

№36
(657)

ТВ-программа с 9 по 15 сентября 2024 года

ТЕЛЕК

PRESSA.RU

52
КАНАЛА
ТВ

**СВИТЕР
НА ОСЕНЬ:
ЦВЕТ, ПРЯЖА,
ФОРМА**

стр. 13

**ДО КАКИХ
ГРАНИЦ
ДОХОДИТ
ДРУЖБА?**

стр. 4

**ЗАНИМАЙТЕСЬ
СПОРТОМ
БЕЗ СТЕСНЕНИЯ**

стр. 11

**КОНЧИЛОСЬ
ЛЕТО –
ЖАРИМ КОТЛЕТЫ**

стр. 10

**КАК
УСКОРИТЬ
СОЗРЕВАНИЕ
УРОЖАЯ**

стр. 14

**ЕКАТЕРИНА
ВОЛКОВА**

ЖЕНЩИНЫ ВСЕГДА МУДРЕЕ стр. 2

12+

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Фото Натальи Алёхиной

ISSN 2226-6380



9 177222 638770 24036

Поклонники сериала «Вороныны» долго гадали: продолжится ли история после ухода главы семейства Николая Петровича (Борис Клюев).

К счастью, любимыми зрителями героев ждут новые приключения – в спин-оффе «Костя – Вера», который стартует на СТС 9 сентября в 19.00. Мы расспросили исполнительницу роли Веры актрису Екатерину Волкову о том, изменится ли ее героиня, в чем заключается женская мудрость и почему нельзя допускать перегибы в воспитании детей.

Все стали самостоятельнее

– Екатерина, насколько непривычно возвращаться к истории Вороныных без Бориса Владимировича?

– Да, без Бориса Владимировича возвращаться рискованно. И мы все очень долго думали, стоит ли это делать без нашего папы, которого всем очень не хватает. Любой проект, особенно ситком, в которыйходишь через несколько лет, – это всегда риск. Но мы надеемся, что оправдаем надежды, зрителю будет интересно и папе не стыдно за нас там наверху.

– Изменилась ли ваша героиня?

– Мне кажется, Вера не меняется, как и все наши персонажи. Просто, возможно, они становятся самостоятельнее, так как наконец живут отдельно.

Отдушина – сон

– В новых сериях Вера находит любимое дело – дизайн. У вас есть занятия, которые хочется попробовать, но приходится откладывать по той или иной причине?

– Сейчас никаких хобби, так как параллельно совмещаю несколько проектов и живу с одним выходящим, а иногда и без него. Пока моя отдушина – это сон. А если время все-таки появляется, то прожужу его в приюте для бездомных животных «Домашний», попечителем которого являюсь.

– Кажется, что возраст пугает всех женщин. Вам удалось прийти к гармонии в этом вопросе?

Екатерина ВОЛКОВА:

Женщины всегда мудрее



Детали

Старые знакомые и новые герои

По сюжету после ухода главы семейства Николая Петровича (Борис Клюев) Костя (Георгий Дронов) и Вера (Екатерина Волкова) с детьми переезжают в новую квартиру, а Галина Ивановна (Анна Фроловцева) – на дачу. Тем временем поиск себя вынуждает Лёню (Станислав Дужников) периодически оставаться у младшего брата. Жилплощадь с Вороныными разделит и жених Маши (Карина Орлова) Сергей (Николай Новосёлов). Простой парень из Балакова не по душе Косте, и теперь уже он, как Галина Ивановна, ищет недостатки у будущего зятя, чтобы избавиться от незавидной партии для дочери. Сюрпризом для зрителей станет появление в сериале Елены Бирюковой, которую с Георгием Дроновым объединяет работа в популярном ситкоме «Саша + Маша».



– Конечно, поэтому не надо ничего бояться, нужно пробовать новое, идти вперед и не отставать. Я не могу сказать, что Вера положила всю жизнь на воспитание детей и на себе поставила крест. Нет. Она все равно параллельно чем-то занималась, искала себя и продолжает это пробовать, сейчас в дизайне. Вера отучилась и получает наслаждение, например, сделав дизайн нового дома самостоятельно. Так что она самодостаточная дама со взрослыми детьми, проблемы которых начинает потихонечку решать, аккуратно, не сильно вмешиваясь. В этом плане Вера больше выдерживает нейтралитет и выглядит намного мудрее Константина. В общем, женщины всегда мудрее.

Какими бывают родители

– Кажется, Костя и Вера представляют два противоположных лагеря родителей: гиперопекающего и позволяющего ребёнку жить так, как он считает нужным. Вы к какому себя относите?

– Все мы, родители, иногда перебарщиваем с заботой, потому что безумно волнуемся за детей. Всегда фантазируешь все самое худшее и ужасное, что может произойти. Даже сейчас Лизе тринадцать, а я все равно боюсь ее куда-то одну отпустить. Она все время должна быть со мной на телефоне. Где, что, как – полный отчет. И это нормально. Хуже, когда мы не контролируем, но и перегибать не нужно. Вот Костик перегибает, как и его мама. Но во всем нужна золотая середина. Это сложно, но возможно.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

От первого лица В основе – реальная история

Над проектом работает автор «Вороныных», «Ивановых-Ивановых» и «Жены олигарха» Сергей Кондрашин. По его словам, в основе сценария заложена реальная история: в свое время он переехал к супруге и ее родителям в московскую квартиру.

– Тогда пообещал себе, что напишу про это сериал, так что Серёжа напоминает меня, а местами даже Николая Петровича. Когда мы писали «Вороныных», персонаж старшего Воронына всегда был мне близок, и в память о нем у Серёжи появляются знакомые черты и своя коронная фраза, – говорит креативный продюсер и автор сценария.



– Я приняла свой возраст. У меня нет ощущения, что мне скоро два, скорее внутренне где-то тридцать пять. А вообще, в наше время аппаратной косметологии можно чувствовать себя на все двадцать. Конечно, как ни крути очень важно внутреннее состояние. Если бодр, весел, жизнерадостен, то и снаружи так же. И мне, как и любой девушке, конечно, хочется как можно дольше выглядеть хорошо. Но для этого не нужно ложиться под нож и перекраивать себя. Достаточно выбрать правильного косметолога.

«Нужно пробовать новое»

– Как считаете, можно ли на примере Веры говорить о том, что никогда не поздно начать новую жизнь?



Фото: Наталья Алехина и телеканал СТС



Домашний представит «Сквозь слёзы к счастью»

С 9 сентября в 19.00 на телеканале Домашний стартует линейка премьер «Сквозь слёзы к счастью». Откроет ее мелодрама «Второй шанс на счастливую жизнь», в главных ролях – Вера Шпак и Иван Батарев. Муж Иры ушел к любовнице, бросив ее с двумя детьми. Ире пришлось открыть салон красоты, где она и хозяйка, и бухгалтер, и парикмахер.

10 сентября состоится премьера мелодрамы «Фиктивный брак». Главные роли исполнили Марина Митрофанова, Гавриил Федотов и Дмитрий Белякин. Лида учится в магистратуре и работает в Модном доме. Ради стажировки за границей она готова в считанные дни вступить в фиктивный брак.

11 сентября выйдет мелодрама «Время прощать». В главных ролях – Елена Аросьева и Сергей Масленников. Мир семьи Бажовых переворачивается после убийства соседской девочки.

12 сентября – премьера мелодрамы «Одноклассники. Бывших не бывает» с Анастасией Морозовской, Василием Шмаковым и Алексеем Гоманом в главных ролях. Счастье Ольги разрушил бывший одноклассник Владимир Дудников, таинственно исчезнувший сразу после окончания школы.

Завершает неделю премьер 13 сентября мелодрама «Забывшая любовь». В главных ролях – Анастасия Сорокина, Андрей Горбачёв и Дмитрий Белякин. В отношениях архитекторов Надежды и Андрея наступает сложный период...

Фото телеканала Домашний

У Романа Мадянова – новая роль

Начались съёмки приключенческой комедии режиссёра Павла Воронина «Мужские правила моего деда». Роли в этой картине играют Роман Мадянов, Максим Матузный, Агата Муцениеце, Глеб Бочков и многие другие.

Это история Виктора Степановича (Роман Мадянов) – деда советской закалки. Он решает воспитать своего внука Лёшу (Максим Матузный) настоящим мужчиной и достойным продолжателем рода Богдановых. Дед не находит более подходящего решения, чем выкрасть собственного внука и отправиться с ним в незабываемое путешествие...

– В фильме я играю сварливого деда, которому недолго осталось жить после смерти жены, – рассказывает о своей роли Роман Мадянов. – Он не разделяет современные тепличные методы воспитания, потому что жизнь в его представлении – это борьба.

Фото пресс-службы фильма



Мария Луговая рассказала о «Нинель»

На Первом канале – премьера сериала «Нинель». История происходит в 80-х годах прошлого века. Главная героиня Нинель Камолова (ее играет Мария Луговая), обладающая уникальным актерским талантом, ради спасения своего отца становится напарницей известного афериста. Режиссером проекта стал Сергей Краснов. Также в фильме снимались Александр Лазарев, Владимир Жеребцов, Роман Маякин, Андрей Ильин, Виктор Логинов и другие актеры.

Мария Луговая за время съемок перевоплотилась в 15 персонажей, не считая Нинель.

– Мне как актрисе была безумно интересна возможность сыграть в одном персонаже много разных образов, – рассказывает Мария Луговая. – Соглашаясь сниматься в этом проекте, я понимала, что это вызов, и не знала, справлюсь или нет. Моя героиня на протяжении всей истории должна не просто «прикинуться» – она должна измениться до неузнаваемости, чтобы ей поверили. Это была большая нагрузка и для художников по костюмам, и для художников по гриму, и мы с режиссером должны были полностью придумать каждого отдельного персонажа.

Фото Первого канала



Александр Белькович отдохнул в Карелии

Ведущий передачи «ПроСТО кухня» на телеканале СТС Александр Белькович рассказал об отпуске, который он провёл в Карелии. Каждый год в конце августа он отправляется туда со своей семьей и друзьями. По словам телеведущего, в Карелии есть все, что ему нужно для того, чтобы «разгрузиться» после рабочих будней.

– Невероятное место с идеальной природой! – поделился впечатлениями Александр. – Семья, друзья, лес, рыбалка и вкусная еда – что может лучше?!

ПРОДАЙТЕ СВОЕ ЗОЛОТО ДОРОГО, ДЕНЬГИ СРАЗУ!

36 ФИЛИАЛОВ В МОСКВЕ
БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД ЮВЕЛИРА К ВАМ ДОМОЙ

585-я или 583-я проба – 4 500 р. за 1 г. 750-я проба – 6 500 р. за 1 г. Монеты, серебро, стоматологические коронки – дорого

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

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

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

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

2. Чем скупка «Аурум» отличается от других?

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

3. Выездная скупка от компании «Аурум».

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

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



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

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



Максимальная оценка



Выплата наличными или переводом на карту



Любые драгоценные металлы, в любом состоянии



Высокие рыночные цены



Принимаем в скупку дороже любого ломбарда



Не продавайте без нашей экспертной оценки

ВСЕ ФИЛИАЛЫ РАБОТАЮТ ДЛЯ ВАС БЕЗ ВЫХОДНЫХ С 10:00 до 20:00 • м. «Трубная», ул. Петровка, 26, стр. 2 (вход в магазин «Кристалл мечты») • м. «Смоленская», ул. Арбат, 20 (вход в тату-салон «Дракон») 1 • м. «Аэропорт», Ленинградский пр-т, 62 • м. «ВДНХ», пр-т Мира, 146 • м. «Проспект Мира», пр-т Мира, 38 • м. «Сходненская», ул. Героев Панфиловцев, 1/2 • м. «Беляево», ул. Миклухо-Маклая, 47А • м. «Улица 1905 года», ул. Красная Пресня, 23, корп. Б, стр. 1 (вход в магазин «М.Видео») • м. «Павелецкая», ул. Валовая, 2-4/44, стр. 1 • м. «Славянский бульвар», Славянский бул., 5, корп. 1 • м. «Красносельская», ул. Краснопрудная, 22-24 • м. «Братиславская», ул. Братиславская, 12, стр. 1 • м. «Дмитровская», Бутырская ул., 97 • м. «Котельники», Новорязанское шоссе, 1А • м. «Кузьминки», ул. Маршала Чуйкова, 4 • м. «Полянка», ул. Большая Полянка, 30 • м. «Ломоносовский проспект», Мичуринский пр-т 3 • м. «Коньково», ул. Профсоюзная, 109, корп. 2 • м. «Теплый Стан», Новоясеневский пр-т, 2Б, стр. 2 • м. «Кантемировская», Пролетарский пр-т, 23А • м. «Щелковская», ул. Уральская, вл. 4Г • м. «Проспект Вернадского», пр-т Вернадского, 39 • м. «Тургеневская», ул. Мясницкая, 30/1/2, стр. 1 • м. «Варшавская», Варшавское ш., 87 • м. «Преображенская площадь», Большая Черкизовская ул., 3, корп. 1 • м. «Перово», Зелёный просп., 27, корп. 1 (вход с улицы) • м. «Китай-город», ул. Маросейка, 9 • м. «Белорусская», площадь Тверской Застава, 2, стр. 2 • м. «Отрадное», ул. Декабристов, 21Г • м. «Таганская», ул. Нижняя Радищевская, 5 стр. 2 • м. «Праздская», ул. Красного Маяка, 2 • м. «Домодедовская», Каширское шоссе, 106 • м. «Медведково», ул. Широкая, 14, корп. 1 • м. «Бауманская», ул. Бауманская, 33/2с1 • м. «Строгино», Строгинский бул., 21 • Одиноково, ул. Верхнее Пролетарская, 1Б

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



СЕКРЕТ УСПЕХА

Неприятный коллега: как общаться?

В коллективе важно взаимодействовать так, чтобы и вам, и «тому парню» было комфортно работать, а не выяснять друг с другом отношения. Понимать и принимать людей, с которыми волею судьбы пришлось работать, – очень полезное умение.



Анализируем ситуацию

Коммуникация включает в себя много составляющих: первое впечатление, реакции собеседника на происходящие события, в том числе эмоции, которые он выражает. Чем больше знаний появляется у вас о человеке, тем понятнее становится, как с ним себя вести.

Несколько слов о чувствах

Умение сочувствовать, сопереживать, понимать и объяснять свои чувства – очень важный элемент межличностных отношений. Начните с понимания своих чувств, это поможет предотвратить конфликт или быстро его погасить.

Каждый уникален

Не пытайтесь перевоспитать или научить взрослого человека чему-то, он в этом не нуждается. Лучше постарайтесь занять нейтральную позицию. Уважение должно быть взаимным, иначе взаимопонимания добиться не получится.

Чтобы каждому человеку в коллективе было комфортно и приятно работать, важно учитывать не только собственные интересы и взгляды, но и мнение коллег. Будьте терпимы, если этого требует ситуация, и ваш рабочий микроклимат станет более расслабленным и позитивным.

До каких границ доходит дружба?

Психологи утверждают: умение выставлять свои личные границы и соблюдать чужие – залог здоровых отношений. Это справедливо и по отношению к семье, и по отношению к дружбе.

К дружбе особенно, потому что часто возникает соблазн ради звания лучшего друга расшибиться в лепешку и пожертвовать своими интересами. Надо ли это делать?

Основной принцип – баланс

Как любые долговременные отношения, дружеские для любого человека очень важны. Нам необходимо знать, что рядом есть человек, который разделяет наши интересы, взгляды на жизнь. С которым у нас один культурный код: мы читали одни книжки, выросли на одних фильмах, одинаково оцениваем происходящее. Все это дает бесценное ощущение поддержки и стабильности. Друг поддержит в трудную минуту и разделит с вами радость. Но все это продолжается ровно до тех пор, пока поддерживается баланс интересов. Друг знает ваши слабые места, поэтому может воспользоваться этой информацией, причем не обязательно в корыстных целях. Порой это делается из лучших побуждений, ради вашего же блага, как ему кажется. Именно с этого момента начинается нарушение личных границ.



– Привет, дружище, ты когда мне деньги вернешь?
– Ну, давай я завтра через Диму передам, так быстрее будет.
– Не-е, через Диму не надо, я ему сам должен!



Признаки нездоровой дружбы

Как понять, что дружба перестала быть таковой? Если вы замечаете, что позволили другу нарушить свои границы.

- Между своими интересами и интересами друга вы всегда выбираете вторые. А он как раз нет.
- Не можете сказать «нет», даже если вам крайне неудобно выполнять обещанное. Хрестоматийный пример – герой Олега Басилашвили из фильма Георгия Данелии «Осенний марафон».
- Чувствуете свою вину, если вы сто раз помогли, а в этот раз не можете.
- Не помогаете другу решать его проблемы, а делаете это за него.

Нарушения с разных сторон

Считается, что личные границы могут быть нарушены по-разному. Проанализируйте поведение своих друзей и своё собственное. Может быть, кто-то из вас вторгается в чужое пространство?

• **ЦЕННОСТНЫЕ.** Даже если у вас с другом или подругой совпадает большинство взглядов на жизнь, разногласия по отдельным моментам могут быть, это нормально. Ненормально, когда один из вас требует от другого полного стопроцентного совпадения.

• **КАК НАДО?** Важно давать другу право иметь свою точку зрения и принимать его таким, какой он есть. Подстраивать свои убеждения под чьи-то чужие – неправильно.

• **ВРЕМЕННЫЕ.** Отложить свои дела ради того, чтобы поддержать друга в трудную минуту, – это правильно. Этим часто пользуются те, кто не уважает чужое время. Они могут назначить встречу и не прийти или отменить ее в послед-

ний момент. Могут опоздать или даже забыть о договоренностях.

• **КАК НАДО?** Если вы знаете, что для вашего друга пунктуальность очень важна, не стоит опаздывать и нарушать договоренности. И наоборот: если вам частенько приходится ждать, нужно предупредить друга, что вы не намерены делать это постоянно и в следующий раз предпочтете заняться своими делами.

• **МАТЕРИАЛЬНЫЕ.** Пожалуй, самый щепетильный вариант нарушения личных границ. Даже существует поговорка: «Хочешь потерять друга – дай ему денег в долг». А как быть, если другу действительно нужна материальная поддержка?

• **КАК НАДО?** Два варианта: либо договориться решать финансовые вопросы самостоятельно, либо одалживать столько денег, сколько не жалко потерять. И нет, это не будет предательством. Наоборот, связывая себя материальными обязательствами, вы рискуете предать свою дружбу.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Как наладить общение?

Допустим, вы осознали, что в ваших с другом отношениях нарушился тот самый баланс, о котором мы говорили вначале. Что делать? В первую очередь – осознать, что именно вас напрягает. Затем – спокойно обсудить этот вопрос с другом. Если вам обоим ценны ваши отношения, он не обидится и постарается принять все к сведению. Если же его все устраивает, возникает закономерный вопрос: а друг ли это? Может быть, вы просто привыкли в иллюзии и пришла пора от нее избавиться?

«Журавлю не годится павлиний хвост»

Журавли на нашей планете встречаются везде, исключая разве что Южную Америку и Антарктиду. Есть у журавлей и свой всепланетный праздник – Всемирный день журавля, который отмечается ежегодно во второе воскресенье сентября. Кстати, из 15 видов журавлей на территории России обитает семь.

1 Журавли на планете появились примерно 40-60 миллионов лет назад. Об этих птицах человечество сложило много легенд. В толкованиях Аристотеля, журавль вынужден стоять на одной ноге и поджимает вторую, потому что держит в ней камень. Кстати, на средневековых гербах встречается такое изображение птицы с надписью «иным отдыхать». Для чего нужен журавлю камень?

а) Если появится враг – бросить в него. **б)** Если страж заснет, то выпавший из лапы журавля камень его разбудит. **в)** Для тренировки балансировки.

2 Журавли – перелётные птицы. Один из самых печальных звуков – это раздающиеся в небе крики улетающих на зимовку журавлей, прощающихся с родиной. Эти крики слышны на расстоянии нескольких километров. Способность издавать этот звук обусловлена специфическим строением грудины и трахеи, благодаря которым звук усиливается и резонирует. Как называется этот звук?

а) Клангор. **б)** Курлыкание. **в)** Трубление.

3 Пословица о журавлях как символе высокой цели гласит: «Не сули журавля в небе, а дай синицу в руки» (В.И. Даль), ведь обыватель не желает рисковать привычными благами ради высокой цели. А какая пословица отражает такой смысл: довольствуйся имеющимся, не желай несбыточного?

а) Журавль еще в небе, а ему уже цену устанавливают. **б)** Журавлю не годится павлиний хвост. **в)** Журавли-то в небе, а яйца-то в дупле.

4 Эта птица, конечно же, попала в сказки, которые обработали и записали русские писатели. Так, у Алексея Толстого есть сказки «Лиса и журавль», «Как лиса училась летать», у Константина Ушинского – «Гусь и журавль», Владимир Даль пересказал сказку «Журавль и цапля». А какую сказку о журавле поведал Лев Толстой?

а) «Журавль и кувшин». **б)** «Журавль и павлин». **в)** «Журавль и аист».

ОТВЕТЫ

1-б. Если страж заснет, то выпавший камень его разбудит. **2-а, б.** Курлыкание – так называют крик журавля и индюка. А клангор – особое название для звуков, которые издают журавли. **3-в.** Журавли-то в небе, а яйца-то в дупле. **4-в.** «Журавль и аист».

ВАЖНО

Советская медицина по праву считалась лучшей в мире. Однако после распада СССР её буквально похоронили заживо. Уникальные разработки просто забросили. А физиотерапия совсем пришла в упадок. К счастью, нашлись люди, которые смогли возродить её!

Это стало возможно благодаря старейшей кафедре физиотерапии при университете им. И.И. Мечникова. Она смогла пережить распад Союза, и сохранила тайные знания.

В поисках идеи наши учёные обратились к архивам кафедры. И нашли всеми забытые исследования СССР о возможности электрического тока. Взяли метод амплипульс-терапии.

И с помощью новых технологий не просто улучшили, а создали нечто уникальное. Особые целебные импульсы. И даже смогли адаптировать их для домашнего применения. И случилось просто невероятное! На медицинской выставке миру был представлен великолепный аппарат высокочастотной терапии «Надежда» для оздоровления всего организма! Он является гордостью нашей страны.

Можно сказать, прорывом в мире физиотерапии. Даже профессора и доктора наук были поражены.

Ведь это не просто аппарат, а целый физиотерапевтический комплекс для домашнего использования! Лечит более 60 заболеваний!

Остеохондроз, артрозы, ишиас, гипертонию, астму!

И это только некоторые из них. Представляете? Теперь Вы сможете избавиться от мучивших Вас годами болезней.

Или хотя бы добиться стойкой ремиссии. Это технология на миллиард! Сегодня она готова помочь Вам вернуть своё здоровье!

ШОКИРУЮЩАЯ ПРАВДА РАЗРАБОТКА ИЗ СССР, КОТОРАЯ ПОСТАВИТ ВАС НА НОГИ



РЕАЛЬНОЕ РЕШЕНИЕ ВАШИХ ПРОБЛЕМ

Вы только посмотрите, какой огромный перечень показаний к применению у «Надежды»:

- остеохондроз позвоночника с корешковым синдромом;
- остеоартроз;
- деформирующие дорсопатии;
- другие дорсопатии;
- спондилопатии;
- поражения межпозвоночных дисков;
- радикулопатия;
- полиартроз;
- коксартроз;
- гонартроз;
- артроз первого запястно-пястного сустава;
- другие артрозы.

На этом возможности «Надежды» не ограничиваются. Согласно методическим рекомендациям ведущих физиотерапевтов страны, ей можно успешно лечить такие заболевания как:

- гипертоническая болезнь 1-2 стадии;
- ишемическая болезнь сердца, постинфарктный кардиосклероз;
- бронхиальная астма;
- сосудистая деменция;
- ишиас, ишиалгия;
- облитерирующие заболевания сосудов нижних конечностей;

- переломы костей;
- вазомоторный ринит;
- хронический гастрит в стадии ремиссии.

Согласитесь, внушительный список показаний. Если это не панацея от всех болезней, то, по крайней мере, серьёзная заявка на этот титул.

И поэтому неудивительно, что «Надежда» не осталась незамеченной! Аппарат внесли в 100 лучших товаров России.

Более того, его отметили на ведущем конкурсе страны и наградили платиновым «знаком качества XXI века». Это высшая награда конкурсов «Всероссийская Марка (III тысячелетие)».

В эффективности «Надежды» не остаётся сомнений. Она тестировалась в лучших клиниках страны. И показала просто ошеломляющие результаты.

Например, в городской больнице № 23 г. Санкт-Петербурга в ходе клинических испытаний улучшения наблюдались у всех пациентов.

Представляете? Не было ни одного человека, которому не помогла «Надежда». Это вселяет уверенность, что этот удивительный медицинский аппарат сможет помочь и Вам.

Медицина нового уровня доступна каждому

Чем же так удивительна «Надежда»? Всё дело в особых импульсах. Благодаря широкополосной модуляции, они без труда проникают на разную глубину в ткани и достигают очага Вашей боли. И это происходит независимо от того, чем Вы больны, ведь «Надежда» настолько уникальна, что запускает процесс восстановления всего организма.

Только представьте, теперь Вы можете максимально оздоровиться уникальной высокочастотной электротерапией прямо у себя дома. И сделать это, когда Вам удобно. А главное, без посторонней помощи. Такое лечение эффективно и полностью безопасно. Ведь методики для него разработаны профессорами и доцентами медицинских наук старейшей в России кафедры физиотерапии. И рассчитаны на то, чтобы помочь каждому человеку, ведь «Надежда» лечит практически все болезни.

Исцеляющие импульсы дают надежду

Боль пронзила, как выстрел? Что же делать? Протяните руку и возьмите «Надежду». Расположите лечебный электрод на больное место и включите аппарат.

Уже с первых минут вы почувствуете облегчение. Вы будете ощущать, словно Вам проводят глубокий внутриклеточный массаж. Начнёт проходить воспаление. А главное — изнуряющая боль, наконец — стихнет!

Ведь аппарат действует безопасно и в то же время глубоко.

С «Надеждой», наконец-то, Вы вздохнёте спокойно. Ведь боль, мешающая жить, пройдёт, и Вы начнёте полноценно отдыхать и восстанавливаться. Вскоре каждое движение будет даваться Вам с небывалой лёгкостью. А каждый Ваш шаг наполнится уверенностью! И вот Вы уже на своей любимой даче, рыбалке или просто гуляете на свежем воздухе. И у Вас ничего не болит! А энергия просто бьёт ключом.

Преимущества, которые дарит Вам «Надежда»

«Надежда» подарит не только ощущение молодости, но и реально обновит весь Ваш организм. Под действием импульсов аппарата у Вас образуется новая капиллярная сеть, и нарушенное кровообращение начнёт восстанавливаться. Вы почувствуете, как каждая Ваша клеточка наполняется кислородом.

Отток лимфы улучшается, а значит уходит отёки и выводятся токсины. При регулярном использовании Вы ощутите, как тело оживает, мышцы становятся сильнее, а боли уходят в прошлое. К тому же под действием исцеляющих импульсов «Надежды» Ваш организм начнёт вырабатывать эндорфины (гормоны счастья). Ваш организм наполнен силой и энергией! Вот она — медицина будущего!

«Надежда» — Ваш персональный физиотерапевт прямо у Вас дома

Как избавиться от большинства болезней? Сегодня Вы знаете ответ на этот вопрос. Вам поможет аппарат «Надежда»! Болезнь, травма или сильное перенапряжение после тяжёлого дня, всё это под силу «Надежде». Уже сегодня Вы можете наслаждаться жизнью, а не просто доживать свой век. «Надежда» — это Ваш шанс вернуть былое здоровье и энергию.

Больше Вам не нужно беспокоиться о высокой стоимости лечения, потому что «Надежда» делает его бесплатным для Вас! Это очень ценно, особенно для пенсионеров и жителей регионов. Ведь на пенсию и прокормиться-то сложно. Что уж говорить о качественном лечении?

«Надежда» помогла многим справиться с болезнью и вернуться к полноценной жизни. Не откладывайте заботу о своём здоровье на потом. Не доводите свой недуг до операции или инвалидности. Сделайте выбор в свою пользу и, как можно скорее, начните лечение «Надеждой»!

Позвольте себе наслаждаться каждым моментом жизни без болей и ограничений. Звоните по бесплатному номеру и получайте «Надежду» в своё полное распоряжение. Сделайте подарок себе и своим близким прямо сейчас. Это Ваш билет к здоровой жизни! Берите и пользуйтесь.

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!
8 (800) 333-56-71

ПОСЛЕДНЯЯ ПАРТИЯ ПО СТАРЫМ ЦЕНАМ!*
+ АППЛИКАТОР ЛАДИУМ В ПОДАРОК!*



ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. Бесплатная доставка. *Акция действует с 04.09.2024 г. по 04.10.2024 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. www.prodex.ru. ООО "Поток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014 Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Телеканал НТВ продолжает работу над сериалом «Один за всех» с Владимиром Верёвочкиным и Светланой Смирновой-Марцинкевич в главных ролях. Режиссёр проекта – Сергей Гиргель.

Это история о том, как один неравнодушный человек в своем горячем стремлении призвать преступников к ответу способен преодолеть тотальное недоверие местных жителей и восстановить справедливость во всем городе. Мы поговорили со Светланой о сериале, а заодно узнали, чем ее привлекает профессия режиссера и почему театру она предпочитает кино.

Не очередной боевик

– Светлана, чем вас привлёк сценарий сериала «Один за всех»? Всё-таки на эту тему снят не один фильм. Вспомнить хотя бы «Я объявляю вам войну» с Николаем Ерёмко. Или я не прав?

– Когда мне прислали сценарий, я подумала, что это очередной боевик – и только... Но ошиблась! Пробы проходили по видеосвязи, и я не была знакома с режиссером до начала работы. Но перед первой сменой Сергей собрал нас и долго обсуждал наших персонажей. Меня это, честно говоря, очень впечатлило, потому что такое не часто встречается. Я вижу заинтересованность режиссера, оператора, партнеров, и работать становится так в кайф, я не могу передать!

– Сериал предполагает долгое развитие сюжета. Меняется ли ваша героиня в силу обстоятельств? Расскажите о ней. Чем она вам симпатична?

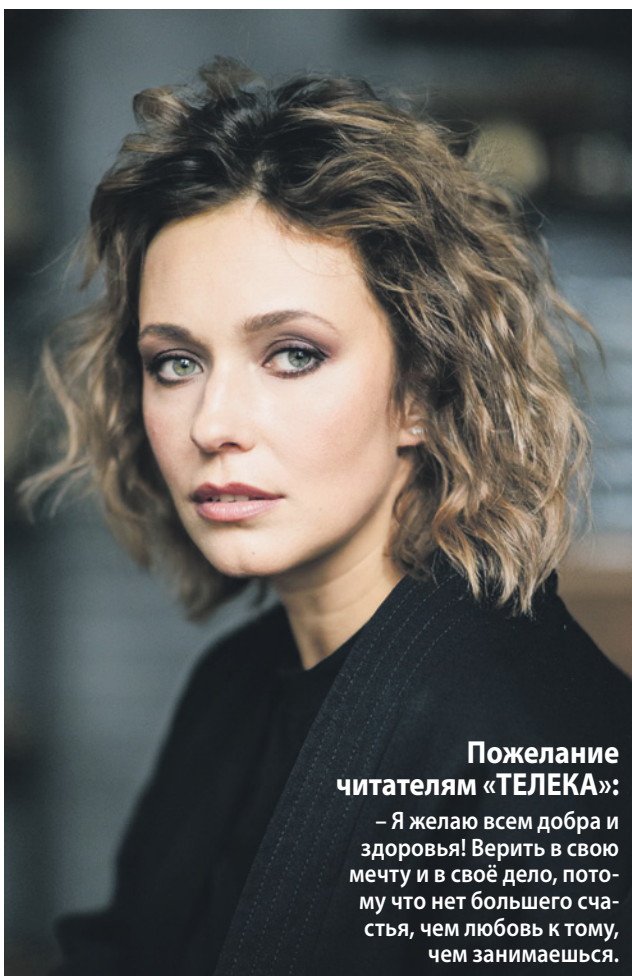
– Галина – женщина, убежавшая от своего прошлого, живет со взрослой дочерью. Постоянно в страхе, что бывший муж ее найдет, переживает за дочь. Личная жизнь не устроена, все сама. Работает в больнице. Но когда рядом с ней появляется главный герой и когда она понимает, что этот человек всеми силами пытается доказать правду, ей становится безразлична опасность. Она помогает главному герою и, конечно, влюбляется!

– Как и где проходили съемки?

– Съемки проходили в Минске и его пригороде. Я очень люблю этот город.

Светлана СМЕРНОВА-МАРЦИНКЕВИЧ:

/// Кино – это лучшее, что со мной случилось!



Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Я желаю всем добра и здоровья! Верить в свою мечту и в своё дело, потому что нет большего счастья, чем любовь к тому, чем занимаешься.

Там огромное количество родственников. Семья моей бабушки во время Второй мировой войны переехала в Минск. Бабушке было тогда восемь лет. И для меня Минск – особенный город! С ним связаны такие проекты, как «Обратная сторона Луны», «Город невест», «С чистого листа», «Жизнь Маргариты» и теперь «Один за всех»!

Секреты профессии

– Какие ещё проекты (кино-, теле- и театральные) занимают сегодня ваше внимание?

– В данный момент в параллель у меня идут три проекта. Я не могу про все рассказывать, но один занимает все мои мысли. Это историческое кино про 1954 год. Как-нибудь позже я расскажу о нем!

– Вы учились у народного артиста РФ Семёна Спивака, даже поработали в его театре под его руководством. Почему

ушли? Какие главные уроки преподнёс Спивак?

– Уроков было много, на протяжении всей учебы, а это пять лет! Спивак – очень талантливый человек! И я благодарна, что благодаря актерско-режиссерскому курсу узнала столько секретов не только про актерскую профессию, но и про режиссуру. Ушла, потому что влюбилась в кино. С первого взгляда. Кино – это лучшее, что со мной случилось!

В режиссуре как дома

– Судя по всему, вам было мало актёрской профессии, если решили взяться за режиссуру и сняли короткий метр. Тяжело дался этот опыт? Как приняла вашу картину и есть ли желание дальше погружаться в эту историю?

– Мне действительно мало актерской профессии! Я много пишу, одна и с командой друзей. Конкретно эту короткометражку на-

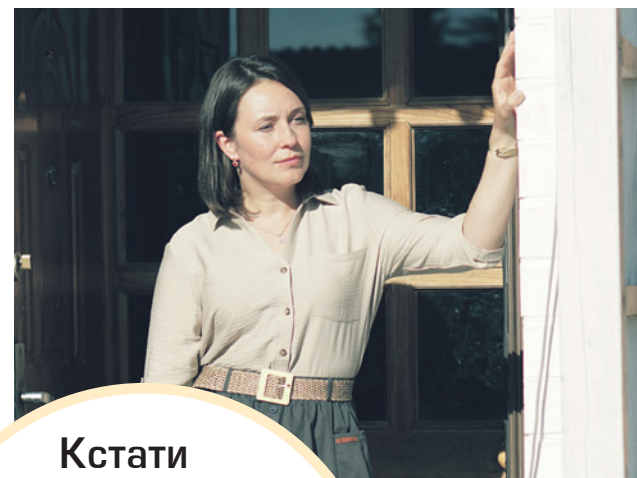
Дословно Эстетика во всём

– Как относитесь к критике?

– Когда была маленькая и только выпустилась из театральной академии, было очень сложно... В сети писали столько гадостей, что иногда плакать хотелось. Но потом, с возрастом и опытом, понимаешь, что все эти слова – такая ерунда... Честно, я просто не читаю это и не трачу свое время. Лучше с детьми поиграю или на велике погоню.

– Чему-то ещё творческому и необычному хотели бы научиться?

– Мне интересны разные спортивные умения: езда на мотоцикле, бокс, прыжки с парашютом. И, конечно, операторское искусство! Вообще, эстетика красоты в любом своем проявлении меня очень интересует.



Кстати

Планы на отдых

– Лето позади. Удалось отдохнуть? Или отдых ещё впереди?

– Отдохнуть удалось урывками. Например, съездить на Ладогу и покататься. Провести вечер с семьей и поиграть в настольные игры. Покататься 30 км на великах по Питеру с мужем. А если честно, надеюсь улучшить пару дней и сгонять с сестрой и подружкой в Турцию и не думать ни о чем!

писала сама, спродюсировала и сняла как режиссер. Это был незабываемый, очень интересный и приятный опыт! Понимаю, что это мое. Короткий метр пока не показан на фестивале, но мы ждем и надеемся на кинопродолжение и отклик!

– Какие темы вас волнуют? Если бы появилась возможность завтра начать съемки нового фильма, о чём бы он был?

– Я люблю темы одиночества, любви, семьи, дружбы, познания мира и открытия себя. Снимала бы про то, как мир великодушен, как можно всего достичь, если только захотеть и сделать первый шаг!

– Можно сказать, что на решение попробовать себя в режиссуре повлиял ваш муж – режиссёр театра Руслан Нанав? Как он оценил вашу дебютную работу?

– Нет (улыбается). Всегда восхищаюсь тем, что делает Руслан, но снята

короткий метр было чисто моим решением. Но я благодарна ему за помощь. Когда начались съемки, главный актер загремел в больницу, и Руслан (имея актерское прошлое) пошел навстречу и сыграл главного героя в моем коротком метре!

Династии быть?

– Вы очень востребованная актриса, замужем за востребованным режиссёром. Как находите время на воспитание детей? Кто помогает?

– Нам очень помогают наши родители! Хотя они тоже очень востребованы! (Улыбается). Но они безвозмездно и с такой любовью берут карапузов, когда я на съемках, а Руслан в театре! Я счастлива, что у меня нет няни, но есть бабушки и дедушки. Пусть они будут здоровы и счастливы долгие годы!

– Есть желание, чтобы дети продолжили актёрскую династию? Ваш сын уже снимался с вами в кино.

– На самом деле чувства смутные. Наша профессия – совсем не подарок, как может показаться на первый взгляд. А для детей всегда хочется самого лучшего, поэтому берут сомнения... Но как будет, так будет. Никто их протаскивать и протезировать не собирается. Например, старший сын моей сестры в этом году самостоятельно поступил в институт кино и телевидения! Ну как тут не сослаться на гены и продолжение династии? (Смеется.)

Александр АНОХИН

Героиню Анны Снаткиной ждут испытания

Начались съёмки третьего сезона рейтингового сериала «Два холма». Это комедийная антиутопия о мире победившего матриархата. Режиссерское кресло занял Сергей Малюгов, а к своим ролям вернутся полюбившие зрителю Пелагея Невзорова, Анна Снаткина, Владимир Епифанцев, Светлана Камынина, Андрей Скороход, Жанна Эппле, Филипп Бледный, Ольга Веникова, Дмитрий Белоцерковский, Валерий Скороков, Виктор Васильев и другие. В новом сезоне к проекту также присоединились Арина Постникова, Владислав Ветров, Илья Лыков и Олег Комаров.

– Третий сезон «Двух холмов» будет более событийным, но мы по-прежнему говорим со зрителями об актуальных проблемах через уникальный визуальный стиль и тонкую иронию, – рассказывает исполнительница одной из главных ролей Анна Снаткина. – Поклонники сериала вновь увидят знакомую им вселенную, но не в идеальном ее виде, а после апокалипсиса, и мою героиню ждут серьезные испытания...

Фото онлайн-кинотеатра START



Дмитрий Хрусталёв стал ведущим шоу «Родня»

На Первом канале – премьера нового проекта «Родня». Это музыкальное шоу, в котором поют близкие родственники очень известных звезд нашей эстрады. В большой студии соберутся 100 игроков со всей страны и попытаются угадать, чей же брат, кум или сват так лихо выступает перед ними на сцене. Ведущим шоу стал Дмитрий Хрусталёв.

– Звезды театра, кино, телевидения, спорта... Порой кажется, мы знаем о них все: чем они завтракают, как зовут их питомцев, сколько обуви в их гардеробе, – говорит Дмитрий Хрусталёв. – Но так ли все очевидно? «Родня» – новое музыкальное шоу, где звездами становятся те, кого если и попросят спеть, то только на семейной вечеринке...

Фото Первого канала



Юра Борисов попал на «Девятую планету»

Начались съёмки фантастической киноленты с Юрой Борисовым в главной роли. Фильм называется «Девятая планета». Это история о простом автомеханике, который неожиданно начинает вспоминать странные вещи: службу на далекой планете, схватки с чудовищами, девушку Полину... Правдивы ли эти воспоминания? Кто и почему изменил ему память? Режиссером стал Николай Рыбников. Кроме Юры Борисова, в фильме снимаются Ирина Старшенбаум, Алексей Серебряков и другие актеры.

– В сегодняшнем столь динамично меняющемся мире иногда очень важно, давая зрителю возможность развлекаться, попутно заставить его и задуматься, – говорит один из продюсеров фильма Тина Канделаки. – «Девятая планета» как раз дает эту пищу для размышлений. Получая удовольствие от фантастического аттракциона со всевозможными монстрами и далекими планетами, зритель еще и задумается о том, что такие базовые вещи, как дружба и любовь, в каком бы мире мы ни жили: роботов, пришельцев или землян, – все равно всегда останутся ключевыми для любого человека.

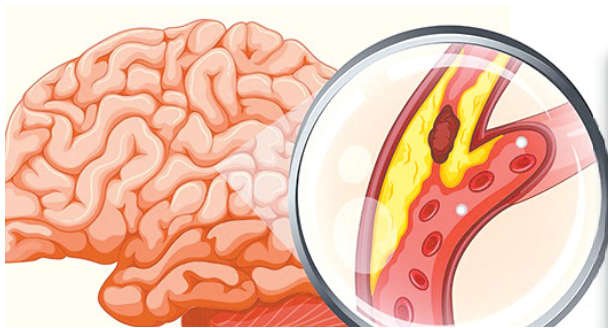
Съемки продлятся до ноября и пройдут в Москве, Марокко и на Сокотре (остров на северо-западе Индийского океана недалеко от входа в Красное море).

Фото пресс-службы фильма

Карина Андоленко сыграет в детективе

В Москве начались съёмки 16-серийного детектива «Мёртвая точка». Это история о юристе по жилищному праву Рите Галич, отца которой обвинили в убийстве. Она не верит в его виновность и начинает собственное расследование. В ходе дела Рита выходит на преступную группировку, причастную к нескольким убийствам. Но одной ей не справиться, и она просит помощи у известного адвоката Козака (Иван Колесников) и бывшего опера Одинцова (Алексей Матюшин). Втроем они смогут не только доказать невиновность Ритиного отца, но и предотвратить другие преступные деяния. Сериал покажут на телеканале НТВ.

СТУДЕНТ-ВУНДЕРКИНД СОЗДАЛ ФОРМУЛУ, КОТОРАЯ ЧИСТИТ СОСУДЫ И МОЖЕТ ПОМОЧЬ УСТРАНИТЬ ГОЛОВНЫЕ БОЛИ, НОРМАЛИЗОВАТЬ ДАВЛЕНИЕ, НАЛАДИТЬ РАБОТУ МОЗГА И СЕРДЦА



Чистые сосуды – основа здоровья. Через сосуды кровь несет клеткам питательные вещества и кислород. Если они забиваются, страдает питание клеток, и они начинают хуже функционировать. Это может привести к различным заболеваниям. Кроме того, по забитым сосудам крови двигаться сложнее. Организм вынужден поднимать давление, чтобы ее протолкнуть. Это приводит к гипертонии и связанными с ней болезнями.

Ранее эти проблемы лечились в основном симптоматически, но недавно молодому российскому студенту удалось совершить прорыв в области медицины. Он придумал натуральную формулу, по-



зволяющую качественно прочистить сосуды. Эта формула способствует снижению артериального давления, улучшению питания клеток, устранению проблем со здоровьем.

Заграничные фармацевтические компании хотели выкупить формулу россиянина за огромные деньги, но настоящий патриот своей Родины отказался. Ему бы-

ло важно, чтобы она была доступна для всех соотечественников. У молодого ученого личный мотив – годами ранее от инсульта умерла его мама, которая не могла себе позволить дорогое лечение. Поэтому студент решил, что его формула будет доступна для всех.

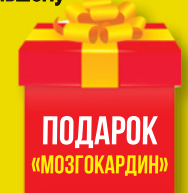
На ее основе был создан сироп «Мозгокардин». Он включает в себя экстракты родиолы розовой, вишни, мяты, плодов аронии, зверобоя, плодов лимонника, витаминный премикс. Совместное действие этих компонентов способствует нормализации давления и уровня холестерина, налаживанию сердечного ритма, устранению головных и сердечных болей, избавлению от головокружения, онемения конечностей и депрессии.

«Мозгокардин» можно использовать для профилактики и в комплексной реабилитации после инфаркта и инсульта. Сироп содействует улучшению памяти, сна, внимания и настроения.

«Мозгокардин» может помочь эффективно прочистить сосуды, а значит, вернуть здоровье всему организму. Начните принимать его прямо сейчас, чтобы быстрее обрести желанное самочувствие!

СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»

В рамках Всероссийской программы по улучшению здоровья населения мы предоставляем каждому позвонившему



Для этого сделайте 2 простых шага:

1. ПОЗВОНТЕ по телефону **8-800-302-30-30** и назовите промокод акции **2409**

2. СОВЕРШЕННО **БЕСПЛАТНО** получите Ваш **ПОДАРОК*** – «Мозгокардин»

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!

Акционное предложение действует до 4 ноября 2024 г.

ЗВОНКИ БЕСПЛАТНЫЕ!

Доставка за счет производителя!

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА НЕ ЗАМЕНЯЕТ ПОЛНОЦЕННОЕ И СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ

ИП Лутова Юлия Александровна. ИНН: 027702311387. ОГРНИП: 320028000047860. 450022, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Минигали Губайдуллина, д. 25/1, кв. 58. Срок проведения акции до 4 ноября 2024 г. * Информацию об организаторе акции, правила ее проведения, количество подарков, сроки, место и порядок их получения можно узнать по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). РЕКЛАМА.

Совсем скоро на канале ТНТ поклонники увидят любимую актрису в третьем сезоне сериала «Бедный олигарх».

Яна с удовольствием приняла предложение сняться в этом фильме не только потому, что в партнерах замечательные актеры Максим Лагашкин и Владимир Сычев, но еще потому, что играть подобно ей раньше не приходилось.

Это вам не Шекспир!

— Яна, почему вам сразу понравилась ваша героиня и чем именно?

— Никогда прежде мне не доводилось играть деревенских простушек. А тут вдруг предложили роль сельской женщины. И я в этом образе «зажигала» по полной, мне дали возможность похулиганить. Художники по гриму сумели «победить» мой греческий профиль и стильный холодный блонд. Вместо него сделали накладку с челкой желтоватого цвета, нахлобучив ее на лоб. И я придумала своей Ритке определенную манеру поведения, которая дополнила ее образ.

Под чарами Казановы не устояла

— Ещё не вышла на экраны предыдущая картина, а вы уже заняты в съемках второй части популярного сериала «Казанова-2» для Первого канала...

— Когда я готовилась к кастингу, решила посмотреть одну серию первого сезона этого фильма и — не смогла оторваться, посмотрела все восемь серий вместо одной. Потрясающая история, пре-

Яна КРАЙНОВА:

Слушайте голос сердца

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

— Слушайте в первую очередь себя. Слушайте голос сердца, а не свои мысли, они уже вторичны. Научитесь доверять интуиции и держать контакт с самим собой. Потому что никто лучше вас не знает, что правильно для вас, а что нет.



красный Антон Хабаров (Казанова), который на протяжении одной серии перевоплощается в несколько разных персонажей. Роль — мечта для любого актера. Я счастлива была сыграть одну из девушек, попавших под его чары. Моя героиня — эстонка, а поскольку я родом из Латвии, давно хотела сыграть прибалтку, использовать акцент. Прибалтику мы снимали в Петербурге и Выборге в очень красивых локациях.

— Съёмки «Казановы» закончились, и вы едете на площадку уже другого проекта...

— Да, началась работа в нуаровой детективной истории для канала НТВ и платформы PREMIER. История «замешана» на деньгах, на семейных скелетах в шкафу. Так что у меня большой объем работы. За два последних месяца посетила еще несколько фестивалей, где исполняла песни из кинофильмов.

«Люблю паузы не только на сцене»

— Когда смотришь за вашими передвижениями в соцсетях, диву даёшься: откуда столько сил и энергии?

— Я с рождения обладаю завидной энергией. Плюс с годами научилась пополнять и восстанавливать свои ресурсы. Когда я в Москве, то соблюдаю

душевное здоровье. И мне всегда хочется работать.

— Со стороны кажется, что вы всё время куда-то спешите, не делая остановок. Но, пообщавшись, понимаешь, что это не так. Как уживаются в вас две половинки — внутренняя и внешняя?

— Я не бегу, я просто сама по себе быстрая, с хорошей реакцией, не все так умеют. Кто-то панда, а я рысь, могу быстро бегать, и мне это нравится. При этом мне необходимы паузы. То, что я демонстрирую внешне, — это одно, а моя внутренняя жизнь — совсем другое. Я очень люблю самолеты и поезда, благословенные часы, когда ты можешь заниматься собой. В этом плане особенно хороши самолеты, в них нет интернета.

Путешествия раздвигают горизонты

— Что ещё для вас так же важно, как работа?

— Наверное, путешествия. Постоянно видеть новое, расширять горизонты, знакомиться с новыми людьми — душевная необходимость. Меня это очень заряжает. Всем рекомендую как можно чаще отправляться в дорогу.

— Довольны тем, как складывается творческая биография?

Кстати Гвозди — против мешанины в голове

— В одном интервью вы сказали, что каждое утро просыпаетесь счастливой. Это состояние души или работа над собой?

— Я умею быть счастливой. И секрет в том, что я просыпаюсь с благодарностью к каждому дню.

— Знаю, что вы стоите на гвоздях. Что вам это даёт?

— Гвозди — как полет в космос на ракете, только этой ракетой являетесь вы сами. На стопах ног сосредоточено много точек, отвечающих за внутренние органы, и, стоя на гвоздях, мы их стимулируем, активизируем и тем самым омолаживаем организм. Ты будто нажимаешь кнопку перезапуска себя самого, как на физиологическом уровне, так и на ментальном. Таким образом, уходит все ненужные мысли. Я часто использую гвозди, когда в моей голове происходит мыслемешалка, когда не могу успокоиться или принять решение.

— Я вообще довольна тем, как живу, потому что сама выстраиваю свою судьбу, без какой бы то ни было поддержки. Сама выбирала профессию, сама выбирала город, в котором сейчас живу. Я обожаю свою жизнь вместе со всеми ее препятствиями, потому что они дают возможность роста. И я горжусь собой, теми знаниями, которые приобрела, и тем, сколько ненужного убрала из головы и души.

Мария СУХАНОВА

Фото Дарьи Орловой. Из личного архива Яны Крайновой

ТНТ объявил о старте шоу «Вызов. Китайский сезон»

Новый сезон спортивно-развлекательного реалити выйдет в эфир телеканала 10 сентября в 18.00.

Впервые в истории шоу сезон станет международным: наравне с участниками из России в нем примут участие и гости из Китая. ТНТ проведет невероятный социальный и лингвистический эксперимент по взаимодействию двух культур — российской и китайской. Съёмки проекта прошли в Вологде — месте, где много веков назад проходил Великий чайный путь из Китая в Европу, а также месте, ко-

торое сохранило русские традиции и обычаи. Всего в проекте принимают участие 20 человек — по десять с каждой стороны. В каждой команде по пять представителей из мира звезд кино, интернета и телевидения, и по пять представителей из мира науки.



В российской команде за главный призовой фонд в 10 миллионов рублей будут бороться танцовщик Антон Пануфник, блогер Женя Ершов, актриса и комик Мария Кравченко, актер Павел Комаров, телеведущая

Анжелика Стубайло, кардиохирург Дмитрий Огнерубов, специалист по радиоэлектронным системам Адель Ярова, пилот малой авиации и специалист по космической физиологии

Яна Миняйло, программист Анастасия Суворова, а также телеоператор Денис Шум. Участники будут проходить самые разные испытания на силу, выносливость, смекалку и логику. Для кого-то они могут показаться сложными, но в борьбе за 10 миллионов рублей не должно быть легко.

Чтобы участникам из Китая было комфортно адаптироваться к российским реалиям и особенностям широкой русской души, в новом сезоне проекта тандем ведущих Дмитрия Губерниева и Натальи Поповой превратится в трио. В шоу появится их коллега — китайская звезда и актриса Фэйя Цзоу.

Фото телеканала ТНТ

Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА»

Победителем русского сезона реалити-шоу «Последний герой» на ТВ-3 стал комик Дмитрий Конышев. С самого начала он проявил себя сильным игроком, неоднократно побеждая в самых разных испытаниях проекта.

В конце даже стал раздражать этим своих соперников. Он уверенно шел к победе и вырвал ее в финале у блогера Николая Сердюкова и юмориста Ивана Пышненко. О своем пути на культовом реалити – в нашем интервью.

Впору внукам рассказывать

– Дмитрий, русский сезон «Последнего героя» на ТВ-3 позади. Сейчас, оглядываясь на это испытание, с какими чувствами вспоминаете Алтай, берег Телецкого озера, команды «Медведей» и «Волков»?

– С самыми теплыми! Это классный опыт, крутой факт в биографии человека: «Я участвовал в «Последнем герое», а в моем случае: «Я победитель «Последнего героя». Можно будет потом сидеть в деревне на лавочке и рассказывать своим внукам, какой у них крутой дед, показывать фотографии.

– Финал шоу уже показан по телевидению. Расскажите о съемках именно этого, заключительного эпизода. С каким настроением вы вышли на площадку, о чём думали, как морально готовились к заданиям?

– Невозможно подготовиться к какому-либо испытанию морально. Мне кажется, человек должен быть изначально морально

Дмитрий КОНЫШЕВ:

Даже не допускал мысли о проигрыше!

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Верьте в себя, в свои силы и побольше времени проводите с родными и близкими.



Детали Упёртость – это навсегда

– Удалось благодаря «Последнему герою» узнать что-то новое о себе самом?

– Не сказал бы. Просто в очередной раз убедился, что я очень упёртый человек. Я всегда знал, что я такой, но попробовал себя в новом проекте, и это подтвердилось.

готовым к этому проекту. Я шел на финальное испытание с четкой мыслью, что должен выиграть, несмотря ни на что. У меня всегда присутствует чемпионский настрой, всегда хочется добиться высоких целей, наград. Я шел побеждать – только это было в голове.

Я старался даже не допускать мысли о проигрыше, потому что когда ты начинаешь хоть немного об этом думать, то с огромной вероятностью и испытание проиграешь. То есть ты проигрываешь испытание еще до его начала, если допускаешь такие мысли.

те были детство, проведенное в деревне, и чувство юмора. Какие деревенские навыки особенно пригодились?

– Да, действительно, я все детство провел в деревне. Мы строили шалаши, плели какие-то вещи из веток. Поэтому я просто в целом не боялся грязной работы, мог спокойно поковыряться в грязи, например. Также я не боялся комаров и прочих насекомых, которые обычно бывают на природе.

Кавээнщики и скромность

– Кавээнщику наверняка нетрудно найти общий язык с кем угодно. И всё-таки, с кем удалось сразу наладить контакт, а с кем было сложно?

– Я не сказал бы, что именно потому, что я кавээнщик, мне легко удалось найти со всеми общий язык. Есть кавээнщики, которым, наоборот, это дается сложно. Просто я вот такой обаятельный, харизматичный, веселый. Скромный (смеется). Я со всеми ребятами общался на проекте, просто с кем-то больше, с кем-то меньше. И это нормально.

– А с кем из участников продолжаете общаться после шоу?

– До сих пор общаемся с Давидом, Надей Ангарской, Ваней Пышненко, с Аланом, с Колей. Со многими поддерживаем общение, но с теми, кого перечислил, в большей степени.

Обратно в цивилизацию

– Когда вы отправлялись на «Последний герой», жена и дети вас поддержали. Потом связи с ними долго не было. А что они сказали, когда узнали, что вы стали победителем?

– Все меня поддерживали, все хотели, чтобы я выиграл, хотя говорили, что я уже и так победитель. Но когда выиграл, конечно, все обрадовались.

– Что в первую очередь сделали, вернувшись домой? По какой еде/удобствам/благам цивилизации особенно скучали?

– Я всегда говорил, что самое главное – комфортный туалет. Вернувшись домой, помылся в нормальном душе, лег спать на кровати, а не на ветках. Соскучился по таким простым бытовым вещам.

– Позади уже два крупных телепроекта с вашим участием – «Лига городов» и «Последний герой». Что дальше? Чем порадуете в новом теле-сезоне?

– Дальше буду развиваться в направлении стендапа. Если позвонят, с удовольствием снимусь в каком-нибудь сериале. А так – будет еще третий сезон «Лиги городов» на ТНТ, и я вновь решил в нем участвовать.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ



На одном из испытаний с «медведем» Иваном Пышненко.

Спасибо детству в деревне!

– Какое задание за всё время съёмок оказалось самым сложным для вас?

– В каждом испытании были плюсы и минусы. Больше всего выдохся и отдал физических сил на самом первом испытании, где мы таскали лестницу. Было сложно на испытании, где надо было держать мешок в руке, потому что у меня были травмы рук. Но какое-то конкретное испытание не могу выделить, все было в меру сложным.

– В интервью вы рассказывали, что вашими помощниками на проек-

Дмитрий Щугорев представит авторский цикл «Мегаполия»

5 сентября телеканал Москва 24 представляет премьеру сезона – авторский цикл документальных фильмов Дмитрия Щугорева «Мегаполия».

Москва за последнее десятилетие сильно изменилась и стала одним из лидеров среди крупнейших мегаполисов мира. Главный редактор телеканала Москва 24 Дмитрий Щугорев расскажет о происходящей со столицей трансформации и сделает это весьма нетривиальным образом. Впервые в жизни он сядет за руль гоночного болида, проплывет на буксире по Москве-реке, заберется на крышу «Красного Октября», на себе проверит работу аэроди-

намической трубы, навестит пчел на деревенской пасеке, протестирует «Москвича б», а следом сравнит его с конной упряжкой начала XX века.

И все это ради одного – показать, что видимые изменения в городе неслучайны, имеют четкую закономерность и являются частью глобальных урбанистических трендов. Он покажет и объяснит, что все улучшения в столице не ситуативные и локальные решения, а часть сложной, продуманной и всесторонней стратегии городского развития.

Фото Антона Великжанина, предоставлено каналом Москва 24



Когда мы слышим слово «котлета», на ум в первую очередь приходит хорошо знакомое блюдо из рубленого мяса. Однако делают котлеты не только из мясного фарша, но и из рыбы, птицы, овощей.

Приготовить вкусные котлеты совсем не сложно, нужно лишь знать несколько секретов, которые мы вам сегодня с радостью откроем. Основой мясных или рыбных котлет является фарш, который очень просто сделать, прокрутив мясо или филе рыбы через мясорубку. В некоторых случаях – как, например, с пожарскими котлетами – предпочтительнее использовать не мясорубку, а тяжелый острый нож, тогда котлеты приобретают особую консистенцию и сочность. Кстати, именно для сочности в фарш добавляют размоченный в воде или молоке хлеб. Вкус котлет улучшают с помощью лука – предварительно обжаренного или сырого. А еще – чеснока, специй, зелени. Нередко в фарш добавляют тертый картофель, тыкву, кабачки.

Яйца в фарш для котлет лучше не добавлять – белок яйца, конечно, надежно скрепляет все ингредиенты, но и отнимает у котлет пышность и нежность, делает их жесткими. Для того чтобы котлеты не распадались при жарке, готовый фарш лучше всего хорошо выбить: собрать в шар, несколько раз поднять над миской и с силой бросить обратно. Перед жаркой сформированные котлеты можно обвалять в муке, панировочных сухарях, манке – для образования нарядной румяной корочки.

Кончилось лето – жарим котлеты

Пожарские котлеты

Русская кухня. На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 241 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 800 г куриной грудки б/к
- 400 г телятины
- 200 г сливочного масла
- 200 мл сливок 20 %
- 1 крупная луковица
- 2 куса черствого белого хлеба
- 1 стакан панировочных сухарей
- топленое масло
- молотый черный перец
- соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Хлеб залить сливками (корочки обрезать), оставить на 10-15 минут.
- 2 Нарезать мелкими кубиками (5x5 мм) 150 г сливочного масла, убрать в морозилку.
- 3 Лук нарезать очень мелкими кубиками, обжарить на оставшемся масле до золотистого цвета, дать остыть.
- 4 Мясо и куриную грудку нарезать небольшими кусочками и порубить тяжелым ножом в фарш.
- 5 В фарш добавить замоченный хлеб (вместе со сливками), жареный лук (вместе с маслом, на котором он жарился), посолить, поперчить, тщательно перемешать, хорошо отбить.
- 6 Добавить в фарш замороженные кубики масла, перемешать, быстро сформировать продолговатые котлеты, обвалять в панировочных сухарях, убрать в холодильник на 20-30 минут.
- 7 Жарить котлеты, часто переворачивая, на топленном масле на среднем огне до золотистой корочки; подавать очень горячими.



Котлеты Валленберг

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

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 600 г телячьей вырезки
- 3 яйца
- 250 мл сливок 35 %
- панировочные сухари
- сливочное масло
- молотый белый перец
- соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Отделить желтки от белков (белки не понадобятся).
- 2 Мясо три раза пропустить через мясорубку.
- 3 В фарш добавить желтки и сливки, посолить, поперчить, взбить венчиком до однородности.
- 4 Сформировать небольшие котлетки (лучше делать это мокрыми руками), обвалять в панировочных сухарях, обжарить на сливочном масле.

Котлеты из свинины с цукини

Европейская кухня. На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 169 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 800 г свиного фарша
- 1 молодой цукини
- пучок зелени
- мука
- растительное масло
- 1 луковица
- молотый черный перец
- соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Лук нарезать кубиками, цукини натереть на терке, зелень нарубить.
- 2 Лук обжарить, дать немного остыть.
- 3 В фарш добавить лук, цукини, зелень, посолить, поперчить, хорошо перемешать, убрать в холодильник на полчаса.
- 4 Из фарша сформировать небольшие котлеты, обвалять в муке.
- 5 Обжарить котлеты со всех сторон, довести до готовности в разогретой до 170 градусов духовке.

Котлеты в беконе

Итальянская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 201 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 500 г мясного фарша
- 500 г хлебных крошек
- 250 г рикотты
- 150 г бекона (тонкими полосками)
- 100 г кедровых орехов
- 1 луковица
- 1 яйцо
- 2-3 зубчика чеснока
- 1 ст. л. тертого пармезана
- пучок петрушки
- 2-3 веточки базилика
- растительное масло
- молотый черный перец
- соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Лук нарезать мелкими кубиками, орехи крупно порубить, чеснок и зелень измельчить.
- 2 Лук и орехи обжарить на растительном масле, постоянно помешивая (3-5 минут), добавить чеснок, жарить еще 1 минуту, снять с огня и дать остыть.
- 3 Рикотту размять вилкой, добавить яйцо, пармезан, зелень и хлебные крошки, перемешать.
- 4 В мясной фарш добавить обжаренные продукты, смесь перемешать, убрать в холодильник на 1 час.
- 5 Из охлажденного фарша сформировать небольшие плоские круглые котлеты, обернуть каждую полоской бекона, закрепить зубочисткой.
- 6 На сковороде хорошо разогреть масло, обжарить котлеты на сильном огне с каждой стороны (3-4 минуты), убрать огонь до небольшого, накрыть сковороду крышкой, готовить котлеты еще 8-10 минут.

Сочные котлеты из птицы с хрустящей корочкой

Европейская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 151 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 500 г мяса птицы (индейка, курица)
- 3 куса белого хлеба
- 100 мл сливок 20 %
- 2 яйца
- 1 луковица
- 70 г сливочного масла
- небольшой пучок зелени
- мука
- панировочные сухари
- растительное масло
- молотый черный перец
- соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Сливочное масло убрать в морозилку.
- 2 Хлеб замочить в сливках (корки срезать).
- 3 Мясо вместе с луком и зеленью пропустить через мясорубку 2 раза.
- 4 Фарш посолить, поперчить, добавить 1 яйцо, размокший и слегка отжатый хлеб, тщательно вымесить.
- 5 Подмороженное масло натереть на крупной терке, расположив ее над емкостью с фаршем.
- 6 Фарш еще раз быстро перемешать, сформировать небольшие плоские котлеты, убрать в холодильник на 15-20 минут.
- 7 Каждую котлету обвалять в муке, затем окунуть во взбитое до однородности яйцо и обвалять в сухарях.
- 8 Жарить котлеты на растительном масле на среднем огне с обеих сторон до аппетитной корочки.

Самое трудное в занятиях фитнесом в зале – переступить через его порог. Кажется, что все будут оглядываться вам вслед, обсуждать несовершенства вашей фигуры и хихикать за спиной.

Стеснение зашкаливает, и ни о каких комфортных тренировках речи быть не может. Как преодолеть этот психологический рубеж?

Вы боитесь новизны

Если вы никогда не ходили в спортзал, то это даже нормально – бояться туда пойти. Наша психика, наш мозг любят все знакомое и привычное, а новое – это всегда страшно. К счастью, практически во всех спортзалах и фитнес-центрах есть бесплатное пробное занятие. Это как сделать первый шаг и там уже на месте посмотреть, насколько вам занятия нравятся. А если вы не знакомы с тренажерами и боитесь выглядеть неумехой, то и здесь страх напрасный – вам обязательно какой-либо тренер проведет экскурсию по залу и, в зависимости от вашего запроса, подскажет, на каких тренажерах лучше работать, и объяснит технику безопасности.

Вам мешают фантазии

Посетители спортзала представляются нам какими-то суперлюдьми с идеальной фигурой, как с обложки журнала. На самом деле в спортзал ходят самые обычные люди, поддерживающие здоровье и сбрасывающие лишний вес. Поэтому не думайте, что будете выглядеть как-то иначе и все взгляды будут прикованы к вам. Каждый человек в спортзале озабочен только собой и своей фигурой – ради этого, собственно, все и ходят на занятия.

ФИТНЕС-ЗАЛ: отбросьте стеснение и сомнения



Вас мучает неуверенность

Вы можете сомневаться в том, что получится сбросить лишний вес, что у вас будет подтянутое тело. Мол, у вас гены какие-то не такие, или нет силы воли, или... Этот список можно продолжать. На самом же деле достаточно делать небольшие, но регулярные шаги для своей стройности. Для начала достаточно пару раз в неделю ходить в спортзал. А по мере того, как вы начнете втягиваться и получать удовольствие от спорта, можно увеличить частоту занятий. Но не переусердствуйте! Отдых от спорта тоже важен.

Татьяна МИХАЛЁВА

Мнение специалиста

Шаги к лучшей версии себя

Разобраться с мотивацией нам поможет клинический психолог Марина Даренкова.



– Есть ли в психологии методы, упражнения, которые помогут себя принять, подружиться с собой, чтобы не стесняться лишнего веса, пойти в спортзал?

– Принятие себя и своего тела – это непросто, но это важный шаг для улучшения общего самочувствия и психического здоровья. Вот несколько методов, которые могут помочь в этом процессе:

- Позитивные affirmации (установки). Например, негативную родительскую установку из детства: «Какая ты у нас толстая и некрасивая» можно поменять на позитивную и постоянно говорить себе: «Я ценю и люблю свое тело», «Мое тело заслуживает заботы и уважения».
- Поддержка со стороны друзей и близких, которые принимают

вас любой. Социальная поддержка усиливает эмоциональную устойчивость и помогает справиться с трудностями.

• Физическая активность. Упражнения помогают улучшить отношение к своему телу. Важно выбрать те виды активности, которые приносят радость, а не ощущение «наказания».

– Как не комплексовать, находясь рядом с тренером и сравнивая себя с ним/с ней?

– Напомните себе, зачем вы здесь. Ваша цель – это улучшение здоровья, повышение энергии и самочувствия. Тренер – ваш помощник, а не судья. Важно помнить, что прогресс приходит поэтапно и даже маленькие шаги вперед – это победа. Не бойтесь спрашивать и задавать вопросы. Когда вы понимаете, что делаете упражнение правильно, уверенность автоматически повышается. Каждый ваш шаг в тренажерный зал – это шаг к лучшей версии себя!

Фото: www.shutterstock.com и из личного архива Марины Даренковой

АСД – СОВЕТСКИЙ ОТВЕТ АМЕРИКАНСКОЙ ЯДЕРНОЙ БОМБЕ! УНИКАЛЬНОЕ СРЕДСТВО, КОТОРОЕ МОЖЕТ ПОМОЧЬ ВОССТАНОВИТЬ ЗДОРОВЬЕ ДАЖЕ В САМЫХ ТРУДНЫХ СИТУАЦИЯХ

После нанесения ядерных ударов по Хиросиме и Нагасаки советское правительство поняло, что от США можно ожидать чего угодно. Поэтому начало вести активную работу не только над усилением своего ядерного арсенала и систем противовоздушной обороны, но и над тем, чтобы обезопасить здоровье жителей страны от последствий возможного ядерного удара.

Лучшим советским умом было поручено создать средство, способное защитить людей от опасного воздействия радиации. Над созданием инновационного препарата трудились десятки научных лабораторий. Решить задачу удалось группе ученых, которой руководил Алексей Власович Дорогов. Научные работники смогли не просто выполнить государственный заказ, но и сотворить нечто большее – средство, которое может помочь вернуть здоровье даже в самых сложных ситуациях.

АСД, или «чудо XX века»

Готовый продукт получил название АСД (Антисептик Стимулятор Дорогова). Он представлял собой биогенный стимулятор и адаптоген, содействующий устранению любых нарушений в организме. Препарат способствовал регуляции об-



Дорогов Алексей Власович, ученый



менных процессов в клетках и восстановлению поврежденных тканей.

АСД прошел испытание сначала на заключенных, а потом на военных медиках. В 94% случаев он содействовал полному выздоровлению при самых разных болезнях. После успешного прохождения клинических испытаний препарат стал пользоваться популярностью у высших партийных чиновников СССР.

Известно, что даже мать Лаврентия Берии пользовалась этим продуктом и он

ей очень помог. Правда, высокая эффективность препарата сыграла с ним злую шутку. Берия в письме Сталину написал: «Официальное медицинское применение АСД неминусом приведет к уменьшению сроков лечения большинства заболеваний и к снижению промышленного выпуска многих лекарственных средств, увеличит среднюю продолжительность жизни нетрудоспособного населения СССР, что приведет к необоснованным нагрузкам на Пенсионный и Жилищный фонды». Возможно, это и повлияло на то, что о препарате «забыли» на долгое время.

На пороге нового конфликта

В последние годы ситуация с Западом вновь стала накаляться. Поэтому ученые снова занялись поиском средства, способного помочь защитить здоровье людей в случае непредвиденных обстоятельств. Когда подняли секретные медицинские архивы, выяснили, что изобретать ничего не нужно. Готовое средство уже есть – АСД-2.

Изучив его формулу при помощи современных технологий, ученые поняли, что АСД-2 – это активизатор всех процессов в организ-

ме. Это вещество, производимое из тканей животных путем высокотемпературной возгонки, соответствует структуре живой клетки. Именно поэтому оно легко проходит тканевый и плацентарный барьеры и может активно вступать в обменные процессы, способствовать укреплению иммунитета, восстановлению структуры клеток, тем самым обеспечивая правильную работу всех органов и систем.

Когда можно использовать АСД-2?

Это средство не только защищает от радиации, но и может быть эффективно при заболеваниях сердца и сосудов (гипертония, аритмия, стенокар-

дия, атеросклероз, тромбоз, варикоз), нервной системы, печени, болезнях ЖКТ (гастрит, панкреатит, язва, колит), глаз, ушей, суставов (артрит, артроз, остеохондроз), почек, эндокринной (диабет, ожирение, узлы на щитовидке) и дыхательной системы (бронхит, пневмония, астма), кожи (псориаз, экзема, дерматиты), мужских проблемах (аденома, простатит, импотенция), женском недержании мочи, слабом иммунитете (простуда, грибовые поражения, папилломы).

По этой причине на основании фракции Дорогова ученые создали универсальное средство для здоровья – фитосвечи «Неоф-

рактин». Они могут помочь избавиться от головных и суставных болей, нормализовать давление и уровень сахара, наладить пищеварение и работу эндокринной системы, вернуть здоровье коже, улучшить зрение и слух, укрепить иммунную систему, эффективны при симптомах мочеполювых заболеваний.

Чтобы испытать на себе действие этих свечей, не стоит ждать ядерного апокалипсиса. Вы можете начать применять их уже сегодня, чтобы улучшить здоровье и самочувствие. Фитосвечи «Неофракцин» с фракцией АСД – ваш верный путь к крепкому здоровью и долголетию!

СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»

ПОДАРОК «НЕОФРАКЦИН»

В рамках Всероссийской программы по улучшению здоровья населения мы предоставляем каждому позвонившему ПОДАРОК* – «НЕОФРАКЦИН»

Для этого сделайте 2 простых шага:

1. ПОЗВОНИТЕ по телефону **8-800-302-30-30** и назовите промокод акции **2509**
2. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО получите Ваш ПОДАРОК* – «Неофракцин»

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО

ОГРАНИЧЕННО! ЗВОНКИ БЕСПЛАТНЫЕ! ДОСТАВКА ЗА СЧЕТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ!

Акционное предложение действует до 4 ноября 2024 г.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ИП Лутова Юлия Александровна. ИНН: 027702311387. ОГРНИП: 320028000047860. 450022, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Минигали Губайдуллина, д. 25/1, кв. 58. Срок проведения акции до 4 ноября 2024 г. * С информацией об организаторе акции, правила ее проведения, количество подарков, сроки, место и порядок их получения можно узнать по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). РЕКЛАМА.

Сидячая работа укрепляет здоровье, увы, совсем не способствует. Количество заболеваний, возникающих от малоподвижного образа жизни, учёту не поддаётся.

Поэтому просто жизненно необходимо «разбавлять» рабочее время движением – например, простой гимнастикой, которая принесет нашему организму много пользы. Упражнения, которые мы вам сегодня посоветуем, можно выполнять и дома, и в офисе. Важно только делать их регулярно – пусть один раз в день, но каждый день. Займет такая гимнастика совсем немного времени, а польза здоровью будет поистине огромная.

Гимнастика для тех, у кого сидячая работа



Упражнение 4

Исходное положение: сидя на стуле, на небольшом расстоянии от спинки. Потянуться на выдохе головой вверх, прогибая поясницу вперед. На выдохе скруглить спину в сторону спинки стула, голову опустить вперед. Повторить 5 раз.



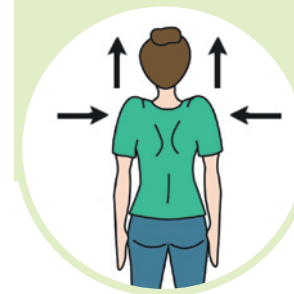
Упражнение 6

Исходное положение: сидя на стуле, спина прямая, стопы вместе. На вдохе поднять пятки, не отрывая мысков от пола, максимально высоко. На выдохе вернуться в исходное положение. Повторить 5-7 раз.



Упражнение 8

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены вдоль туловища. На вдохе поднять как можно выше плечи и отвести их назад, как бы стараясь соединить их. На выдохе вернуться в исходное положение. Повторить 10 раз.



Упражнение 1

Исходное положение: сидя, спина прямая. Повернуть голову вправо, поднять подбородок, сделать головой полукруг влево, вернуться в исходное положение. Повторить то же самое с поворотом головы влево. Повторить 5 раз.



Упражнение 2

Исходное положение: сидя, спина прямая. Вытянуть подбородок максимально вперед, а затем втянуть его назад, прижимая к шее. Зафиксировать это положение на несколько секунд и вернуться в исходное. Повторить 10 раз.



Упражнение 3

Исходное положение: сидя, спина прямая; правую ладонь положить на левое плечо, голову чуть наклонить к правому плечу. На вдохе потянуть голову к плечу, напрягая шею, на выдохе вернуться в исходное положение. Сделать несколько повторов и поменять стороны.



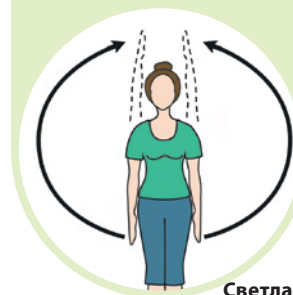
Упражнение 5

Исходное положение: сидя на стуле, стопы вместе. На вдохе максимально наклониться влево, на выдохе плавно вернуться в исходное положение. Повторить несколько раз, после чего сделать наклоны в правую сторону.



Упражнение 7

Исходное положение: стоя, спина прямая. На вдохе поднять руки через стороны вверх, соединить ладони, потянуться, развернуть ладони тыльными сторонами друг к другу, не прекращая тянуться. На выдохе вернуться в исходное положение. Повторить 5-10 раз.



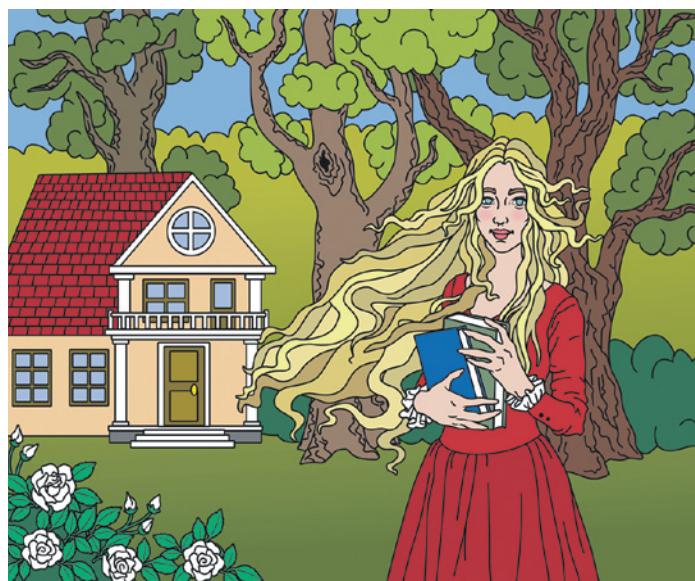
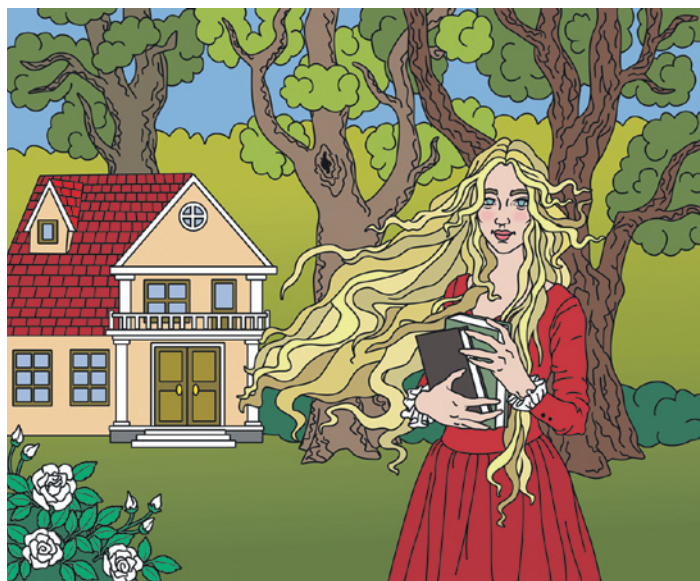
Упражнение 9

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, спина прямая. Медленно приседать, держа спину прямо, одновременно руки вытягивать вперед. На нижней точке задержаться на несколько секунд и вернуться в исходное положение. Повторить 10-20 раз.



Светлана ИВАНОВА

НА ДОСУГЕ



Найди 10 отличий Книга – лучший подарок

Листать новую книгу, читать – удовольствие и радость. Ты окунаешься в новый мир, получаешь новые знания, знакомишься с новыми героями, переживаешь новые эмоции. Не зря существует народная мудрость: книга – лучший подарок.

Ответы: роза внизу слева, дверь, фонарь на крыше, слуховое окно фронтона, зеленая крыша, зеленая головная лампа, правый дом рядом с домиком, цвет обложки книги, правый волос рядом, размер куста справа.

Вы когда-нибудь сушили влажные волосы с помощью полотенца-тюрбана? Если нет, то очень советуем это сделать!

Уверяем, что сушка волос станет для вас намного удобнее, легче и приятнее, чем раньше. А чтобы тюрбан радовал вас еще больше, предлагаем сшить его своими руками. Хорошее настроение во время шитья – главное условие для получения отличного результата.

Принцип работы

Сушить волосы тюрбаном проще, чем обычным полотенцем. Достаточно надеть его на голову, чтобы волосы оказались внутри, закрутить длинный конец и закрепить с помощью пуговицы. Сушить волосы рекомендуется не более 5-10 минут. Это позволит убрать из них лишнюю влагу, чтобы сократить время укладки феном, а в конечном итоге – меньше подвергать волосы разрушающему воздействию высокой температуры.

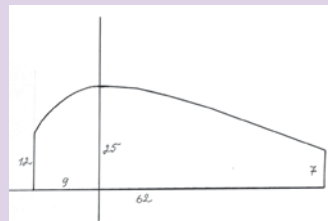
Выбор ткани

Самый бюджетный вариант – использовать полотенце, которое у вас уже есть. Идеально, если в его составе 100 % хлопка. Можно также использовать микрофибру, хлопок с добавлением полиэстера или полиамида. Главное, чтобы ткань хорошо впитывала влагу, была тактильно приятна и вам нравилась. Кроме ткани вам понадобятся косая бейка в цвет ткани или контрастного цвета (1,5 метра), нитки, а также пуговица.

ПОРЯДОК РАБОТЫ



1 Постройте выкройку в натуральную величину (по образцу) на кальке, миллиметровой бумаге или газете и аккуратно вырежьте.



2 Сверните полотенце или ткань пополам лицевой стороной внутрь по долевой нити. С помощью портновских булавок приколите выкройку к ткани и вырежьте с учетом припусков 0,5 см, кроме прямой длинной стороны (тут припуски делать не нужно, т.к. обработка будет осуществляться с помощью косой бейки). Соедините булавками две получившиеся детали и сшейте по периметру, кроме прямой длинной стороны. Если опыта в швейном деле маловато, то лучше сначала сметать детали, а только потом прострочить. Край шва обработайте зигзагом.



3 Обработайте длинную сторону тюрбана косой бейкой, зашивая конец бейки в петлю. Если удобнее пришить петлю отдельно, то вшейте ее, направляя концы петли под косую бейку.



4 Пришейте пуговицу для фиксации тюрбана в месте соединения двух деталей. Тюрбан готов, пользуйтесь им с удовольствием! Можно сшить такие тюрбаны и для своих близких.



Как надевать

- Надеть тюрбан на голову таким образом, чтобы край с петелькой был впереди. Убрать под него мокрые волосы.
- Вытянуть край с петелькой вперед, перекрутить несколько раз вокруг его оси, чтобы тюрбан плотно обхватил голову.
- Завести получившийся жгут к затылку и надеть петельку на пуговку.

Светлана СИДОРЧУК

ГАРДЕРОБ

Самая, наверное, уютная и необходимая вещь осени, особенно поздней – это свитер.

И конечно, мы хотим, чтобы он был стильным и при этом не только теплым, но и практичным, не на один сезон. Сегодня мы расскажем, как выбрать идеальный свитер. Но сначала необходимо определиться, для каких целей мы выбираем свитер. Ведь если он будет очень теплым, в офисе в нем будет невыносимо жарко. И наоборот: в свитере, подходящем для отапливаемых помещений, вряд будет комфортно на прогулке. Поэтому сначала давайте разберемся с оптимальным составом.

Кашемир

Казалось бы, идеальный вариант для свитера – теплый, мягкий, исключительно приятен к телу и при этом очень красивый. Даже самый тонкий кашемировый свитер способен прекрасно сохранять тепло. Однако есть у кашемира и довольно серьезные минусы. Во-первых, далеко не бюджетная цена, и во-вторых, не самый простой уход. Поэтому оптимальный выбор – это свитер не из чистого кашемира, а с небольшим процентом его в составе.

Как выбрать модный свитер



– У каждого уважающего себя холостяка есть два вида футболок.
– И какие?
– Хорошие и те, которые можно надеть только под свитер.

Акрил и другая синтетика

Самый бюджетный вариант, такими свитерами заполнены все магазины. Свитера из синтетики часто достаточно интересно выглядят, имеют актуальную форму и фактуру. Однако такой свитер в сильные холода не всегда способен согреть. Кроме того, срок службы этих изделий недолог, даже за один сезон они могут потерять всю свою привлекательность. Возможно, как базовый теплый свитер такое изделие не подойдет, но в качестве трендового элемента для носки в помещении – вполне.

Шерсть

Шерсть не так капризна в уходе, как кашемир, но в чистом виде может доставлять дискомфорт – колоться. Поэтому перед покупкой шерстяной свитера нужно обязательно хотя бы приложить к коже. Кроме того, изделия из 100 % шерсти очень непрактичны: быстро вытягиваются, при стирке сильно садятся. Чтобы шерсть не «кусалась» и держала форму, в нее добавляют небольшой процент синтетики. Очень приятны к телу изделия из мягкой мериносовой шерсти и альпаки, но это тоже не самый

бюджетный вариант, хотя и очень теплый. Стоит здесь упомянуть и очень теплые, мягкие и популярные в этом сезоне свитера из мохера. У этого варианта один недостаток: мохер, даже самый качественный, имеет обыкновение «линиться». Проблема легко решается с помощью липкого ролика, но его придется всюду носить с собой.

Выбор

Определившись с составом, переходим к другим, не менее важным параметрам: размер, длина, форма. И слишком маленький, и слишком большой свитер будут не только плохо сидеть, но и недостаточно согревать. Слишком маленький – потому что не оставит необходимого пространства между телом и материалом, а слишком большой – потому что это пространство будет лишним. Длину свитера стоит выбирать, исходя из пропорций тела. Миниатюрным девушкам подойдет короткий свитер, акцентирующий линию талии, – он сделает свою обладательницу визуально выше.

Дамам с широкими бедрами лучше выбирать удлиненный, прикрывающий самую широкую часть тела свитер. Практически идеальный для всех вариант формы – прямая свободная. Приталенные, прилегающие и полуприлегающие варианты не идут никому, так как придают несуществующие килограммы.



Хлопок

Свитера из хлопка, особенно крупной вязки, фактурны и при этом достаточно просты в уходе. Это прекрасный вариант для активного отдыха, похода в кино и даже для офиса. Но для долгих прогулок в холодную погоду лучше выбрать что-нибудь потеплее.

Мы описали главные моменты, на которые стоит обращать внимание при выборе теплого свитера. Ну а фактуру, цвет, принт или рисунок можете выбрать только вы, опираясь на уже имеющийся гардероб. Благо мода сегодня предлагает огромное количество самых разнообразных вариантов.

Светлана ИВАНОВА

В средней полосе России и в её северных регионах лето такое короткое, что даже среднеспелые сорта овощей не успевают вызреть на растениях.

Хорошо, что опытные дачники знают много секретов, которые позволяют ускорить этот процесс. Берите на заметку и наслаждайтесь вкусом спелых плодов с собственного огорода!

Прищипните точку роста растения

1 Основной способ ускорить созревание плодов – перенаправить поток питательных веществ, накопленных растением, не на рост, а на вызревание плодов. Чтобы растение получило команду «выращивать плоды», нужно прищипнуть (удалить) точку роста растения и дополнительные ростовые побеги. Растение перестанет тратить силы на развитие листьев и стеблей, и плоды покраснеют в рекордные сроки. Можно удалить новые завязи перцев, баклажанов и томатов, дынь, арбузов и тыкв, поскольку вызреть они уже не смогут, а вот питание у плодов на свое развитие заберут.

Как ускорить созревание плодов?



На дачах всю идёт битва за урожай. Урожай отчаянно сопротивляется, чувствуя свою скорую гибель.



Установите подпорки

3 Плоды, лежащие на земле, могут медленно краснеть из-за того, что недополучают солнечного света. Установите под кисти подпорки-рогатки (как под ветки яблонь), чтобы приподнять побеги от земли и приблизить их к полезному солнышку.

Замульчируйте посадки

4 В открытом грунте созреванию плодов способствует мульчирование почвы слоем не менее 5-8 см. Застелите междурядья соломой, свежескошенной травой, торфом, кокосовой крошкой или разложите укрывной материал. Мульча будет препятствовать переохлаждению корней, сохранит дневное тепло почвы, благодаря чему корни смогут активно снабжать растение всем необходимым для созревания плодов. К тому же мульча преградит путь болезнетворным микроорганизмам, которые стремятся из почвы попасть наверх, к листьям и плодам.

Обработайте посадки составами с калием

2 Основной принцип подкормок в конце сезона: азот, отвечающий за рост зеленой массы, нужно исключить. Чтобы у растений было достаточно сил для урожая, подкормите их по листу фосфорно-калийными удобрениями: по 15 г монофосфата калия и двойного суперфосфата на 10 л воды. Если вы являетесь сторонником органического земледелия, воспользуйтесь золой: 2 стакана золы на 10 л воды (настаивать сутки, опрыскать растения по листу).

Обрежьте лишние листья

5 Обрезка листьев – еще один способ перенаправить ресурсы растения на вызревание плодов. Но здесь важно быть аккуратным, разумно подходить к обрезке листьев, чтобы не навредить растению. Удалять нужно только те листья, которые расположены у земли, а также между уже созревшим и еще не созревшим плодом. Листья обрезают только в том случае, если несозревший плод уже набрал массу, которая соответствует сортовым особенностям. Если необходимая масса еще не набрана, листья лучше не удалять.

Обработайте посадки йодом

6 Опытные огородники утверждают, что аптечный йод помогает быстрее созревать плодам томатов и в открытом грунте, и в теплице. Разведите 5 капель йода в 10 литрах воды (можно добавить немного молочной сыворотки в профилактических целях) и опрыскайте этим составом растения и сами плоды. Повторять процедуру можно каждые 7 дней.

Замените подкормки под корень обработками по листу

7 В начале осени, когда ночи уже холодные, корневая система работает не в полной мере. Установлено, что снижение температуры почвы на каждый градус ниже отметки +15 снижает всасывающую способность корней на 10%. Поэтому все подкормки, которые положительно влияют на вызревание плодов, необходимо делать не под корень, а по листу. Только перейдя на внекорневые подкормки, вы можете быть уверенными, что 100% питательных веществ, которые вы планируете передать растению, будут им усвоены.

Добавьте яблок

8 Для того чтобы уже сформировавшиеся плоды перцев, баклажанов и томатов приобрели характерную для сорта окраску и вкус, нужно разложить на грядке под кустами спелые (а можно и переспелые) яблоки. Эти фрукты выделяют много этилена, который ускоряет созревание любых плодов.

Оставьте несколько зрелых плодов на кусте

9 Многие не знают, что любые спелые плоды выделяют этилен, как и яблоки (только не так активно, как яблоки). Поэтому лучше оставить пару созревших плодов на кустиках, пока другие не станут окрашиваться. Особенно хорошо этот способ работает на томатах.

Валерия ПАШЕЧКИНА

НА ЗАМЕТКУ

Продлить красоту флоксов – задача выполнимая. Надо сделать так, чтобы им захотелось поцвести подольше и заодно растения подготовились к следующему сезону. А для этого нужно...

Что делать с флоксами в сентябре?

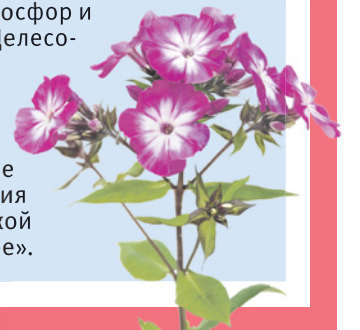
- **СОКРАТИТЬ ПОЛИВ.** Поливаем, только если стоит засушливый период и дождевой влаги недостаточно.
- **ЛЕЧИТЬ.** Чаще всего флоксам докучает мучнистая роса, когда их листья покрываются пятнами белого налета. Минимум два раза нужно обработать кусты «Фундазолом», «Скором» или опудрить коллоидной серой.
- **САЖАТЬ И ПЕРЕСАЖИВАТЬ.** С целью омоложения можно разделить корневище и рассадить

деленки. Новое место посадки должно быть солнечным, без застоя влаги. Цветочные шапки при пересадке срезают, чтобы питательные вещества тратились исключительно на укоренение. При посадке шейку заглубляют не более чем на 5 см.



- **ОБРЕЗАТЬ.** В конце августа – начале сентября цветочные кисти мельчают и теряют декоративность. В это время их нужно обрезать ближе к корню. Стебли положить поверх кустика для защиты от морозов.

- **ПОДКАРМЛИВАТЬ.** Чтобы флоксы заложили цветочные почки на следующий сезон и хорошо перенесли зиму, им нужен фосфор и калий. Целесообразно использовать комплексные удобрения с пометкой «Осеннее».



Дендробиум – это комнатная орхидея. По красоте и неприхотливости её можно сравнить с другим представителем орхидей – фаленопсисом.

Причем существует столько разновидностей дендробиума, что можно собрать изумительную коллекцию, где каждое растение будет не похоже на другое.

Освещение

Дендробиумы, как, впрочем, и остальные орхидеи, предпочитают яркий рассеянный свет. Самый оптимальным будет размещение цветка на окнах восточного и западного направления. В осенне-зимний период, когда естественного освещения в квартире мало, в комнате, где живет орхидея, можно использовать дополнительные источники искусственного света. Например, фитолампы.

Влажность

Вообще, все орхидеи любят повышенную влажность. Поэтому для цветка желательна регулярная опрыскивание из пульверизатора. Но во время цветения следите, чтобы при опрыскивании вода не попадала на цветы. Можно также разместить растение на поддоне с влажной галькой или керамзитом. Или воспользоваться специальным увлажнителем воздуха.

Дендробиум – домашняя орхидея

Температура

С приходом весны и до осени орхидея лучше всего себя будет чувствовать в температурном диапазоне от 18 до 25 градусов. Осенью и зимой для цветка желательны чуть более прохладные условия, в пределах 15-19 градусов. И помните, дендробиум не любит холодные сквозняки и резкие температурные перепады.

Удобрения

С марта и до сентября, в период активного роста, подкормки вносят каждые две недели. Можно использовать жидкие комплексные подкормки, в том числе предназначенные специально для орхидей. Концентрацию приготовленных удобрений лучше делать в два раза меньше, чем указано на упаковке. И никогда не удобряйте растение впрок, даже если пропустили предыдущую подкормку.

Пересадка

Пересаживают орхидею примерно раз в 2-3 года. Если горшок стал мал, то новый должен быть лишь на 2-3 см шире старого. Можно использовать готовый субстрат или приготовить его самостоятельно из коры еловых пород с добавлением древесного угля и небольшого количества сфагнума или кокосовых чипсов. Если есть проблемы с корнями, то большие части удаляют, срезы обрабатывают, дезинфицируют (например, активированным углем) и только потом высаживают растение в свежий грунт.

Размножение

Дендробиум легко размножается делением куста. Лучше всего это делать во время пересадки. Растение должно быть обязательно разросшимся. Цветок аккуратно вынимают из горшка и делят на 3-4 части. Если корни сильно спутаны, их можно тоже разрезать. Места срезов обязательно следует обработать. Каждая деленка должна иметь как минимум пару созревших псевдолуковиц и два новых ростка.

Полив

Поливать растение можно двумя способами: обычным поливом через верх и методом погружения в емкость с теплой водой на 10-15 минут. Лишнюю влагу, которая образуется в поддоне, удаляют. Частота полива регулируется в зависимости от температуры в комнате, где растет дендробиум, – чем жарче, тем чаще полив. Осенью и зимой количество поливов можно снизить.



Две подружки.
– Поступай с людьми так, как тебе хотелось бы, чтобы они поступали с тобой.
– Ты предлагаешь мне подарить мужу цветы? 😊

Ольга БЕЛЬСКАЯ

ДОМАШНИЙ ПОВАР №5 / 2024

ВЫПЕЧКА НА ЛЮБОЙ ВКУС

12+

Подписной индекс в каталоге «Почта России» П5927

Дорогие друзья!

Представляем в нашей серии «Домашний повар» новый сборник рецептов – «Выпечка на любой вкус».

Аромат свежей выпечки неповторим. Натуральные ароматы, которыми наполняется дом, притягивают и укрепляют семейные традиции. Ведь пироги, приготовленные с любовью для самых близких, никого не оставляют равнодушными. А особо удачные даже могут стать семейным блюдом, которое готовится и передается по наследству. Даже если у вас уже есть такой «семейный» пирог, то всегда можно попробовать что-то новое и добавить в копилку ваших рецептов.

В этом журнале вы найдете:

- рецепты самых настоящих тортов и пирожных, которые вы сможете приготовить самостоятельно;
- рецепты пирогов и пирожков – от самых простых до самых затейливых;
- рецепты разнообразных плюшек, булочек, пончиков;
- рецепты кексов, маффинов и куличей; рецепты печений и пряников – на каждый день и на праздник;
- рецепты вкуснейшего домашнего хлеба;
- подробные рекомендации по приготовлению теста, кремов и начинок для пирогов и пирожков;
- полезные советы по выбору муки и других ингредиентов для домашней выпечки.

Порадуйте своих домочадцев вкусной и аппетитной выпечкой!

Номер в продаже с 6 сентября!

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П5927

Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях и на сайте Почты России <https://podpiska.pochta.ru>



Реклама

ПРЕДСТАВЛЯЕМ ВАШЕМУ ВНИМАНИЮ ЖУРНАЛЫ ИЗ СЕРИИ «ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ДАЧНИКА»: «СМОРОДИНА, МАЛИНА, ГОЛУБИКА», «ЯБЛОНЯ И ГРУША» И «ВИШНЯ, СЛИВА, АБРИКОС»

Реклама 16+

ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ДАЧНИКА
СМОРОДИНА, МАЛИНА, ГОЛУБИКА
СОРТА • ПОСАДКА • ПОЛИВ • ПОДКОРМКА • ЗАЩИТА РАСТЕНИЙ • УХОД

ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ДАЧНИКА
ЯБЛОНЯ И ГРУША
СОРТА • ПОСАДКА • ПОЛИВ • ПОДКОРМКА • ЗАЩИТА РАСТЕНИЙ • УХОД

ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ДАЧНИКА
ВИШНЯ, СЛИВА, АБРИКОС
СОРТА • ПОСАДКА • ПОЛИВ • ПОДКОРМКА • ЗАЩИТА РАСТЕНИЙ • УХОД

Три спецвыпуска содержат полезную информацию из личного опыта дачников и экспертов в садоводстве. Рекомендации, которыми делятся наши авторы, наверняка сделают вашу дачную жизнь более приятной, а урожаи плодовых и ягодных культур – внушительными.

НА СТРАНИЦАХ СПЕЦВЫПУСКОВ ВЫ НАЙДЕТЕ:

- подробные агротехнические рекомендации по выращиванию ягодных кустарников – малины, смородины и голубики;
- принципы и технологии, позволяющие не волноваться за сохранность выращенных плодов и ягод;

- советы по обрезке садовых деревьев и кустарников;
- понятные алгоритмы ухода за растениями – общие рекомендации и индивидуальные для каждой из популярных культур плодового сада;
- практические знания, которыми делятся самые надежные эксперты в дачном деле – люди, искренне увлеченные выращиванием урожая.

ЖУРНАЛЫ В ПРОДАЖЕ С 6 СЕНТЯБРЯ. СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
06.00 Мультфильмы. (0+)
07.25 «КАЗАКИ». (12+)

VIJU TV1000
05.40 «Реальная белка 2». Мультфильм. (6+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «Маша и Медведь (клипы)». Мультсериал. (6+)

ДОМ КИНО
05.55 «Принцесса и дракон». Мультфильм. (6+)

ИЛЛЮЗИОН+
00.05 «СКВОЗЬ СНЕГ». (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
06.35 «МАРУСЯ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ
01.25 «СЕСТРИЧКА БЕТТИ». (16+)

РОДНОЕ КИНО
00.00, 00.55, 08.55, 09.50, 15.05, 16.00 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-3: КРАХ АНТИБИОТИКА».

РУССКИЙ РОМАН
07.25 «КАРНАВАЛ ПО-НАШЕМУ». (12+)

CINEMA
06.40 «СИНЬОР РОБИНЗОН». (16+)

.RED
06.00 «БЕЗ ИЗЪЯНА». (16+)

РЕТРО
06.40, 16.20, 17.40 «БУДНИ И ПРАЗДНИКИ СЕРАФИМЫ ГЛЮКИНОЙ».

СУББОТА! СУББОТА!
05.00, 07.40, 12.40, 03.35 «Маша и Медведь».

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ».

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

TB21
07.00 «В 16.50 ИЗ ПАДДИНГТОНА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.20, 06.15, 10.20 «БИТВА ЗА МОСКВУ». (16+)

ПОБЕДА
04.20 «Путь к Победе». (16+)

ПЯТНИЦА
05.00 Гастротур. Мордовия. (16+)

Ю
05.35, 07.00, 09.00 «Маша и Медведь».

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
03.00 Емельян Пугачёв. Я не ворон, я другой. (12+)

HISTORY
06.00 Защитники неба. (16+)

ЗДОРОВОЕ ТВ
06.00, 09.15, 12.05, 14.55, 22.55, 01.30, 04.15 Психология в деталях. (16+)

УСАДЬБА
08.45 Мастер-садовод. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА
07.20, 22.40, 01.40 Рыбалка с Нормундом Грабовским. (12+)

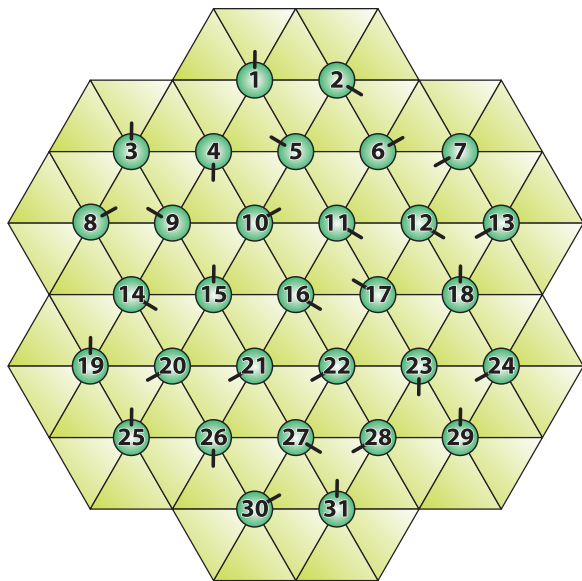
ЖИВИ!
00.00, 13.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)

00.30, 13.30 Shuffle Dance. (12+)

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

REN	TNT	3	Че!	Матч!	ДОМАШНИЙ
<p>23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)</p> <p>05.00 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Военная тайна». (16+)</p> <p>10.00 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «АГЕНТ ЕВА». (16+)</p> <p>21.55 «Смотреть всем!» (16+)</p> <p>23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)</p> <p>00.30 «ПОДСТАВА». (18+)</p>	<p>18.00 «Вызов». (16+)</p> <p>06.00 «Утро TNT». (16+)</p> <p>08.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>09.00 «Игры без границ». (16+)</p> <p>11.30 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>18.00 «Вызов». (16+)</p> <p>19.30 «ПРОСТО МИХАЛЫЧ». (16+)</p> <p>21.00 «ИСПРАВЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ». (16+)</p> <p>Алена предлагает Верхолацкевым простить все обиды, которые они держат на покойного отца, так, как это сделала сама Алена и теперь счастлива. Но когда Алена вызывается показать пример, выясняется, что она все еще страшно обижена на отца.</p> <p>23.00 «ИЗ ГЛУБИНЫ». (16+)</p> <p>США, 2024 г. Боевик. В ролях: Софи Макинтош, Колм Мини, Уильям Аттенборо.</p> <p>01.05 «РОБО». (16+)</p> <p>03.40 «РОБО 2.0». (12+)</p> <p>05.15 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p>	<p>15.10 «Слепая». (16+)</p> <p>06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)</p> <p>06.45 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)</p> <p>08.30 «Новости». (16+)</p> <p>08.40 Гадалка. (16+)</p> <p>15.00 «Новости». (16+)</p> <p>15.10 «Слепая». (16+)</p> <p>18.00 «Новости». (16+)</p> <p>18.10 «Слепая». (16+)</p> <p>18.45 «ГЛУХАРЬ». (16+)</p> <p>Агапову необходимо срочно раскрыть хотя бы одно преступление, ведь его профессиональные показатели ниже среднего. Внезапно появляется шанс: на улице он становится свидетелем сделки по продаже оружия. Но пока вызванный Агаповым патруль добрался до места, продавца уже и след простыл.</p> <p>22.15 «Новости». (16+)</p> <p>22.25 «ГЛУХАРЬ». (16+)</p> <p>23.15 «ПИРАНЬИ». (18+)</p> <p>01.00 «БИМ». (16+)</p> <p>05.15 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>06.10 «Дорожные войны 2.0». (16+)</p> <p>06.00 Решала. (16+)</p> <p>06.10 «Дорожные войны 2.0». (16+)</p> <p>06.30 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)</p> <p>07.10 «Дорожные войны». (16+)</p> <p>11.30 «Утилизатор». (16+)</p> <p>14.00 «+100500». (16+)</p> <p>Самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополов находит в интернете самые безумные видео и ржачно комментирует их.</p> <p>16.30 «Улётное видео». (16+)</p> <p>Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя.</p> <p>20.00 Решала. (16+)</p> <p>22.00 Охотники. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.40 «Вне закона: Преступление и наказание». (16+)</p> <p>03.50 Решала. (16+)</p>	<p>07.00 «Новости»</p> <p>06.00 05.30 «Кто кого?» (12+)</p> <p>06.30 «География спорта». (12+)</p> <p>07.00 10.00 12.55 15.25 03.00 «Новости»</p> <p>07.05 15.30 18.50 21.45 «Все на Матч!»</p> <p>10.05 12.35 03.05 «Специальный репортаж». (12+)</p> <p>10.25 «Вопреки всему». (12+)</p> <p>11.25 «Профессиональный бокс. С. Ибрагимов - Э. Холифилд. Трансляция из Москвы». (16+)</p> <p>13.00 «Есть тема!»</p> <p>14.25 «Магия большого спорта». (12+)</p> <p>14.55 «Матч! Парад». (16+)</p> <p>16.55 «Чемпионы». (12+)</p> <p>19.15 «Хоккей. ЦСКА - «Сибирь» (Новосибирск). Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция</p> <p>23.25 «Футбол. Колумбия - Аргентина. Чемпионат мира-2026. Отборочный турнир. Прямая трансляция</p> <p>01.30 «Футбол»</p>	<p>12.55 «Знахарка». (16+)</p> <p>06.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)</p> <p>07.25 «Давай разведёмся!» (16+)</p> <p>08.25 «Тест на отцовство». (16+)</p> <p>10.40 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>11.45 «Порча». (16+)</p> <p>12.55 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.30 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.40 «С ХОЛОДНЫМ СЕРДЦЕМ». (16+)</p> <p>19.00 «ФИКТИВНЫЙ БРАК». (16+)</p> <p>23.15 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>00.25 «Порча». (16+)</p> <p>01.25 «Знахарка». (16+)</p> <p>01.55 «Верну любимого». (16+)</p> <p>02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>02.45 «Тест на отцовство». (16+)</p> <p>04.25 «6 кадров». (16+)</p>

КРОССВОРД «ШЕСТИУГОЛЬНИКИ»



1. «Перрон» в порту. 2. ... Ивановна, которой звонил Мимино. 3. Вершина на Кавказе более 5000 метров. 4. Фамилия Питера, ставшего Человеком-Пауком. 5. Слезоточивая Несмеяна. 6. Бонус при распродаже. 7. Перекус на лоне природы. 8. Рыбка из банки с томатным соусом. 9. Литературный «судья», оценивающий книгу. 10. Бичующий жанр литературы. 11. Родина всем известного булата. 12. Ванесса со шлягером про такси. 13. «Зубастая» ловушка для зверей. 14. Кожаная сумка для денег в старину. 15. Сы-

рье для фосфорного удобрения. 16. Российская актриса ... Семина. 17. Бывший город Куйбышев. 18. Дерево или кустарник рода ив. 19. «Пуск» на животе Карлсона. 20. Материал для лески. 21. Лучшие места в театре. 22. Воздушный коридор для самолета. 23. Ветер, обдувающий тропики. 24. Она «вылетала» из старых фо-

ОТВЕТЫ

1. Причал. 2. Лариса. 3. Казбек. 4. Паркер. 5. Плакса. 6. Склянка. 7. Пирожок. 8. Кривляк. 9. Кривляк. 10. Сатрап. 11. Дамаск. 12. Паркет. 13. Капка. 14. Капка. 15. Атапата. 16. Тамара. 17. Сатрап. 18. Ракета. 19. Кнопка. 20. Капрон. 21. Партер. 22. Трапеза. 23. Ласца. 24. Птичка. 25. Отфод. 26. Торопо. 27. Карета. 28. Салака. 29. Елка. 30. Клапана. 31. Оратай.

тоаппаратов. 25. Он вставлен в ухо слабослышащего. 26. Визави быка на арене. 27. Большой закрытый конный экипаж на рессорах. 28. Маленькая рыбка из сельдевых, обитающая в озерах Швеции. 29. Митральный ... сердца. 30. Пахарь в старину. 31. Граненая емкость рядом с графином.

– Бабушка, сделай мне бутерброд с колбасой, только хлеба в него не клади.

Сидишь такой, ешь рыбу руками, приходит сообщение. И тут понимаешь, зачем нужны мизинцы.

– Живёшь, живёшь... И всё проблемы...
– Да не говори. Макияж, маникюр, педикюр... А в детстве, чтобы чувствовать себя красивой, достаточно было надеть на голову колготки и убедить всех, что это косы!

– Ну а это старье нам зачем?
– Не бывает бесполезных вещей, бывает маленький балкон.

ПЕНСИОНЕРАМ!

- до 4 000 000 рублей сразу
- до 30 000 рублей ежемесячно
- помощь по дому
- патронаж

ПО ДОГОВОРУ РЕНТЫ

ЖИЛСОЦГАРАНТИЯ
«Жилсоцгарантия» является непосредственным плательщиком ренты*

Звоните:
(495) 626 45 55

*ООО «Жилсоцгарантия» ИНН 7701090069, ОГРН 1157746172220

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: Красота. Кость. Глотание. Кустарь. Альков. Консоле. Тип. Кокон. Трава. Храп. Поклонник. Тимпан. Обертка. Парик.

По вертикали: Полусон. Стетоскоп. Роль. Сателлит. Туника. Червь. Граммофон. Проныра. Хвоинка. Охота. Каемка. Глубь. Пари.

REN	TNT	ТВ-3	Че!	Матч!	ДОМАШНИЙ
 12.00 Информационная программа 112. (16+)	 08.00 «САШАТАНЯ». (16+)	 18.45 «ГЛУХАРЬ». (16+)	 14.00 «+100500». (16+)	 10.05 Специальный репортаж. (12+)	 11.45 «Порча». (16+)
05.00 18.00 02.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	06.00 «Утро TNT». (16+)	06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)	06.00 Решала. (16+)	06.00 05.30 «Кто кого?» (12+)	06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
06.00 «С бодрим утром!» (16+)	08.00 «САШАТАНЯ». (16+)	06.45 «Мультфильмы». (0+)	06.10 Дорожные войны 2.0. (16+)	06.30 Футбол. Мелбет-Первая Лига. (6+)	07.20 Давай разведёмся! (16+)
08.30 «Новости». (16+)	18.30 «ПРОСТО МИХА-ЛЫЧ». (16+)	08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	06.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+)	07.00 10.00 12.55 15.25 02.55 Новости	08.20 Тест на отцовство. (16+)
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)	21.00 «ИСПРАВЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ». (16+)	08.30 Новости. (16+)	07.20 Дорожные войны. (16+)	07.05 15.30 19.00 21.45 00.15 Все на Матч!	10.30 «Понять. Простить». (16+)
10.00 «Засекреченные списки». (16+)	Алёна узнаёт, что из-за неё Иван подрался с Дорой. Она решает подвергнуть их своим педагогическим испытаниям. У Кости новая задача - найти остальные письма отца...	08.40 Гадалка. (16+)	11.30 Утилизатор. (16+)	10.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)	11.45 «Порча». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)	23.00 «ЭКСПАТ». (16+)	15.00 Новости. (16+)	14.00 «+100500». (16+)	10.25 «Вопреки всему». (12+)	12.55 «Знахарка». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)	Бельгия, 2011 г. боевик. В ролях: Аарон Экхарт, Лиана Либерато, Ольга Куриленко. История бывшего агента ЦРУ, который вынужден вернуться к работе после того, как его дочь становится целью террористов.	15.10 «Слепая». (16+)	16.30 Улётное видео. (16+)	11.25 Профессиональный бокс. Р. Джонс - Дж. Руис. Трансляция из США. (16+)	13.30 «Верну любимого». (16+)
13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)	01.05 «ПОСЛЕДНИЙ ЛЕГИОН». (12+)	18.00 Новости. (16+)	20.00 Решала. (16+)	13.00 «Есть тема!»	14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	02.35 «КРАСНЫЕ ОГНИ». (16+)	18.10 «Слепая». (16+)	Каждый день тысячи россиян становятся жертвами аферистов. О подобных преступлениях редко заявляют в полицию, а те, которые всё-таки попадают в сводки, раскрыть почти невозможно. Но какой трудной ни была бы проблема - её надо решать! Поэтому на российском телевидении появился «Решала».	14.25 Магия большого спорта. (12+)	14.40 «СЛЁЗЫ ОСУШИТ ВЕТЕР». (16+)
15.00 «Легенды и мифы». (16+)	04.20 «Я тебе не верю». (16+)	22.15 Новости. (16+)	22.00 Охотники. (16+)	14.55 Матч! Парад. (16+)	19.00 «ВРЕМЯ ПРОЩАТЬ». (16+)
17.00 03.15 «Тайны Чапман». (16+)	05.10 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)	22.25 «ГЛУХАРЬ». (16+)	23.00 Опасные связи. (18+)	16.55 Баскетбол. УНИКС (Россия) - «Бешикташ» (Турция). Единая лига ВТБ. Суперкубок. Прямая трансляция	23.15 «Понять. Простить». (16+)
20.00 «ВЫКУП». (16+)		23.45 «БЕЛЫЙ ШУМ». (16+)	02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)	19.30 Футбол. Матч звёзд «Спартак». Прямая трансляция из Москвы	00.25 «Порча». (16+)
21.55 «Смотреть всем!» (16+)		01.15 «БИМ». (16+)		22.30 Профессиональный бокс. А. Зайцев - А. Абдугофуров. Бой за титул WBA Asia	01.25 «Знахарка». (16+)
00.30 «ДОРОГА». (18+)		05.30 «Мультфильмы». (0+)	03.50 Решала. (16+)		01.55 «Верну любимого». (16+)

На сайте WWW.FLOTUSICH.RU
г. Москва, м. «Китай-город», ул. Маросейка, 9/2, стр. 1.
Тел.: 8 (495) 204-27-48, 8 (800) 551-80-25 // СКИДКИ НА КРУИЗЫ 2025 Г

ТЕПЛОДОИ «РОДНАЯ РУСЬ» И «РУСЬ ВЕЛИКАЯ»

- 15.09.2024 - 20.09.2024 «ТЕПЛОДОИ БЕЛЫЙ-БЕЛЕНКИЙ» от 16 899 р. Москва - Дубна - Мышкин - Ярославль (Ростов) - Калезин (Кашин) - Москва
- 21.09.2024 - 03.10.2024 «СОЛОВЕЦКИЙ АРХИПЕЛАГ» от 98 799 р. Москва - Горлицы - Вытегра - Соловецкий архипелаг (3 дня) - Сосновец - Повенец (в. Кивач) - Мышкин - Москва
- 23.09.2024 - 03.10.2024 «РЫЖАЯ КАЗАНЧКА» от 36 499 р. Москва - Калезин - Углич - Ярославль - Н. Новгород - Макарьево - Козьмодемьянск - Свияжск - Казань (Старо-Татарская слобода) - Чебоксары (Иошкар-Ола) - Чкаловск - Кострома - Углич - Москва
- 12.10.2024 - 29.10.2024 «ЗДЕСЬ МАТУШКА ВОЛГА И ГЕРОИ ВОЛГОГРАД» от 67 399 р. Москва - Углич - Ярославль - Н. Новгород - Чебоксары (Иошкар-Ола) - Казань - Самара - Саратов - Волгоград (2 дня) - Бзырань - Тольятти - Свияжск - Гордце - Кострома - Калезин - Москва (скидка до 17%)
- 12.10.2024 - 23.10.2024 «БУДИДЖИНСКИЕ МАНТРИ - ОГНИ ВОЛГОГРАДА» от 63 699 р. Круз: Москва - Ярославль - Н. Новгород - Чебоксары - Казань - Самара - Саратов - Волгоград - Автоград: Элиста - Ставрополь - Адигей (плато Лаго-Наки, Хаджохская теснина, Азихская п.) - Москва (скидка до 17%)
- 18.10.2024 - 29.10.2024 «ЛИНИКОР ПЕТРА И КАЗАКОВ ДОРОГА» от 52 899 р. Автоград: Москва - Тула - Я. Поляна - Воронеж - Костомарово - Павловск - Калач-на-Дону - Круз: Волгоград - Хвалынский - Тольятти - Свияжск - Н. Новгород - Кострома - Москва (скидка до 17%)

КРУИЗЫ 2025 ГОДА. СКИДКА ДО 18%

- 02.05.2025 - 16.05.2025 «ОБЛАКА СРЕДИ ХРЕБТОВ ТАТАНАЯ» от 117 299 р. Москва - Тулаев - Н. Новгород - Свияжск - Елабуга - Агидель, тур: Агидель - Уфа - озеро Тургояк - Златоуст - Агидель - Казань - Чебоксары - Чкаловск - Ярославль - Калезин - Москва
- 13.06.2025 - 22.06.2025 «АРХАНГЕЛЬСКИЙ ЭКСПРЕСС» от 85 799 р. С-Петербург - кр. Орешек - Свирской - Кижин - Сосновец - Соловецкий архипелаг - Архангельск - Повенец (Медвежьегорск) - Мандроги - С-Петербург

со скидкой до 12%. Тел.: 8 (495) 204-27-48, 8 (800) 551-80-25
Действительно при наличии мест. Реклама

Пенсионерам! Социальная рента

является плательщиком ренты

Договор пожизненной ренты на выгодных условиях:

- от 3 млн. руб. и более - единовременно.
- от 30 тыс. руб. и более + коммунальные услуги - ежемесячно.
- По желанию патронаж или пансионат.

8 (495) 227-22-54

м. «Кузнецкий мост», ул. Рождественка, г. 5/7, стр. 1, эт. 3, оф. ПІ patronazn.ru

ООО «Социальная Рента», ИНН: 9702068905, ОГРН: 1247700502906. Реклама

Московская меховая фабрика Мех-экспо

Производство и продажа с территории фабрики по цене производителя огромного ассортимента меховой продукции

ЖЕНСКИЕ ШУБЫ ИЗ МЕХА НОРКИ, МУТОНА, КАРАКУЛЯ, КРОЛИКА ЖЕНСКИЕ И МУЖСКИЕ ГОЛОВНЫЕ УБОРЫ

РАСПРОДАЖА!

ДАВАЙТЕ МЕНЯТЬСЯ К ЛУЧШЕМУ

сдайте старую шубу или дубленку и получите выгоду при покупке новой шубы!

РЕМОНТ, РЕСТАВРАЦИЯ, ПЕРЕКРОЙ И УТЕПЛЕНИЕ ШУБ

ПЕНСИОНЕРАМ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ СКИДКА

Время работы: пoned. - субб. с 10:00 до 17.00, вых. - воскр.
Проезд от ст. м. «Преображенская площадь», посл. вагон из центра, авт. 680, 171 до остановки «2-й Электровзводский переулок», ул. Электровзводская, 21, проходная № 4.
При себе иметь документ, удостоверяющий личность.

8 (495) 971-55-55, 8 (926) 843-95-55

Внутренний телефон 43-53

Грандиозная распродажа

Акция продлится до 30 сентября

Полную информацию об условиях и организаторе акции, порядке ее проведения, количестве подарков, порядке, сроках и месте их получения узнавайте по телефону. Акция действительна с 01.07.24 по 30.09.24 г. Реклама

Предъявителю купона скидка на шубы 5000 рублей

ДОМАШНИЙ ПОВАР СВ №3 / 2024

100 ВКУСНЫХ рецептов

НА УЖИН




ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ С БОГАТЫМИ ИЛЛЮСТРАЦИЯМИ И ПОШАГОВЫМ ОПИСАНИЕМ

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

ЖУРНАЛ В ПРОДАЖЕ С 6 СЕНТЯБРЯ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

Реклама. 12+

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТЕ:



WILDBERRIES
wildberries.ru¹

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

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

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.05, 05.25 Мультфильмы. (0+, 6+)
07.50 «ПЯТНАДЦАТИЛЕТНИЙ КАПИТАН». (12+)
09.20 «АДМИРАЛ УШАКОВ». (12+)

VIJU TV1000

05.35 «Планета 51». Мультфильм. (12+)
06.55, 08.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
09.00 «КЛЯТВА». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Маша и Медведь (клипы)». Мультсериал. (6+)
05.35 «Отель у овечек». Мультсериал. (6+)

ДОМ КИНО

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

ИЛЛЮЗИОН+

01.15 «ТОЛЬКО БОГ ПРОСТИТ». (18+)
02.40 «АЛЕКСАНДР». (16+)
05.05 «К-19». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.50 «ЗЕЛЕНАЯ КАРЕТА». (16+)
08.20 «КОМАНДА МЕТЧЫ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.05 «САМАЯ ЛУЧШАЯ ДЕНЬ». (18+)
03.10 «МУЖЧИНА ПО ВЫЗОВУ 2». (18+)

РОДНОЕ КИНО

00.50, 01.45 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-3: КРАХ АНТИБИОТИКА». (16+)

РУССКИЙ РОМАН

07.45 «СВОДНЫЕ СУДЬБЫ». (12+)
11.00 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ГЕНИЙ». (12+)

CINEMA

06.25 «ЛАРГО ВИНЧ. ЗАГОВОР В БИРМЕ». (16+)
08.25 «ВКУС ЖИЗНИ». (16+)

red .RED

06.00 «ГНЕЗДО». (16+)
07.45, 08.10 Идеальная невидимость. (16+)

Петро ПЕТРО

06.35, 17.30 «СМЕЛОГО ПУЛЯ БОИТСЯ». (16+)
07.55 Мультфильмы. (16+)

суббота! СУББОТА!

05.00, 07.50 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». «Машины сказки».

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)

СТС LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
07.55 «Детектив Финник». Мультсериал. (0+)

ТВ 21

07.00 «ВСЕ ЭТОТ ДЖАЗ». (16+)
09.15 «ГОЛУБАЯ БЕЗДНА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00, 03.20 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)

ПОБЕДА

05.45 «Путь к Победе». (16+)
06.40 «ЛЕТЧИК». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Пятница News. (16+)
05.20 Гастротур. Красноярск. (16+)

Ю

05.35, 07.00, 09.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Книжные аллеи. Адреса и строки А. С. Пушкина. (12+)

HISTORY

06.05 Высадка в Нормандии: глазами солдата. (16+)

VIJU HISTORY

06.00, 08.45, 12.05, 15.15, 22.00, 00.35, 03.20 Сырварня. (12+)

Здоровое ТВ

06.00, 08.45, 12.05, 15.15, 22.00, 00.35, 03.20 Сырварня. (12+)

Усадьба

06.00, 19.35, 02.10 Здоровый сад. (12+)

УСАДЬБА

07.35 Рыбный день. (16+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

07.35 Рыбный день. (16+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>10.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>10.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 «Информационная программа 112». (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>17.00 «Главные тайны мира». (16+)</p> <p>20.00 «ЧЕРНАЯ ВДОВА». (16+) США, 2021 г. Боевик.</p> <p>22.35 «ДЕНЬ КУРКА». (16+)</p> <p>00.30 «АПОЛЛОН 18». (18+)</p>	<p>08.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>06.00 «Утро TNT». (16+)</p> <p>08.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>11.30 «ПРОСТО МИХАЛЫЧ». (16+)</p> <p>20.00 «Однажды в России». (16+) Премьера. Дождались нового сезона «Однажды в России» - это шоу о стране, в которой преступники идут на дело с фразой «Ну, с богом». Здесь шутят про друзей с работы, которых поздравляешь, только если они проставляются, и про походы в рестораны с родителями, когда шеф-повар никак не может удивить реально наваристым борщом.</p> <p>21.00 «Комеди Клуб». (16+) Популярное юмористическое шоу.</p> <p>22.00 «История на миллион». (16+)</p> <p>23.00 «Stand up». (18+)</p> <p>01.00 «Я тебе не верю». (16+)</p> <p>01.45 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>04.10 «Студия «Союз». (16+)</p>	<p>16.30 «ГЛУХАРЬ». (16+)</p> <p>06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)</p> <p>06.45 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)</p> <p>08.30 «Новости». (16+)</p> <p>08.40 «Гадалка». (16+)</p> <p>14.00 «Вернувшиеся». (16+)</p> <p>15.00 «Новости». (16+)</p> <p>15.15 «Вернувшиеся». (16+)</p> <p>16.30 «ГЛУХАРЬ». (16+)</p> <p>18.00 «Новости». (16+)</p> <p>18.10 «ГЛУХАРЬ». (16+)</p> <p>19.45 «ГИПНОТИК». (16+) США, 2023 г. Боевик. В ролях: Бен Аффлек, Алиси Брага. Жизнь детектива Дэнни Рурка переворачивается с ног на голову, когда похищают его дочь...</p> <p>21.30 «ЧИСТИЛЬЩИК». (16+)</p> <p>22.15 «Новости». (16+)</p> <p>22.25 «ЧИСТИЛЬЩИК». (16+)</p> <p>23.45 «КУРЬЕР». (16+)</p> <p>01.30 «ОЧЕНЬ СТРАННЫЙ ПРИШЕЛЕЦ». (16+)</p> <p>03.00 «БИМ». (16+)</p>	<p>21.00 Охотники. (16+)</p> <p>06.00 Решала. (16+)</p> <p>06.10 «Дорожные войны 2.0». (16+)</p> <p>06.30 «Дорожные войны. Лучшее». (16+) Подборка топовых видеороликов - самое невероятное, что могло произойти на дороге с водителем или пешеходом. Смотрите «Дорожные войны»: лучше быть зрителем, чем участником!</p> <p>07.10 «Дорожные войны». (16+)</p> <p>11.00 Решала. (16+)</p> <p>21.00 Охотники. (16+)</p> <p>22.00 «Опасные связи». (16+) Сотни людей становятся жертвами измен. Многие из них живут в неведении и обмане годами. Более того, в этой ситуации может оказаться любой - от подобного обмана не застрахован никто! Поэтому появилась программа о защите честных отношений.</p> <p>02.40 Утилизатор. (16+)</p>	<p>07.05 Все на Матч!</p> <p>06.00 «Кто кого?» (12+)</p> <p>06.30 «Большой хоккей». (12+)</p> <p>07.00 «Новости»</p> <p>07.05 «Все на Матч!»</p> <p>10.05 «Небесная грация». (0+)</p> <p>10.25 «Вопреки всему». (12+)</p> <p>11.25 «Автоспорт. Российская Дрифт серия. Гран-при 2024». (6+)</p> <p>12.30 «Лица страны». (12+)</p> <p>12.55 «Есть тема!»</p> <p>14.25 «Магия большого спорта». (12+)</p> <p>14.55 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)</p> <p>16.55 «Баскетбол. «Локомотив-Кубань» (Россия) - «Црвена Звезда» (Сербия). Единая лига ВТБ. Суперкубок. Прямая трансляция</p> <p>19.25 «Футзал. «Кристалл» (СПб) - «Тюмень». БЕТСИТИ. Суперлига. Прямая трансляция</p> <p>21.55 «Футбол. «Бетис» - «Леганес». Чемпионат Испании</p>	<p>14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>06.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)</p> <p>07.25 «Давай разведёмся!» (16+)</p> <p>08.25 «Тест на отцовство». (16+)</p> <p>10.40 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>11.45 «Порча». (16+)</p> <p>12.55 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.30 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.40 «БЕЗ ПРАВА НА ЛЮБОВЬ». (16+)</p> <p>19.00 «ЗАБЫТАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)</p> <p>23.20 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>00.30 «Порча». (16+)</p> <p>01.30 «Знахарка». (16+)</p> <p>02.00 «Верну любимого». (16+)</p> <p>02.25 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>02.50 «Тест на отцовство». (16+)</p> <p>04.30 «6 кадров». (16+)</p>

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 9 ПО 15 СЕНТЯБРЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Лучшее время у Овнов для того, чтобы решить многие текущие вопросы. Ваш внутренний настрой позволит добиться хороших результатов. Сейчас можно заняться изучением иностранного языка или повысить квалификацию. В личных отношениях ждите много позитива.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
У Львов возможны недопонимания с коллегами. Не отвечайте на сплетни завистливых людей. Если не обращать на них внимания, то постепенно весь негатив исчезнет. Будьте мудры и терпеливы. Это также отличная возможность поработать над своим чувством юмора.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
Стрельцам стоит уделить больше времени отдыху. Лучше отказаться на время от активных действий. Составьте план на будущее. В общении проявляйте больше такта. Не всегда в лоб настаивайте на своем мнении, дайте возможность оппоненту почувствовать себя мудрецом.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
Благоприятный период для всех сфер жизни Водолеев. Звезды подарят вам силы и уверенность в себе. Вы излучаете энергию и обаяние, и это притягивает к вам людей как магнит. Все идет на пользу: вы будете довольны новыми знакомствами, общением с интересными людьми.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Звезды готовят Тельцам активную неделю – выезды на природу, дружеские встречи, шумные праздники подарят вам заряд позитивной энергии. Не стоит оставаться в одиночестве, проводите время в компании доброжелательных людей и будьте внимательны к своей половинке.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
У Дев подходящий период для занятий текущими делами. Для планирования на перспективу – не лучшее время. Не будьте чересчур простодушны. Будьте аккуратны. Стоит обратить ваше внимание на близких, им потребуются любовь и помощь, поддержите их.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
Для Близнецов наступает позитивный во многих отношениях период. Проявляйте инициативу, принимайте помощь от верных помощников и надежных людей. Их поддержка и советы помогут вам обрести стабильность и уверенность. Будьте на своей волне.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Жизненный потенциал Весов может повлиять на их продуктивность. Не исключены мелкие недопонимания с партнерами. Поддержка родственников и друзей вам понадобится как никогда. В скором времени вы заметите перемены, они помогут исполнить ваши мечты.

РАК (22.06 – 22.07)
Звезды сулят Ракам приятные хлопоты. На подходе череда приятных событий, возможны новые встречи, интересные знакомства и выгодные предложения. Будьте активны и не ленитесь, тогда заманчивые деловые предложения и прибыль не заставят себя долго ждать.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Звезды рекомендуют Скорпионам отказаться от разрушительных мыслей, поиска вины в себе или окружающих. Идите вперед. И больше позитива. Стоит уделить время личной жизни – сходите вдвоем с любимым человеком в кино, в кафе или просто на вечернюю прогулку.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Козерогам рекомендуется заняться обустройством дома, уделить внимание быту. Для вас сейчас важно иметь опору в себе, поэтому больше времени проводите с семьей. Возможно, вашей поддержки ожидают не только близкие, задумайтесь о помощи другим людям.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
Рыбам стоит опасаться семейных неурядиц. Старайтесь не провоцировать конфликты с близкими и не давать невыполнимых обещаний. Оставьте прошлое позади и сфокусируйтесь на настоящем. Не теряйте самообладания и выслушивайте собеседника. Эмоции – на тормоза.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 9 ПО 15 СЕНТЯБРЯ

ЗАМУЧИЛИ ЧАСТЫЕ ПОХОДЫ В ТУАЛЕТ И НЕДЕРЖАНИЕ? ВЫХОД ЕСТЬ!



UROSTIMOL
таблетки и суппозитории

Частое мочеиспускание вызывают следующие заболевания мочеполовой системы:

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

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

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

УРОСТИМОЛ – ЭТО СИЛА И ЗДОРОВЬЕ НА ДОЛГИЕ ГОДЫ

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

Реклама

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>САМАЯ ПОЛЕЗНАЯ ПРОГРАММА</p> <p>10.00 Самая полезная программа. (16+)</p> <p>05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Минтранс». (16+)</p> <p>10.00 Самая полезная программа. (16+)</p> <p>11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</p> <p>12.30 «Новости». (16+)</p> <p>15.00 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>16.30 «Новости». (16+)</p> <p>17.00 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>18.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>19.00 «Добровозфере». (16+)</p> <p>19.30 «Новости». (16+)</p> <p>20.00 «ВАЛЬГАЛЛА: РАГНАРЁК». (16+)</p> <p>22.00 «ГЕРАКЛ: НАЧАЛО ЛЕГЕНДЫ». (16+)</p> <p>23.55 «АРТУР И МЕРЛИН: РЫЦАРИ КАМЕЛОТА». (16+)</p> <p>01.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p>	<p>ЭКСТРАСЕНСЫ РЕВАНШ</p> <p>18.30 «Экстрасенсы. Реванш». (16+)</p> <p>05.45 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p> <p>08.30 «Новая битва экстрасенсов». (16+)</p> <p>12.00 «Вызов». (16+)</p> <p>Впервые в истории реалити сезон станет международным: наравне с участниками из России в нём примут участие и гости из Китая. TNT проведет невероятный эксперимент!</p> <p>13.45 «Новая битва экстрасенсов». (16+)</p> <p>18.30 «Экстрасенсы. Реванш». (16+)</p> <p>21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)</p> <p>23.00 «Женский стендап». (18+)</p> <p>00.00 «Такое кино». (16+)</p> <p>00.30 «Игры без границ». (16+)</p> <p>02.05 «Я тебе не верю». (16+)</p> <p>02.55 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>04.30 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>05.15 «Импровизация». (16+)</p>	<p>3</p> <p>09.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>08.00 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)</p> <p>08.30 Новости. (16+)</p> <p>08.40 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)</p> <p>10.30 «Гостя из космоса». (6+)</p> <p>12.15 «БЕЛЫЙ ШУМ». (16+)</p> <p>14.15 «БЕЛЫЙ ШУМ: СИЯНИЕ». (16+)</p> <p>15.00 Новости. (16+)</p> <p>15.10 «БЕЛЫЙ ШУМ: СИЯНИЕ». (16+)</p> <p>16.30 18.10 «ЛОВУШКА ВРЕМЕНИ». (16+)</p> <p>18.00 Новости. (16+)</p> <p>18.30 «ГИПНОТИК». (16+)</p> <p>20.30 22.25 «ПЕРЕВОЗЧИК: НАСЛЕДИЕ». (16+)</p> <p>22.15 Новости. (16+)</p> <p>22.45 «ОХРАННИК». (16+)</p> <p>00.45 «ПРОЕКТ «А». (16+)</p> <p>02.15 «НЕКРОМАНТ». (18+)</p> <p>03.45 «ЧТО И ТРЕБОВАЛОСЬ ДОКАЗАТЬ». (16+)</p>	<p>Че!</p> <p>11.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)</p> <p>06.00 Утилизатор. (12+)</p> <p>06.15 Большой кэш. (16+)</p> <p>07.00 Клуб обаятельных животных. (16+)</p> <p>08.00 Улетные животные. (16+)</p> <p>09.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>11.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)</p> <p>Россия, 2001-2004 гг. Приключенческий сериал. В ролях: Владимир Гостюхин, Владислав Галкин, Наталья Егорова, Вадим Яцук, Виктор Яцук Бывалый шофёр большого груженого трейлера Федор Иванович никак не может поладить со своим новым напарником, легкомысленным и смешливым Сашком. Да и что может быть общего у двух разных поколений?</p> <p>19.30 Решала. (16+)</p> <p>22.30 «+100500». (16+)</p> <p>01.20 Большой кэш. (16+)</p> <p>02.10 iТопчик-2. (16+)</p> <p>03.40 iТопчик. (16+)</p> <p>05.00 Улётное видео. Самое смешное. (16+)</p>	<p>МАТЧ!</p> <p>15.30 Футбол</p> <p>06.00 «Рецептура». (6+)</p> <p>06.30 «Центральный круг». (12+)</p> <p>07.00 08.30 15.25 Новости</p> <p>07.05 21.00 00.00 Все на Матч!</p> <p>08.35 11.40 Летний биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Спринт. Прямая трансляция</p> <p>10.35 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. «Moscow Raceway». GT4</p> <p>13.25 Регби. «Локомотив-Пенза» - «Енисей-СТМ» (Красноярск). PARI Чемпионат России. 1/2 финала</p> <p>15.30 Футбол. ЦСКА - «Зенит» (Санкт-Петербург). МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция</p> <p>18.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Суперкубок. Финал. Прямая трансляция</p> <p>21.55 Футбол. «Реал Сосьедад» - «Реал» (Мадрид)</p> <p>00.55 Боулинг. (0+)</p>	<p>ДОМАШНИЙ</p> <p>19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)</p> <p>06.30 «ВЕЧЕРА НА ХУТОРЕ БЛИЗ ДИКАНЬКИ». (16+)</p> <p>06.50 «КАК ВЕРНУТЬ МУЖА ЗА ТРИДЦАТЬ ДНЕЙ». (16+)</p> <p>Россия, 2017 г. Мелодрама. В ролях: Елена Захарова, Юрий Батурин. История стара как мир - жена застает своего мужа в объятиях с лучшей подружкой. Супруг предлагает развестись, а единственная дочь решает остаться жить с отцом. Непонятно откуда появившийся сосед Олег заводит с Еленой непринужденный разговор.</p> <p>08.40 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)</p> <p>19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)</p> <p>23.05 «СТРАШНАЯ КРАСАВИЦА». (16+)</p> <p>01.05 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)</p> <p>05.15 «6 кадров». (16+)</p> <p>05.20 «СТРАШНАЯ КРАСАВИЦА». (16+)</p>	

КРОССВОРД «ЧИСЛОВОЙ»

3	10	9	8	3	8	10	24				
8	4	1	7	13	8	9	1	7	14		
8	6	18	4	7	6	16	7	1			
4	21	22	7	11	8	12	8	13	8	2	
9	14	4	6	10	11	5	6				
11	9	5	18	20	5	14	1	2	20		
5	10	5	3	4	1	5	15	11	19		
14	6	10	2	15	8	1	2	13			
4	1	8	3	9	12	17	8				
8	17	8	3	4	2	6	8	12	9	2	
8	9	6	8	5	6	12	3				
8	1	РАСТИРАНИЕ	2	3	4	5	1	2	6	5	7
23	4	2	4	4	7	1	16				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		

ОТВЕТЫ

По горизонтали: Особ. Отрезок. Тендер. Тяжеловоз. Блин. Кий. Цифра. Ибис. Илгу. Барор. Трос. Поставочная. Окно. Распирание. Штат. **По вертикали:** Стояк. Бенефис. Койот. Срез. Бедолага. Француз. Тонирование. Бри. Лифт. Ки-но. Таксист. Рокот. Спорт. Ловар. Оксид.

Нам 19 лет

СТОМАТОЛОГИЯ «ДЕНТО-ЛЮКС»
www.dento-lux.ru

ВЕСЬ СПЕКТР УСЛУГ
Лечение зубов под микроскопом
Лазерная стоматология • Лечение зубов во сне
ДЕТСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ

ЦЕНЫ ДЛЯ ПРЕДЪЯВИТЕЛЯ КУПОНА:
ИМПЛАНТАЦИЯ ПОД «КЛЮЧ»
ИМПЛАНТ OSSTEM + ЦИРКОНИЕВАЯ КОРОНКА
ТОЛЬКО ДО 30.09.2024!!! **36 000 р.**

- Консультация, составление комплексного плана лечения.....**бесплатно**
- Профессиональное отбеливание зубов (ZOOM 4; Flash).....45000 **29 900 р.**
- Пломба светоотверждаемая Composite.....**950 р.**
- Циркониевая коронка (КНР).....**9900 р.**
- Съемный протез (отечественный) под ключ.....14000 **10900 р.**
- Панорамный рентген.....**470 р.**
- Компьютерная томография зубов 3D.....2500 **790 р.**

ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ СКИДКА*
20% на лечение
11% на протезирование
10% на хирургию и имплантацию
5% на детскую стоматологию (дети до 14 лет)

При высоком качестве — низкие цены!

Звоните, приходите и убедитесь!

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ!
Скидки действуют при оплате наличными!

м. «Медведково», Студёный пр., 14, (495) 656-94-42, 656-94-27
м. «ВДНХ», Ярославское ш., д. 6, корп. 1, (495) 656-13-13, (499) 183-19-19
м. «Медведково», ул. Тихомирова, д. 1, (495) 656-956-1, 656-96-85
м. «Проспект Мира», Олимпийский проспект, д. 22, (495) 181-01-01 (ЭТА-СТОМ)
ООО «Денто-Люкс» Лиц. № ЛО-77-01-017255; № ЛО-77-01-005014. ООО «ЭТА», Лиц. № ЛО41-01-137-77/00362997 15 декабря 2020 года Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
06.25 «ХОД КОНеМ». (12+)
07.55 «САДКО». (12+)
09.30 «СКАЗКА О ЦАРЕ САЛТАНЕ». (6+)

ИЛЛЮЗИОН+
01.15 «ЭФФЕКТ МАНДЕЛЬ». (18+)
02.30 «ГЕРАКЛ: НАЧАЛО ЛЕГЕНДЫ». (16+)

РУССКИЙ РОМАН
07.45 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)
09.35 «ВЫСТРЕЛ В СПИНУ». (12+)

суббота! СУББОТА!
05.00, 08.55 «Маша и Медведь. Машины Песенки».

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00 Мультфильмы. (6+)
05.30 «ОПЕКУН». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
00.00 Карибский кризис. Послесловие. (12+)

Усадьба
06.00, 06.25, 09.10, 11.40, 17.15, 22.00, 22.25, 00.45, 03.15 Дачные радости.

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

Все объявления на правах рекламы

ОКНА, ОСТЕКЛЕНИЕ

ОКНА ОСТЕКЛЕНИЕ ПВХ, ЕВРОДЕРЕВО
 Ремонт окон, балконов, жалюзи, ПВХ, Ал, дерево

- ОТДЕЛКА пенсионерам – скидка до 35%
- УТЕПЛЕНИЕ 8 (495) 740-76-09
- КРЫШИ 8 (495) 941-96-29
- ШКАФЫ

СЕЗОННЫЕ СКИДКИ

С НАМИ ТЕПЛО. УЮТНО. НАДЕЖНО!

ОКНА ПВХ

- По доступным ценам!
- Собственное производство!
- Замер, доставка – бесплатно!
- Уборка, демонтаж в подарок!
- Пенсионерам льготы!
- Москитная сетка в подарок!

RENAU БАЛКОН от 5800 руб.
 НЕМЕЦКИЙ ПРОФИЛЬ + фурнитура премиум-класса
 СКИДКА ДО 57%

8 (495) 745-29-54, 8-915-320-75-66

Завод «СтройБалконСервис»

ОКНА ПВХ БАЛКОНОВ, ЛОДЖИЙ

ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ

РЕМОНТ ОКОН И БАЛКОНОВ ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

ПЕНСИОНЕРАМ ЛЬГОТНЫЕ УСЛОВИЯ

8-495-543-53-97
 8-495-782-54-48

www.balkona.ru

ОКОННЫЙ ЗАВОД

ОКНА ПВХ ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ И ЛОДЖИЙ

НЕМЕЦКИЕ ОКНА ЖАЛЮЗИ

САЙДИНГ, ОБШИВ, ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

без выходных, гарантия, договор

Монтаж 1 день +7 (495) 532-71-88

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

■ 8 (903) 681-02-37 Недорогие поездки дач, квартир, офисов. Грузчики-славяне, машины со двоемной кабиной на 5 мест. Перевозка домашних животных, утилизация старой мебели и вещей. Скидка пенсионерам и ветеранам ВОВ. Работаем круглосуточно. Тел.: 8 (903) 681-02-37

■ 8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80 Автогрузоперевозки + грузчики. Квартирные перевозки по Москве, МО, РФ, СНГ. «Газель». Разборка, сборка, упаковка, утилизация мебели. 24 часа. Недорого. 8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80

■ 8 (495) 589-00-78 Недорогой переезд. Квартирные, дачные. Грузчики. Разборка, упаковка, утилизация мебели. Тел.: 8 (495) 589-00-78

■ 8 (968) 058-66-78, 8 (916) 624-10-58 Доставка, перевозки квартирные, дачные и др. Москва, МО, регионы. Работаю сам – БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ, диспетчеров и т.п. Время – не ограничено. Цельнометаллический фургон «Пежо Боксер» (свой, не аренда). Человеческий подход к делу. Без выходных и праздников. Тел.: 8 (968) 058-66-78, 8 (916) 624-10-58

■ 8 (495) 744-78-52, 8 (925) 435-13-99 Грузовые и легковые перевозки НЕДОРОГО. Дачи. Грузчики. Квартирный переезд, упаковка. Сборка, разборка мебели. Недорого. Пенсионерам СКИДКА. Индивидуальный подход к каждому клиенту. Утилизация мусора. Телефоны: 8 (495) 744-78-52, 8 (925) 435-13-99

РАЗНОЕ

NOTICE OF DISSOLUTION
 Arbacont Ltd. (IBC No. 212732)

Notice is hereby given that Arbacont Ltd. is being dissolved and the dissolution commenced on the 30th day of July 2024. Who has any claims against the company must lodge their claims with the liquidator within 1 month hereof.

PREMIUM NETWORK LTD. of Suite 102, Ground Floor, Blake Building, Corner Eyre & Hutson Streets, Belize City, Belize has been appointed as a liquidator of the company. Dated 16/08/2024 PREMIUM NETWORK LTD., Liquidator

УВЕДОМЛЕНИЕ О ЛИКВИДАЦИИ
 Арбаконт Лтд. (номер компании 212732)

Настоящим уведомляется, что компания Арбаконт Лтд. находится в процессе ликвидации, ликвидация началась 30-го июля 2024 года. Все, кто имеет какие-либо претензии к компании, должны подать свои претензии ликвидатору в течение 1 месяца с настоящего момента.

Компания PREMIUM NETWORK LTD. из Suite 102, Ground Floor, Blake Building, Corner Eyre & Hutson Streets, Belize City, Belize назначена ликвидатором компании.

Датировано 16/08/2024 PREMIUM NETWORK LTD., ликвидатор

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

ЗАМКИ

ВРЕЗКА
 ЗАМЕНА
 РЕМОНТ
 УСТАНОВКА
 УКРЕПЛЕНИЕ
 ВСКРЫТИЕ

(495) 740-21-51
 круглосуточно

ЭМАЛИРОВКА ВАНН от завода

8 (495) 782-63-86
 8 (495) 782-51-63

Выезд по Москве и МО без выходных

Ключ-Сервис
ЗАМКИ
 замена, ремонт
 8(495)997-91-37

■ 8 (905) 557-77-37 Косметический ремонт за 3 дня! Идеальная чистота и качество. Обои, покраска, подготовка стен и потолков, электрика, ламинат, плинтуса. Семейная пара – Слава и Ольга. Доставка материалов. Пенсионерам скидки! Работаем на результат. Тел.: 8 (905) 557-77-37

СООБЩЕНИЯ

■ 8 (901) 490-89-91 Утерян паспорт гражданина Афганистана, номер P04071575, на имя Машвани Исрамуллах, 13.12.1994 года рождения. В связи с утерей прошу считать недействительным. Нашедшего паспорт прошу позвонить по телефону: 8 (901) 490-89-91

■ 8 (901) 490-89-91 Утерян паспорт гражданина Афганистана, номер P07639571, на имя Шинвари Наджмуддин, 22.07.1995 года рождения. В связи с утерей прошу считать недействительным. Нашедшего паспорт прошу позвонить по телефону: 8 (901) 490-89-91

■ Организатор торгов – конкурсный управляющий ООО «Интеграл» (ОГРН 1147746874483, ИНН 7722850899; 109052, г. Москва, ул. Подъемная, д. 14, стр. 11, помещ. 17, кабинет 36) Калерина Наталия Маратовна (ИНН 774300299470, СНИЛС 029-517-969-89, адрес для направления корреспонденции: 115419, г. Москва, а/я 36, телефон 8 (495) 108-04-17), член Союза арбитражных управляющих «Авангард» (ОГРН 1027705031320, ИНН 7705479434, адрес: 105062, г. Москва, ул. Макаренко, д. 5, стр. 1А, пом. м/п, комн. 8, 9, 10), действующая на основании решения Арбитражного суда города Москвы от 18.01.2022 по делу № А40-226761/20-175-2716, сообщает о том, что повторные электронные открытые торги № 136002 по продаже имущества ООО «Интеграл» в форме аукциона с открытой формой представления предложений о цене, назначенные к проведению на 21.08.2024 в 13 час. 00 мин. (объявления о проведении торгов опубликованы в газете «Коммерсантъ» № 90 от 25.05.2024, сообщение № 77035850023 и на сайте ЕФРСБ, сообщение № 14413589 от 20.05.2024), по Лотам № 1-4 признаны несостоявшимися ввиду отсутствия заявок с предложениями о цене имущества.

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

ГДДА и ПАРТНЕРЫ

- Ведение бухгалтерского учета;
- Составление претензий, исковых заявлений, представительство в суде;
- Комплексная юридическая поддержка бизнеса;
- Помощь автоюриста;
- Регистрация / Изменения / Ликвидация ООО;
- Земельные споры.

+ 7 (925) 509-39-13

Городской Центр ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЫ

- помощь обманутым вкладчикам
- реестр недобросовестных юристов
- расторжение договора с юристами и помощь по возврату денежных средств
- жилищные и наследственные споры
- улучшение жилищных условий
- расторжение договоров аренды
- банкротство физ. лиц

8 (499) 938-96-11

■ 8 (499) 409-91-42 Московская социальная юридическая служба. БЕСПЛАТНЫЕ консультации. 20 лет адвокатской практики. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т.ч.: вернем или расслужим квартиру. Выпишем из квартиры. Наследство. Семейные споры. Автодела. Банкротство физлиц. www.socuristy.ru. Тел.: 8 (499) 409-91-42

По вопросам размещения рекламы в газете «ТЕЛЕК» звоните!

8 (495) 792-47-73

РАБОТА

КРУПНАЯ ТОРГОВАЯ КОМПАНИЯ ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ ПРОДАВЦОВ В КИОСКИ Г. МОСКВЫ И МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

МЫ ПРЕДЛАГАЕМ:

- ✓ Работу в крупнейшей компании России;
- ✓ Стабильный оклад 35 000 РУБЛЕЙ + бонусы по результатам работы;
- ✓ Выдача заработной платы БЕЗ ЗАДЕРЖЕК;
- ✓ Ежедневный аванс;
- ✓ Надбавку за стаж работы от 3 месяцев работы;
- ✓ Подходящий вам график работы: 2/2 и 6/1;
- ✓ Удобное местоположение киоска (мы постараемся подобрать вакансию ближе к дому);
- ✓ Бесплатное проживание в общежитии, заселение в день обращения.

М. «Марьино роща», ул. Полковая, д. 3, стр. 2, подъезд 1

Телефон для связи: 8 (965) 354-39-02, 8 (925) 507-46-48

ПРИГЛАШАЕМ:

ТОРГОВЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ на личном автомобиле

З/п от 90 000 – 150 000 руб.
График: 4 дня в неделю (Москва и МО)

- ▶ Получение печатной продукции на складе в Москве, доставка по магазинам, выкладка, обновление ценников, сбор возврата, оформление первичных документов, фотоотчет.
- ▶ Ненормированный рабочий день, разъездной характер работы.
- ▶ Знание Москвы и МО, наличие моб. приложения «WhatsApp» – ОБЯЗАТЕЛЬНО.

8 (903) 135-29-85, 8 (965) 353-81-09 Антон Юрьевич

ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ ПРОДАВЦОВ В КИОСКИ ГОРОДА ТВЕРИ

Мы предлагаем:

- ✓ Работу в крупной, стабильной и развивающейся компании!
- ✓ Стабильный оклад 35 000 РУБЛЕЙ + бонусы по результатам работы;
- ✓ Выдача заработной платы БЕЗ ЗАДЕРЖЕК;
- ✓ НАДБАВКУ ЗА СТАЖ работы от 3 месяцев;
- ✓ Подходящий вам график работы: 2/2 и 6/1;
- ✓ Удобное местоположение киоска (мы постараемся подобрать вакансию ближе к дому);
- ✓ Вакансия подходит для КАНДИДАТОВ «СЕРЕБРЯНОГО» ВОЗРАСТА

ПРИХОДИТЕ К НАМ, ПРИВОДИТЕ СВОИХ ДРУЗЕЙ И ПОЛУЧАЙТЕ ПРЕМИЮ!

Телефоны для связи:
8 (967) 292-04-91, 8 (925) 507-46-48

■ 8 (968) 665-20-06 Продавец билетов «Национальная лотерея». З/п от 40 000 руб. Выплаты два раза в месяц. Сменный график работы по согласованию 7/7; 2/2; 3/3. М. «Савеловская», м. «Пионерская», м. «Бабушкинская», м. «Измайловская»; м. «Преображенская площадь»; МО, г. Химки, ул. Дружбы, 1а. Телефон: 8 (968) 665-20-06

ТЕЛЕФОН ОТДЕЛА РЕКЛАМЫ ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»:

8 (495) 792-47-73

Судьба – штука коварная. То она балует дарами, то, словно разобидевшись, всё отбирает и шлёт испытания.

Ее проделки я не раз испытывала на собственной шкуре, как и мои клиенты, которые обращаются за психологической помощью. Мне всегда было интересно, почему люди по-разному воспринимают окружающий нас мир, поэтому и выбрала эту профессию. За время практики накопилось внушительное количество жизненных историй, которые для обычного человека, вероятно, из ряда вон выходящие. Но для психолога – это просто рабочие будни. О некоторых из них и хочу рассказать.

Выбирай обувь по размеру

У Анны в личной жизни – сплошные неприятности. Умная, привлекательная девушка притягивает всяких, мягко говоря, не тех.

– Я его очень любила, подарки дорогие дарила, а он потом их продавал и уходил в загул с друзьями, – рассказывала на сеансе Анна.

– Думаю, с подарками вы заняли неправильную линию...

– А потом вообще обнагел, – девушка погрузилась в воспоминания. – Крутой профессиональный фотоаппарат обменял на круизный тур, в который взял не меня, а какую-то малознакомую фифу.

– И после этого вы продолжали с ним общаться?

– Некоторое время, думала, что он одумается, ведь нам так хорошо вместе. Но он ушел, сложив свои вещи в мой чемодан. А во всем виновата я – не купила ему подарок.

Другой ее ухажер во время совместного проживания ни разу не пове-

Где оно бродит, личное счастье?



Если человек не потерял способность ждать счастья – он счастлив. Это и есть счастье.
Иван Бунин

сил полотенце на сушилку, всегда кидал, как и свои носки, разбрасывал по всей квартире. И сколько раз девушка ни просила соблюдать элементарные правила поведения на ее территории – бесполезно, они нарушались будто бы ей назло.

– Может, вам стоит расстаться?

– Я же люблю его!

– А себя вы любите?

Точкой в их отношениях стал переезд приятеля ее друга на «пару дней» в квартиру Анны. «Пара дней» затянулись на месяц. Девушка закатила скандал. Мужчина обиделся и, прихватив приятеля, растворился...

– Аня, сколько у вас пар обуви?

– Много. А что?

– Если туфли вам натирают, или каблук высоковат, или просто модель устарела, как поступите?

– Выберу другие туфли.

– Правильно, – улыbnулась я. – Мы меняем обувь на подходящую и не ви-

ним ногу в том, что она не подходит для этой обуви, и обувь тоже не виним, и уж тем более не пытаемся изменить ногу. В переложении этой аллегории на человеческие отношения: думаю, стоит поискать другого человека, а не обвинять во всех бедах себя. Но самое главное – необходимо повысить свою самооценку, которая сейчас находится ниже плинтуса.

Спустя какое-то время я получила смс от Анны, где она коротко известила о своем замужестве. Больше на прием ко мне она не приходила.

Автомобиль как средство от одиночества

После вежливого стука в дверь на пороге оказалась молодая женщина.

– Если вы мне не сможете помочь, то я просто не знаю, что со мной будет.

– Рассказывайте.

У Елены оказалась та же проблема: она не могла выбрать между двумя мужчинами. Любила она обоих, встречалась и с тем, и с другим, претенденты на ее сердце покорно все терпели и ждали ее решения. Ее мучили угрызения совести и двусмысленность положения, но сделать окончательный выбор она никак не могла.

Достаточно банальная история, если б не небольшой нюанс. Дамочка очень хотела научиться водить автомобиль, причем стать не просто автолюбителем, а профессиональным водителем. Только вот незадача: с техникой у нее отношения не сложились от слова «совсем».

Первый претендент отдал ей на растерзание свою старую, но в отличном состоянии машину.

– В итоге я ее разбила, – вздохнула клиентка.

– Но это может случиться с каждым.

– Мой второй (она кокетливо опустила глаза) купил мне новую. На ней я въехала в дерево.

– Знаете, существуют люди, которым требуется гораздо больше времени, чтобы освоить вождение. С другой стороны, возможно, стоит забыть о самостоятельном вождении, – сказала я с полной уверенностью. – Переключитесь на главный вопрос сегодняшнего дня: кто из двух?

– Не могу решить, они оба достойны моего внимания. У меня непрекращающийся внутренний спор в пользу то одного, то другого. Но мужчины сказали, что больше не собираются рисковать моей жизнью и своими финансами. А мне так хочется водить машину!

– Только вы сами можете распутать этот узел, пе-

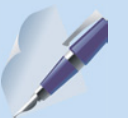
рекладывание принятия решения на «эксперта» ничего не даст. Для начала просто выпишите на листе под именем каждого достоинства и недостатки и сравните результат. Лучше всего сейчас вам сменить привычную обстановку, «заморозить» на некоторое время ваши отношения и принимать судьбоносное решение на свежую голову.

Конец этой истории еще более интересен. Жила Елена, все пыталась разобраться в себе. А разобравшись – определиться с выбором. А потом – наконец выйти замуж. Так прошло лето, потом зима, потом еще год. И вот моя Елена решила уехать далеко-далеко. И от первого своего, и от второго. И купила она тур на Байкал. Там она познакомилась с предпринимателем Андреем. Когда он узнал про несбыточную мечту Елены, только улыбнулся. На следующий день под окнами моя клиентка увидела перевязанный ленточкой автомобиль с шофером. А вскоре она вышла замуж и переехала к супругу.

Говорят, настоящая любовь рождается именно с первого взгляда и возникает в первые тридцать секунд знакомства. Главное знать, где оно бродит, твое личное счастье.

АНТОНИНА

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



На каком языке плачут малыши?

Согласно исследованиям немецких учёных, новорождённый ребёнок кричит с интонацией, характерной для языка его мамы. Они проанализировали плач 60 младенцев и выяснили, что дети из франкоговорящих семей повышают голос при каждом крике, тогда как дети из немецкоговорящих семей – понижают. Такие перепады интонации характерны для соответствующих языков. Ученые предполагают, что голос малыша таким образом подстраивается под маму, чтобы иметь с ней более тесную связь.



Абрикосовые дары

В Древнем Риме абрикосы считались очень ценными фруктами. Поэтому их часто использовали в качестве дорогих подарков на праздниках и торжественных мероприятиях. А из косточек этого плода изготавливали серьги, бусы и амулеты. Считалось, что абрикосовые косточки защищают владельца украшения от злых духов.



И без поезда хорошо

Найти железнодорожное полотно можно почти во всех странах мира. Но вот в Исландии, островном государстве на севере Европы, нет железной дороги общего пользования. В XX веке было три отдельных ветки для строительных нужд, но в настоящее время их разобрали из-за необходимости, ведь всю страну на машине можно объехать менее чем за 24 часа.



Откуда родом новоторы?

А знаете ли вы, где живут люди, которые называются «новоторы»? В России! Так правильно называются жители города Торжок в Тверской области. Это интересное расхождение произошло из-за того, что в древние времена населенный пункт был известен как Новый Торг. С течением времени название города сменилось, а жители так и остались «новоторами».

Светлана СИДОРЧУК

Святой Николай Чудотворец на медали, покрытой чистым золотом



ИМПЕРАТОРСКИЙ
МОНЕТНЫЙ ДВОРЪ

Высшее качество
чеканки «пруф-лайк»

Покрытие чистым
золотом 999 пробы



Специальная цена:
1249 руб.
вместо 2499 руб.

Николай Чудотворец – известный христианский святой, олицетворяющий собой образ милосердия и благочестия. Имя святителя Николая прославлено бесчисленными чудесами, которые заставляют сердца людей трепетать от благоговения и надежды. Его чудеса отличаются особой силой и милостью, они приносят утешение и надежду всем, кто к нему обращается.

Покрытая чистым золотом медаль «Святой Николай Чудотворец» открывает уникальную серию медалей «Небесные покровители». Эта серия посвящена самым известным и почитаемым православным святым, которые освещают наш путь в темные времена, наполняя сердца благодатью и утешением. Их теплая защита окутывает нас в минуты сомнения, помогая вынести бремя жизненных испытаний.

Медали серии отчеканены в премиальном качестве чеканки – с зеркальной поверхностью «пруф-лайк» – и покрыты чистым золотом 999 пробы. Изображения святых нанесены с помощью современной цветной тампопечати, передающей мельчайшие детали изображения.

ВАШИ ПРЕИМУЩЕСТВА И ГАРАНТИИ

- Покрытие из чистого золота 999 пробы.
- Моментальная выгода 1250 руб. на медаль «Святой Николай Чудотворец».
- Вместе с медалями Вы получите аксессуары коллекции без дополнительной оплаты:
 - Сертификат подлинности к каждой медали;
 - персональное Свидетельство о владении серией с уникальным номером.
- Заказав медаль «Святой Николай Чудотворец», Вы получаете приоритетное право на приобретение остальных медалей коллекции примерно 1 раз в месяц.

Цена со второй медали – 2499 руб. + 399 руб. за упаковку и доставку.

Специальный футляр для хранения
и демонстрации медалей и православный
календарь в ПОДАРОК*



*Календарь отправляется в посылке № 1, футляр – в посылке № 2 по цене 1 руб. (стоимость медали в данной посылке уменьшается на 1 руб.). Медали, изображенные в футляре, отправляются отдельно по подписке.

Самый простой способ сделать заказ

По телефону:

8 (800) 250-21-72

(понедельник – воскресенье: 8:00–21:00)

На сайте:

www.imdvor.ru/saint_nikolay

Код для заказа:

12979703

Для быстрого перехода
на страницу
резервирования



Производитель: ООО «Императорский монетный двор»; ОГРН 1127746433462; 111024, г. Москва, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 19. Условия и цены могут отличаться в случае увеличения спроса и стоимости металлов. Актуальные условия уточняйте по телефону 8 (800) 250-21-72 или на сайте www.imdvor.ru/saint_nikolay. Производство: КНР. Материал: медный сплав с покрытием из золота 999 пробы; диаметр медалей: 40 мм. Предложение действительно, пока товар имеется на складе. Срок действия предложения до 01.12.2024. В соответствии с подп. 1 п. 4 ст. 9 и ст. 15 ФЗ РФ «О персональных данных» № 152-ФЗ я предоставляю свои персональные данные, указанные мной в бланке заказа, и даю согласие на их обработку, включая сбор, запись, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), извлечение, использование, передачу (распространение, предоставление, доступ), обезличивание, блокирование, удаление, уничтожение, трансграничную передачу продавцу ООО «Императорский монетный двор» (ОГРН 1127746433462; адрес: 111024, г. Москва, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 19), ООО «БЕТА групп» (ОГРН 5077746982209; адрес: 111024, г. Москва, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 6, этаж 4, помещ. 26, каб. 1403А), АО «Почта России» (ОГРН 1197746000000), ООО «5 ПОСТ» (ОГРН 1187746567568; ИНН 7722461620; адрес: 109029, г. Москва, ул. Средняя Калитниковская, д. 28, стр. 4, этаж 1, помещ. VIII, ком. 7), ООО «ДАЛЛИ-СЕРВИС» (ОГРН 1137746670930; ИНН 7736662574; адрес: 119361, г. Москва, Озерная ул., д. 42, помещ. II, ком. 16), ООО «СТОП-ЭКСПРЕСС СЕРВИС» (ОГРН 1167746637794; ИНН 7723457987; адрес: 115088, г. Москва, Угрешская ул., д. 2, стр. 108, этаж/ помещ. 2/1), ООО «СДЭК-ГЛОБАЛ» (ОГРН 1157746448463; ИНН 7722327689; адрес: 630007, Новосибирская обл., г. Новосибирск, Кривошековская ул., д. 15, к. 1, этаж 1, 2) и их контрагентам. Данное согласие действительно в течение 5 лет. По истечении указанного срока согласие считается продленным на каждые последующие 5 лет при отсутствии моего заявления о его отзыве заказным письмом с уведомлением по адресу: 111116, г. Москва, а/я 62. За пересылку футляра взимается дополнительная плата. При получении посылки на почте взимается комиссия «Почты России» за перечисление наложенного платежа, составляющая 2,5 % от суммы заказа, но не менее 50 руб. Все права на изображения, нанесенные на продукцию ООО «Императорский монетный двор», и иллюстративные материалы защищены законодательством Российской Федерации об авторских и смежных правах, нормами международного права. Подробнее с правилами и условиями заказа товара можно ознакомиться в «Соглашении об условиях заказа товара», размещенном на сайте www.imdvor.ru/rules. РЕКЛАМА