домой. Я всегда через парк хожу, так короче. Когда я проходила мимо пруда, вынула телефон, чтобы сообщить директору о такой большой выручке. Но тут кто-то сзади как налетел, сумку с деньгами вырвал, а меня толкнул в воду. Ну, я выбралась кое-как и сразу в полицию звонить. Вот и все.

– Угу, – посурил Петрович. – Еще один вопрос: подельника своего, которому вы деньги передали, сами называете, или нас работать заставите?

Виктория АНДРЕЕВА



Почему Петрович не поверил продавщице?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 37: на то, что ограбления не было, указывают два факта: во-первых, по словам управляющего, грабители ворвались в банк, когда его двери были уже закрыты, но они никак не могли это сделать, не повредив дверей. Во-вторых, грабители обязательно оставили бы грязные следы на вымытом уборщицей полу, но пол к приезду полиции был чист.

Рис. Ирина Светлова

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ 8 (962) 724-29-44

ПО ПОЧТЕ reklama@kardos.ru

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

КАК ОПЛАТИТЬ

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

Скидки уточняйте у менеджера

КРОССВОРД «ДУАЛЬ»

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

По горизонтали: Монокль. Какао. Абсцисса. Спираль. Роение. Хромата. Канат. Остол. Визажист. Камин. Эмигрант. Трирема. Обгон.

По вертикали: Ответ. Оригинал. Лесс. Макраме. Заплата. Карри. Апорт. Харизма. Эскадра. Колибри. Разгиб. Динамо. Статья. Эму.

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

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

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

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

■ **8 (905) 286-44-68** СКУПКА. КУПЛЮ ВСЁ. **Тел.: 8 (905) 286-44-68**

■ **8 (931) 337-91-68** Купим книги. Выезд. Оплата сразу. **Тел.: 8 (931) 337-91-68**

РАЗНОЕ

Санкт-Петербургский филиал АО «Железнодорожная торговая компания» проводит открытое публичное предложение № 439 в электронной форме по продаже объектов недвижимого имущества по адресам:

- г. Москва, ул. Каланчевская, д. 32/58, стр. 1 – нежилое здание (203,9 м²) и земельный участок (246 м²) – 55 063 745 руб. с НДС;
- г. Москва, ул. Талдомская, д. 3, пом. 1/1 – нежилые помещения (912,1 м²) – 95 864 446 руб. с НДС;
- г. Москва, ул. Весенняя, д. 19 – нежилое помещение (1 166,8 м²) – 110 518 129 руб. с НДС;
- Псковская обл., г. Великие Луки, пр. Гагарина, д. 99 – столовая № 1 (1 489,5 м²), ларек № 4 (117,4 м²) и земельный участок (3 979 м²) – 5 677 178 руб. с НДС;
- Псковская обл., д. Сердце, д. 6/н – магазин № 7 (35,8 м²) и земельный участок (100 м²) – 82 000 руб. с НДС;
- г. Калининград, ул. Киевская, д. 80 – магазин № 2 (200,7 м²) и земельный участок (305 м²) – 12 099 200 руб. с НДС;
- Калининградская обл., ст. Веселовка, проезд Железнодорожный, д. 4 – магазин (82,1 м²) – 319 369 руб. с НДС;
- Новгородская обл., рп. Хвойная, ул. Локомотивная, д. 1д – гараж (175 м²) и земельный участок (301 м²) – 138 600 руб. с НДС;
- Новгородская обл., рп. Хвойная, ул. Денисова, д. 15в – земельный участок (971 м²) – 466 080 руб. (НДС не облагается);
- Ленинградская обл., г. Каменногорск, Ленинградское ш., д. 14 – земельный участок (374 м²) – 777 546 руб. (НДС не облагается).

Дата проведения публичного предложения: 26 октября 2023 года.
Дата окончания приема заявок: 20 октября 2023 года.

Место и форма проведения публичного предложения: электронная торговая площадка «РТС-Тендер» на сайте: <https://www.rts-tender.ru>. Внесение обеспечительного платежа предусмотрено условиями процедуры торгов. Информация по объектам недвижимости и начальной стоимости указана на сайтах: <https://www.rts-tender.ru> и www.rwtk.ru (в разделе «Тендеры»).
Телефон организатора процедур торгов: +7 (812) 436-81-72

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

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

РА «ПАЛЛАДА»
8 (921) 899-98-75

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

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

ТЕЛЕФОН ОТДЕЛА РЕКЛАМЫ ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»:

8 (962) 724-29-44

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 25 СЕНТЯБРЯ ПО 1 ОКТЯБРЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Эта неделя у Овнов будет посвящена наведению порядка. Организация потребуется как делам на работе, так и личному пространству и отношениям. Да, вы много времени проводите на работе. Не следует забывать, что ваши близкие нуждаются во внимании и заботе.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
Любые старания Львов обязательно принесут плоды. Чем больше сил вы будете вкладывать в свои дела, тем эффективнее будет результат. Это касается и повседневных дел, и проектов. Вы сможете почувствовать себя любимым человеком, и все трудности отойдут на второй план.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
Для Стрельцов наступает время размышлений. Постарайтесь вспомнить, когда именно вы чувствовали себя счастливым. Не отчаивайтесь, если кажется, что все лучшее осталось позади, – у вас достаточно времени, а впереди еще много приятных событий.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
Водолею ждёт активная неделя. Спорт, прогулки, активные развлечения принесут вам много положительных эмоций и не дадут замкнуться на своих проблемах. Старайтесь почаще бывать в приятной компании. Близкие и друзья с удовольствием разделят ваш досуг.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Звезды советуют Тельцам избавиться от всего ненужного. Лучше всего начать с малого – расхламления рабочего места и своей головы от пустых мыслей. В отношениях также старайтесь не говорить лишнего. И вообще, не делайте преждевременных выводов и избегайте конфликтов.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Девы почувствуют необходимость в уединении и отдыхе. Постарайтесь сократить излишние социальные контакты. Общайтесь с теми людьми, общение с которыми приносит вам положительные эмоции. Освободившее время лучше потратить на заботу о себе, своем здоровье.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
У Близнецов будет много работы. Сохраняйте хладнокровие и не старайтесь выполнять все задачи одновременно. Вам стоит распределить все дела по степени важности и составить график их выполнения. Это поможет вам избежать лишних стрессов.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
В графике Весов на грядущей неделе первое место следует отвести семье. Навестите своих родных, позвоните дальним родственникам. Обращение к своим корням наполнит вас жизненной силой и подарит приятное ощущение общности и поддержки.

РАК (22.06 – 22.07)
Ракам стоит уделить больше времени личной жизни, заняться обустройством дома. Важно помнить, что дети (сколько бы им ни было лет) нуждаются в вашей поддержке, поэтому не забывайте беседовать с ними, помогать им. Окружающим будет очень важен ваш положительный настрой.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Скорпионам лучше сосредоточиться на работе. Ваша продуктивность сулит вам значительные преимущества в будущем. Обратите внимание: многие люди в вашем окружении готовы вам помочь. Принимайте помощь и советы с уважением и благодарностью.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Козерогам предстоит активный период. Уделите время планированию, научитесь управлять своим временем и силами и будете приятно удивлены результатами. Последовательность и организованность сделают вас успешнее и в деловой сфере, и на личном фронте.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
Рыбам стоит задуматься о творчестве. Используйте свободное время (выходные) для развития своих творческих способностей. Не стоит забывать и об общении с близкими. Они могут оказать и справедливыми критиками ваших свершений, и надежной поддержкой.

КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

- Лечебный душ.
- Мелкая роль кинозвезды в роли самой себя.
- «За горами, за лесами, За широкими морями, Не на небе – на земле Жил старик в одном селе. У старинушки три сына: Старший умный был детина, Средний сын и так и сяк, Младший вовсе был дурак» (автор строк).
- Спортивный снаряд в художественной гимнастике в виде кольца.
- Волжский город, где загадочно погиб Дмитрий, сын царя Ивана Грозного.
- Царство, где Пенелопа ждала Одиссея.
- Жандарм в исполнении Луи де Фюнеса (шесть фильмов с 1964 по 1982 год).
- Распахивает двери 1 сентября, чтоб дать мальчишкам и девчонкам знания.
- Самый медленный темп в музыке.
- Вид клеевых водорастворимых красок.

Ответы: 1. Шарк. 2. Камео. 3. Ершов. 4. Обруч. 5. Ултин. 6. Итика. 7. Крошо. 8. Школа. 9. Ларго. 10. Гуашь.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 25 СЕНТЯБРЯ ПО 1 ОКТЯБРЯ

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

25 сентября	Восход: 6 ч. 47 м. Заход: 18 ч. 53 м. Долгота дня: 12 ч. 06 мин.
26 сентября	Восход: 6 ч. 49 м. Заход: 18 ч. 50 м. Долгота дня: 12 ч. 01 мин.
27 сентября	Восход: 6 ч. 52 м. Заход: 18 ч. 47 м. Долгота дня: 11 ч. 55 мин.
28 сентября	Восход: 6 ч. 54 м. Заход: 18 ч. 44 м. Долгота дня: 11 ч. 50 мин.
29 сентября	Восход: 6 ч. 56 м. Заход: 18 ч. 41 м. Долгота дня: 11 ч. 45 мин.
30 сентября	Восход: 6 ч. 59 м. Заход: 18 ч. 38 м. Долгота дня: 11 ч. 39 мин.
1 октября	Восход: 7 ч. 01 м. Заход: 18 ч. 35 м. Долгота дня: 11 ч. 34 мин.

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 25 СЕНТЯБРЯ ПО 1 ОКТЯБРЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

25 СЕНТЯБРЯ
В 1763 году по приказу Екатерины II в Москве открыта первая публичная больница в России – Павловский госпиталь. В 1945 году Василий Григорьевич Романюк совершил рекордный затыжной прыжок из стратосферы (с высоты 13 108,5 м).

26 СЕНТЯБРЯ
В 1969 году был образован Байкальский запо-ведник.

27 СЕНТЯБРЯ
В 1801 году Александру I был представлен первый в мире велосипед. В 1863 году в Санкт-Петербурге открылся первый детский сад в России. В 1960 году заложен железобетонный фундамент в основание Останкинской телебашни.

28 СЕНТЯБРЯ
В 1773 году началось восстание под предводительством Емельяна Пугачёва.

29 СЕНТЯБРЯ
В 1907 году состоялось торжественное открытие трамвайного движения в Петербурге.

30 СЕНТЯБРЯ
В 1906 году в Париже стартовали первые международные состязания пилотов аэростатов.

1 ОКТЯБРЯ
В 1884 году на Вашингтонской конференции по меридианам Гринвичский меридиан установлен в качестве нулевого. В 1932 году в Ленинграде введена первая автоматическая телефонная станция (ныне Петроградский телефонный узел).

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

25 СЕНТЯБРЯ. Алексей, Николай, Фёдор.
26 СЕНТЯБРЯ. Александр, Валериан, Николай.
27 СЕНТЯБРЯ. Иоанн.
28 СЕНТЯБРЯ. Андрей, Дмитрий, Евдокия, Максим, Мария, Никита, Пётр.
29 СЕНТЯБРЯ. Виктор, Григорий, Людмила, Сергей.
30 СЕНТЯБРЯ. Александра, Вера, Илия, Любовь, Надежда, София, Павел.
1 ОКТЯБРЯ. Борис, Вениамин, Владимир, Ирина, Константин, Михаил.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

25 СЕНТЯБРЯ ■ Всемирный день фармацевта
26 СЕНТЯБРЯ ■ День здоровья окружающей среды
27 СЕНТЯБРЯ ■ Всемирный день туризма
■ День воспитателя и дошкольных работников
28 СЕНТЯБРЯ ■ День работника атомной промышленности в России ■ День генерального директора
29 СЕНТЯБРЯ ■ Всемирный день сердца
30 СЕНТЯБРЯ ■ Международный день перевода
■ День интернета в России ■ День ортодонта
1 ОКТЯБРЯ ■ День учителя ■ Международный день пожилых людей ■ Международный день музыки ■ День Сухопутных войск России
■ День спортсменов силовых видов спорта

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Гуси летят – зимушку на хвосте тащат

25 сентября, в день Артамона Змеевика, наблюдают за приметами: солнечный день – к ясной погоде, гром прогремел – к теплу.

26 сентября, в день святого Корнилия, убирали с грядок корнеплоды и приговаривали: «Редька на столе – к миру в семье». Согласно приметам, резкое похолодание **27 сентября**, на Воздвижение, говорило о том, что весна будет ранней. В день Никиты Гусятника, **28 сентября**, следили за поведением гусей: гусь поднимает лапу – к стуже, нос прячет под крыло – к ранней зиме. Также про этот день говорили: «Гуси летят – зимушку на хвосте тащат».

29 сентября, в день Ефимии, было принято ловить птиц и гадать по их косточкам, какова будет зима. Считалось, что чем больше жира наросло на кости глухаря или утки, тем сильнее морозы.

30 сентября отмечают Веру-Надежду-Любовь и наблюдают за приметами: белки линяют – к скорому похолоданию, пасмурное утро – к хорошей погоде. Погоду на **1 октября**, на Арину Шиповницу, примечали особо. Считалось, что она будет соответствовать погоде на 1 апреля. А журавли, летящие на юг в этот день, сулили морозы на Покров.

На уроке учительница спрашивает ученика:
– На что похож Апеннинский полуостров?
– На резиновый сапог.
– Правильно, на сапог. Но почему резиновый?
– Потому что Италия окружена водой.

ТЕЛЕК ПИТЕР

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

КАРДОС ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

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

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

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

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

№ 38 (286).
Дата подписания в печать: 23.00 час. 18.09.2023 г.
Дата производства: 19.09.2023 г.
Дата выхода в свет: 19.09.2023 г. Тираж 68 700 экз.
Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 195027, Россия, Санкт-Петербург, ул. Якорная, д. 10, корп. 2, литера А, пом. 44
Заказ ДБ-53/38. Выходит во всех областях СЗФО.
Тираж этого номера 882 990 экз.
Рекомендованная цена в розницу 20 рублей.
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»
Еженедельная семейная газета для читателей 12+ Объем 4 п. л.
Сайт газеты telek.kardos.media Редакция не несёт ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.
Копирование без указания источника запрещено

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



Сумка «Шоколад»

Сумка из кожи пэчворк – просто находка! 2 больших отделения на молниях, 5 карманов снаружи, крепкие ручки и съемный ремень на плечо.
Материал: кожа, ПВХ. Размер: 31x24,5x 10,5 см. КНР.
Лот 200 47520 Коричневый

скидка 75% ~~3990~~ 990 Р



Р-ры 37 – 45

3-слойный материал:
• Трикотажный слой
• Термослой
• Слой экомеха

Стельки в ПОДАРОК

Лот 137 0832 Черные
Лот 137 0784 Бордо

Теплые ботинки «Комфорт Норд»

Теплые ботинки защитят от осенней непогоды. Широкий проём с фиксирующей резинкой комфортен для ног с любой полнотой и подъемом, застёжка-липучка обеспечивает плотную фиксацию на ноге. Антискользящая подошва с протектором защитит от падений, а амортизирующая пяточная вставка облегчает нагрузку на ноги.
Материал: верх – полиэстер 100%, внутри – иск. мех. Подошва – ПУ. Высота подошвы: 3 см. Размеры 37–45. КНР. Спрашивайте Ваш размер при заказе! 2 цвета: классический черный и благородный бордо.



Размер универсальный. Обрезаются по размеру ноги. КНР.

~~990~~ БЕСПЛАТНО

скидка 50% ~~2990~~ 1490 Р



Умный зонт

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



Кошелек

Материал: кожа, подкладка – 100% полиэстер. Размеры: 20x10,5x3,8 см. КНР.
Лот 156 6130 Коричневый
Лот 155 7907 Черный

скидка 53% ~~1490~~ 690 Р

скидка 65% ~~1990~~ 690 Р



Материал: 80% хлопок, 20% полиэстер. Длина: брюки 100 (±3) см, кофта 74 (±3) см. Р. Узбекистан. Размеры: 46-48, 50-52, 54-56, 58-60, 62-64, 66-68, 70-72.
Лот 200 48587 Черный
Лот 200 48574 Бордо

Костюм «Леопард»

Из приятного телу хлопка с добавлением полиэстера, отлично сохраняет форму и обладает хорошей воздухопроницаемостью. Кофта с боковыми карманами. Костюм не сковывает движений и красиво смотрится на женщине любой комплекции!

НОВИНКА

скидка 65% ~~5990~~ 1990 Р



Бандаж для коррекции овала лица

Инновационный метод для массажа и подтяжки лица в домашних условиях! Носите дома такой бандаж, и уже через неделю вы увидите результат.

Материал: неопрен. Размер: универсальный. КНР.
Лот 200 48565

скидка 55% ~~1590~~ 690 Р



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~~ 790 Р



Анатомическая подушка, 2 шт.

Обеспечит правильное положение головы, никакого храпа и ломоты в теле!
Материал: верх: тафета. Наполнитель: полиэфирное синтетическое волокно. Размер: чехол 50x60 см. Россия. Лот 131 4920

2 по цене 1 ~~1780~~ 890 Р



Теплые бабуши

Зимой они защитят от сквозняков и холодного пола, а летом, благодаря непромокаемой подошве, подойдут для улицы.
Материал: сукно, ПВХ, искусственный мех. Россия. Р-ры 37-42. Спрашивайте Ваш размер при заказе! Лот 200 50480

скидка 48% ~~2490~~ 1290 Р

Носки без резинки

Не затрудняют отток крови, не перетягивают ногу. Подходят для полных ног.
Материал: 74% хлопок, 24% п/а, 2% эластан. Россия. Цвет в ассортименте. Женские размеры: 23–25, 25–27. Мужские размеры: 25, 27, 29. Спрашивайте Ваш размер при заказе!

Лот 1430774 Релакс
Лот 1514528 Отдых

скидка 45% ~~1450~~ 790 Р



Мужские носки «Релакс»



Женские носки «Отдых»

МОЙ МИР

Заказ на moymir.ru или по бесплатному тел.

8 (800) 350-35-73

код заказа: ТЕЛ_549_23_НОРД

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 шоппинг 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 15.09.2023 г. до 15.11.2023 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_549_23_НОРД. Реклама.