

ЭПИЗОДЫ

ДЕЖАВЮ
КНЯГИНИ
ВОЛКОНСКОЙ **35**



НАГЛЯДНО

ЕЛОЧНЫЙ БАЗАР
ЗЕЛЕНАЯ ПУШИСТАЯ
ПО СХОДНОЙ ЦЕНЕ **7**

НЕДЕЛЯ МЭРА

СЕРГЕЙ СОБЯНИН:
ПОМОГАЕМ
ВETERANAM **4**

ВЕЧЕРНЯЯ
МОСКВА

22-29.12

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК

VM.RU № 50 (27531)
Рекомендованная
цена 10 рублей



ТВ

ГАЗЕТА ДЛЯ СЕМЕЙНОГО ЧТЕНИЯ

**АНАТОЛИЙ
БЕЛЫЙ:
ЧИТАЙТЕ
ДЕТЯМ
СТИХИ!**

Актер уверен: только так можно приучить их любить и понимать великую русскую литературу, только таким образом можно вырастить из них настоящих людей. С этой целью Белый создал проект «Кинопоэзия»

НАЙТИ СЕБЯ

36

По словам Белого, он с одинаковым интересом относится как к главным, так и к второстепенным ролям, потому что любит дело, которому служит

РАБОЧАЯ ПРОФЕССИЯ
ХОРОШИЙ ПЛОТНИК —
НА ВЕС ЗОЛОТА **30**



АВОСЬКА

ИКРИНКА
К ИКРИНКЕ:
НОВОГОДНИЙ
ДЕЛИКАТЕС **9**



Когда деревья были большими, снег в городе скрипел. Так вот — скрип-скрип. Помню, я возвращаюсь из художки, еду с другого конца города, на часах восемь вечера, ледяной декабрь перехватывает дыхание, едва выходишь из автобуса. А до дома еще идти и идти. Родители там, но они достаточно беспечны и не думают, что триста метров по крошечной тьме для меня — чудовищное испытание воли. Но надежд на спутников нет, я выпадаю из автобуса в мрак одна и вступаю на тропинку, что ведет через бывший яблоневый сад на окраине Москвы к нашему дому. Скрип-скрип. Я всем вру, что не боюсь темноты и цинично пугаю ею младшего брата, но на самом деле мне страшно до колик. Скелеты старых яблонь кажутся чудищами, невидимый некто, этот бессловесный «скрип-скрип» уже догоняет, вот-вот схватит за воротник. Где-то впереди плавают в небе золотистый блин фонарного света, но до него еще далеко, и я уже почти бегу, стыдясь своего страха... Зима для меня, маленькой, — черная дыра. Она приходит, раскрывает пасть, глотает осень и погружает землю во тьму.

Пусть будет больше света

РЕПЛИКА Ольга Кузьмина nedelya@vm.ru

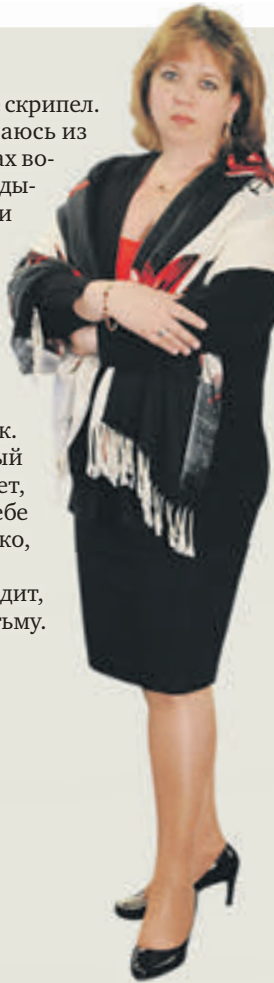
В этой темноте надо как-то дотянуть до весны, где не будет больше болезней, отвратного горячего молока с содой, горчичников, куриного бульона и аспирина от температуры. «Мама, мне нужен фотосинтез, я без света не могу!» — твержу я, а мама смеется чуть печально, как все мамы, у которых дети впадают зимой в череду простуд. Она включает на люстре еще три рожка, и мне сразу становится лучше.

Я так хорошо помню ту Москву, город почти без света, что живущий во мне ребенок, ненавидевший тьму и холод, до сих пор не может привыкнуть к тому, что теперь столица зимой — другая. Во всех учебниках написано, что до Анны Иоанновны по Москве ходили с фонарями, а затем, в декабре 1730 года, государыня велела поставить в Кремле, Белом и Земляном городах да Немецкой слободе стеклянные фонари на столбах, аккуратно через 21 метр — 10 сажен. Где фонарей не поставили, велено было освещать улицу самостоятельно — либо выставляя слюдяные фонари, либо «по две свечи на окно». И так было до полуночи. А дальше начиналась тьма.

Потом было по-разному. Масло и газ сменило электричество. Света становилось больше, он полностью ушел из города только на время войны. Потом вернулся — вместе с миром...

В декабре 2016-го залитая фантастическим «Рождественским светом» Москва вызывает восторг — уже у давно и безнадежно, увя, выросшей девочки, что шла когда-то домой по скрипучим сугробам. На текущие световые фонтаны, арки, мерцающие тоннели и искрящиеся световые «бокалы с шампанским» можно любоваться часами, гуляя по Москве. Вы спросите, нужно ли городу столько света? Да. Потому что он — жизнь. Пусть его будет много в городе, а еще больше — в душе. Ведь если так, то весну можно увидеть и в декабре, совсем не страшной зимой...

Мнение кolumnиста может не совпадать с точкой зрения редакции «Вечерней Москвы»



ПЕНСИЯ

ДЕНЬГИ ПРИДУТ В ЯНВАРЕ

Президент России Владимир Путин подписал Федеральный закон о единовременной выплате российским пенсионерам в размере 5000 рублей в январе 2017 года.

О том, кому положена выплата и как она будет осуществляться, «Вечерке» рассказал начальник главного управления Пенсионного фонда России № 10 Антон Буренин (на фото).

Единовременную выплату в размере 5 тысяч рублей получат все пенсионеры, являющиеся получателями пенсий по состоянию на 31 декабря 2016 года и постоянно проживающие на территории Российской Федерации, независимо от факта работы.

В условиях сложившейся экономической ситуации в стране изменен порядок ежегодной индексации пенсий. До 2016 года пенсии индексировались с учетом роста потребительских цен (страховые пенсии) или роста прожиточного минимума пенсионера (пенсии по государственному пенсионному обеспечению). В этом году осуществлена индексация страховых пенсий неработающих пенсионеров с 1 февраля 2016 года на 4 процента (при инфляции за 2015 год — 12,9%), а с 1 апреля на 4% проиндексированы пен-



Чтобы получить единовременную выплату, никакого заявления от пенсионера не требуется: деньги выплатят до 28 января 2017 года

сии по государственному пенсионному обеспечению. В этой связи было принято решение в форме единовременной выплаты компенсировать пенсионерам за оставшийся период 2016 года до проведения новой индексации в 2017 году разницу между показателями инфляции за 2015 год и проиндексированной с 1 февраля 2016 года индексацией.



Единовременная выплата будет произведена до 28 января 2017 года

Почему размер выплаты составляет именно 5 тысяч рублей? Это примерно соответствует среднему раз-

меру выплаты, которую получил бы пенсионер при второй индексации пенсии в 2016 году.

Чтобы получить выплату, подавать заявление в Пенсионный фонд не требуется, выплата будет произведена разово с 13 по 28 января.

Следует иметь в виду, что граждане, которые выходят на пенсию с 1 января 2017 года, на единовременную выплату рассчитывать не могут. Повторюсь, что она будет выплачена людям, являющимся получателями пенсий по состоянию на 31 декабря 2016 года.

По всем возникающим в связи с выплатой вопросам можно обратиться в клиентскую службу Пенсионного фонда своего района. Адреса и телефоны вы можете найти здесь: pfrf.ru/branches/moscow/contacts/

Алексей Зиновьев
nedelya@vm.ru

ДОРОГИ | Путь свободен. Проезд по городу останется бесплатным

На минувшей неделе Госдума приняла в первом чтении законопроект, позволяющий брать плату за въезд в определенные городские районы.

Вопреки слухам о том, что первой площадкой для эксперимента станет Москва, столичные власти такие намерения категорически отвергают. Комментируя принятый

российским парламентом законопроект, пресс-секретарь мэра Москвы Гульнара Пенькова заявила, что позиция Москвы в данном вопросе неизменна.

— Мы не рассматриваем вопрос платного въезда, — сказала она.

Разговоры о том, что столичные власти могут ввести плату за въезд в центр города, ведутся с 2014 года. Тогда же мэр Москвы Сергей Собянин назвал подобные слухи



За въезд в столицу автомобилистам платить не придется

газетной уткой. Развернуто выступил на этот счет заместитель мэра Москвы, руководитель Департамента транспорта Максим Ликсутов.

— У нас еще есть резервы, где мы можем, используя уже привычные москвичам способы, улучшать дорожное движение, и пробки становятся меньше, — сказал он. — В ближайшие годы мы не собираемся вводить платный въезд ни в границы

МКАД, ни на Садовое кольцо, ни в центр города.

Транспортная политика, проводимая столичными властями, приносит положительные результаты. Скорость движения за последние годы повысилась на 12 процентов. Такую оценку дорожной ситуации в Москве дали международные эксперты на Урбанистическом форуме 2015 года.

Виталий Акопов
nedelya@vm.ru

ФОТО НЕДЕЛИ

19 декабря, понедельник, 11:55
Звезду американского кино Дольфа Лундгрена фотокорреспондент Анна Иванцова поймала в объектив на Манежной площади. Актер вел себя неприступно: фотографировался возле 17-метровой елки, прогуливался по торговым павильонам, кидал на удачу монетку. В общем, делал все, что делает в центре Москвы любой турист...



ГЛАВНОЕ

ЗА СТРАХОВЩИКАМИ ПРИСМОТРЯТ

Требования к представителям медицинских страховых организаций будут ужесточены. По словам вице-премьера правительства РФ Ольги Голодец, от страховщиков будут требовать не только контроля финансового обеспечения полисов, но и строгого наблюдения за качеством оказания медуслуг. Параллельно свой вариант реформы системы обязательного медицинского страхования разрабатывает Всероссийский союз страховщиков.

Президент союза Игорь Юргенс уже предлагал перейти на «европейскую систему медстрахования», при которой государство обеспечивает по страховке лишь часть услуг. За все остальное доплачивает пациент.

МРОТ УВЕЛИЧЕН НА 300 РУБЛЕЙ

Минимальный размер оплаты труда в России (МРОТ) вырастет на 4 процента: с 7500 рублей до 7800 рублей. Соответствующий документ, подписанный президентом Владимиром Путиным, вступит в силу 1 июля 2017 года.



Перечень обязательных работ по напرمонту многоэтажек в столице расширится каждый год (1). В местах массового скопления людей шанс заразиться гриппом повышается в несколько раз (2)

Предположительно повышение МРОТ коснется 930 тысяч работников.

ЭПИДЕМИЯ ОБЪЯВЛЯЕТСЯ ОТКРЫТОЙ

В регионах России объявили эпидемию гриппа. Об этом официально сообщила Анна Попова, руководитель Роспотребнадзора.

— Уже превышены недельные эпидемические пороги в 20 субъектах плюс к этому в 10 центральных городах субъектов, — отметила Анна Попова. Кроме того, статисты Роспотребнадзора с начала простудного сезона зафиксировали 14 935 случаев внебольнич-



ных пневмоний. Это превышает показатель прошлого года за тот же период на 38,7 процента.

КАПРЕМОНТ ПО НОВЫМ ПРАВИЛАМ

Список работ по капремонту многоквартирных домов Москвы расширили. По словам гендиректора столичного Фонда капремонта Артура Кескинова, это сделано по многочисленным обращениям жителей. В новый перечень работ включена замена оконных блоков в подъездах. Кроме того, теперь при неотложном ремонте фасада будет ремонтировать-

ся и крыша. Сокращены сроки замены почти 4 тысяч лифтов в 824 домах.

РАБОТОЙ ТРАНСПОРТА ДОВОЛЬНЫ

Работа общественного транспорта в столице устраивает 76 процентов горожан. По данным ВЦИОМа, 70 процентов опрошенных полностью довольны общественным транспортом, 53 процента уверены, что за 2016 год в этой сфере произошли положительные изменения. 24 процента считают, что изменений не произошло.

Алексей Зиновьев
nedelya@vm.ru

ВЕЧЕРНЯЯ МОСКВА
ГАЗЕТА ЛЮБИМОГО ГОРОДА

Издается с 6 декабря 1923 года. В 1973 году награждена орденом Трудового Красного Знамени. Выходит пять раз в неделю утром. Ежедневник — по четвергам.

УЧРЕДИТЕЛЬ И ИЗДАТЕЛЬ
АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва»

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР Александр Иванович Нуприянов

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР Георгий Рудницкий

ШЕФ-РЕДАКТОР Сергей Сернов

ОТВЕТСТВЕННЫЙ СЕКРЕТАРЬ Галина Нерובה

ВЫПУСКАЮЩИЙ РЕДАКТОР Александр Аюшин

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ
Алексей Белячев (первый заместитель главного редактора — редакционный директор),

Александр Шарно (заместитель главного редактора), Александр Костриков (арт-директор), Иван Юрченко (шеф-редактора сайта), Александр Лосото (редактор отдела специальных корреспондентов и специальных проектов), Алексей Зернов (редактор отдела новостей)

ДИЗАЙН-МАКЕТ Александр Костриков при участии Cases/Associats (Барселона, Испания)

ДИРЕКЦИЯ Софья Хотчинская (заместитель генерального директора по маркетингу и рекламе)

© АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва». 2016. Любая перепечатка без письменного согласия правообладателя запрещена. Иное использование статей возможно только

со ссылкой на правообладателя. Приобретение авторских прав: тел. (499) 259-36-25

АДРЕС РЕДАКЦИИ
127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2
Тел. (499) 557-04-24, факс (499) 557-04-08
E-mail: nedelya@vm.ru

VM.RU
РЕКЛАМНАЯ СЛУЖБА Тел. (499) 557-04-01, E-mail: reklama@vm.ru

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений, сообщений информационных агентств и материалов на коммерческой основе

КОНТРОЛЬ КАЧЕСТВА ДОСТАВКИ
Тел. (499) 557-04-00

ОТДЕЛ ПОДПИСКИ
Тел. (499) 557-04-05, E-mail: podpiska@vm.ru

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС 32057

Выпуск осуществлен при финансовой поддержке Департамента средств массовой информации и рекламы города Москвы. Цена договорная. Газета распространяется в Москве и Московской области

ОТПЕЧАТАНО «Прайм Принт Москва» 141700, Московская обл., г. Долгопрудный, Лихачевский пр-д, 5Б.

Тираж ежедневного выпуска 906 940 экз.

ABC Сертифицирован Бюро тиражного аудита — ABC. www.press-abc.ru

Газета в Роскомнадзоре. Свидетельство ПИ №ФС77-55713 от 21 октября 2013

Срок сдачи номера в печать 20.11.2016, 21.00. Подписано в печать 20.11.2016, 21.00

НЕДЕЛЯ МЭРА



ВОЛШЕБНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ

ЦИФРА

6,7%

процента составит рост тарифов на жилищно-коммунальные услуги с 1 июля 2017 года. Льготы и субсидии на оплату ЖКУ в столице имеют около 4 миллионов человек 52 льготных категорий. Это самый высокий показатель по России



1

16 декабря 2016 года. Мэр Москвы Сергей Собянин открывает «Путешествие в Рождество» (1). Вид на Москву с башни «Эволюция» (2). 14 декабря 2016 года. Конференция Совета ветеранов (3)



3



Вардан Оганджаниян
nedelya@vm.ru

Открытие зимних фестивалей «Путешествие в Рождество» и «Рождественский свет», участие в конференции Московского совета ветеранов и осмотр участка Южной рокады — такой была рабочая неделя мэра Москвы Сергея Собянина.

Волшебство одним касанием

Сергей Собянин открыл традиционный московский фестиваль «Путешествие в Рождество». Вместе с Дедом Морозом и Санта-Клаусом он нашол на символическую кнопку и, дав старт работе праздничных площадок, зажег яркие разноцветные огни над столицей. В минувшую пятницу по всей столице открылись 42 фестивальные площадки. В «Путешествии в Рождество» принимают участие гости из 40 регио-

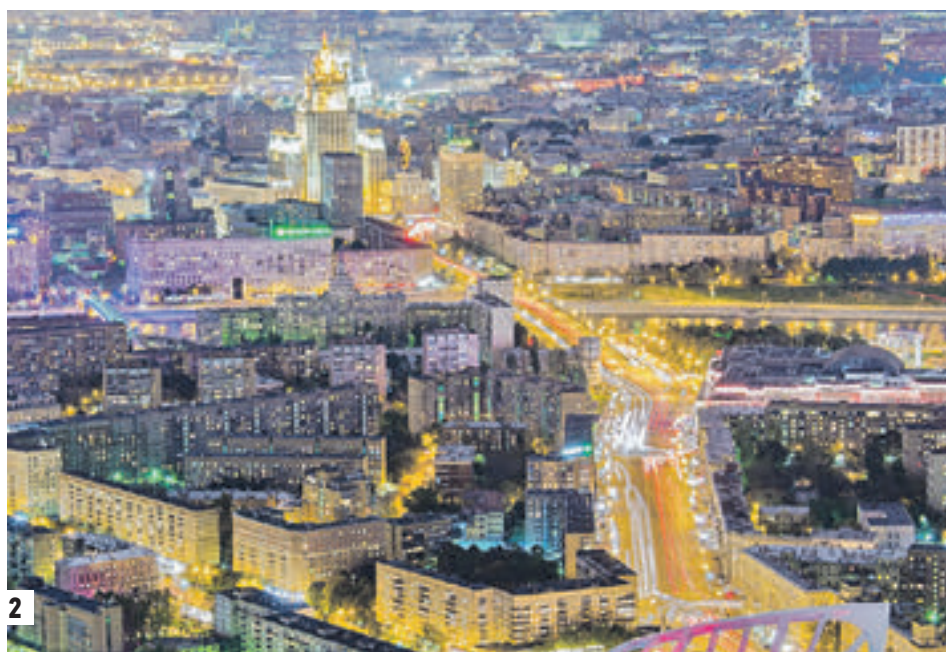
нов России и 15 зарубежных стран.

— Здесь представлены замечательные шале, елки, карусели, анимация, уличные театры, — сказал Сергей Собянин. — Посмотрите, как много лампочек, световых инсталляций — это сделали художники из Италии, Франции, российские художники. Так что рождественский фестиваль будет незабываемым, праздничным, интересным и полюбится москвичам.

Фестиваль «Путешествие в Рождество» продлится до 15 января. Параллельно с ним — до 19 февраля — проходит фестиваль праздничных световых инсталляций «Рождественский свет».

Встреча с ветеранами

Сергей Собянин принял участие в отчетной конференции Московской городской общественной организации пенсионеров, ветеранов войны, труда, Вооруженных сил и правоохранительных органов.



2

— Мы в этом году празднуем большую дату — 75 лет Битвы под Москвой, которая определила судьбу любимого города и судьбу страны, — обратился к присутствующим мэр Москвы.

Собянин поблагодарил участников конференции и членов ветеранских организаций за неравнодушие к жизни Москвы.

— Мы активно внедряем новые формы адресной помощи. В приоритетном порядке идет реализация программы ремонта квартир ветеранов, — сказал Сергей Собянин.

Пожилым людям оказывается материальная помощь в виде предоставления предметов первой необходимости и продуктов питания.

По словам Сергея Собянина, Москва продолжит политику поддержки ветеранских организаций, в том числе и материальной, будет ежегодно их финансировать. В этом году в рамках партнерства государства и общественности размер субсидии составил более одного миллиарда рублей.

Дорожное строительство

Осматривая ход строительства одной из трех будущих поперечных магистралей столицы, Южной рокады, мэр напомнил о прозвучавшем в послании президента Владимира Путина указании о необходимости строительства дорог. В ближайшие три года в Москве будет построено еще свыше 350 километров улично-дорожной сети, а также 70 искусственных сооружений.

— Речь идет о таких серьезных проектах, как Южная рокада, на которой мы сегодня находимся, Северо-Западная и Северо-Восточная хорда, реконструкция Калужского шоссе, связка между Калужским и Киевским шоссе в Новой Москве, — подчеркнул мэр Собянин. — Так что масштабное строительство будет продолжаться. Все эти объекты строятся в первую очередь там, где наиболее сложная транспортная ситуация, где больше всего пробок, где больше всего проблем.

ПОРА НА ЕЛКУ

246 ЕЛОЧНЫХ БАЗАРОВ РАБОТАЮТ В ЭТОМ ГОДУ В СТОЛИЦЕ — ВО ВСЕХ АДМИНИСТРАТИВНЫХ ОКРУГАХ, ВКЛЮЧАЯ НОВУЮ МОСКВУ. НА СОБОРНУЮ ПЛОЩАДЬ КРЕМЛЯ УЖЕ ДОСТАВЛЕНА ГЛАВНАЯ НОВОГОДНЯЯ ЕЛКА — 30-МЕТРОВАЯ КРАСАВИЦА ИЗ ИСТРИНСКОГО ЛЕСА

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



Алексей Немерюк
глава Департамента торговли и услуг города Москвы

То, что продается на новогодних базарах по Москве, — это в основном отечественные елки из регионов. В прошлом году стоимость деревьев начиналась от 550 рублей за метр, в этом году прогнозируется повышение цены на 10–15 процентов.

Расположение

Адреса елочных базаров можно найти на портале открытых данных data.mos.ru. Места организации елочных базаров выбрали москвичи, голосуя на портале «Активный гражданин»

Происхождение

Дерево было срублено в Истринском районе Подмоскovie, недалеко от сельского поселения Онуфриевское

Конкуренция

Эта ель выиграла своеобразный конкурс красоты среди 50 деревьев-конкурентов

Украшения

Елку украсят разноцветными шарами, общий вес которых превышает 300 килограммов, и электрическими гирляндами общей длиной более 100 метров

Макушка

Елку венчает ставшая традиционной Рождественская звезда

Параметры

Высота выбранной ели: 30 метров. Диаметр ствола: 60 сантиметров. Размах нижних ветвей: более 15 метров. Возраст: более 100 лет

ГЛАВНАЯ ЕЛКА СТРАНЫ

Отбор дерева проводила специальная комиссия Управделами президента Российской Федерации. Елка будет установлена на Соборной площади Кремля

Правила торговли

На каждом базаре должны быть средства пожаротушения, зарегистрированный кассовый аппарат, книга жалоб и предложений

Ассортимент

Помимо ставших привычными елок, на базарах будут торговать и другими хвойными деревьями: пихтами, декоративными соснами и так далее

Цена

Стандартные цены начинаются от тысячи рублей за погонный метр

Оформление

Все торговые точки должны быть оформлены в праздничном новогоднем стиле

Упаковка

На каждом базаре должна быть установлена упаковочная машина. Елка должна быть упакована в специальную сетку, без которой ее транспортировка в общественном транспорте не допускается. К елке обязательно должен прилагаться товарный чек

Информация

На каждом елочном базаре должен быть информационный стенд с названием фирмы-продавца и ее юридическим адресом, а также информация о режиме работы и преискуртант

Ограждение

Рассматривается проект единой конструкции ограждения елочных базаров, стилизованный под форму новогодней елки

Освещение

В темное время суток территория елочного базара должна быть хорошо освещена

Время работы

Покупатели смогут приобрести елку практически до боя курантов в новогоднюю ночь

УЗНАТЬ ХАРАКТЕР ДЕПУТАТА ИЛИ ГОССЛУЖАЩЕГО ПОМОГАЕТ НЕФОРМАЛЬНОЕ ОБЩЕНИЕ ВНЕ СТЕН КАБИНЕТА. СМЕНА ОБСТАНОВКИ РАСПОЛАГАЕТ К ОТКРОВЕНИЯМ

ТАК ЗАКАЛЯЛАСЬ СТАЛЬ

Сегодня в постоянной рубрике «Начистоту» выступит глава управы района Отрадное Владимир Литовский. Он рассказал «Вечерке» о связи своих предков с императорским двором Петра Первого, раскрыл секрет бодрости и признался, от чего плакал в детстве.

- Если театр начинается с вешалки, то управа начинается с меня.
- Возжики надо всегда держать натянутыми.
- Во всем должен быть порядок. Поэтому, если мои подчиненные не хотят, к примеру, носить галстук, я предлагаю им оставить должность и ходить без галстука.
- Я привык быть очень рациональным. Даже у себя дома никогда не сделаю лишнего шага.
- Мои предки приехали в Россию во времена Петра Первого. Отец рассказывал мне, что первый из них служил начальником личного охранного полка императора.
- Я сын диссидента. Отец имел немецкие корни, и это сильно сказалось на его жизни. Когда началась война, его в одном из первых эшелонов отправили в ссылку в Казахстан. Мне же мои германские корни помешали пойти служить на флот, чего я очень хотел.

Меня не взяли по «пятой графе» (графа «национальность»). — «ВМ».

- Многие не верят, что я из Караганды, когда отвечаю на вопрос, где я родился.
- На медовый месяц лучше всего отправиться в тайгу. Там молодоженам точно никто не помешает наслаждаться друг другом.
- Однажды, когда я ехал домой с работы, я посчитал ради интереса, что в вагоне метро ровно 60 мест. И тогда же я заметил, что из 60 сидящих только один уступил место старшему.
- Если неожиданно отключат интернет, для молодого поколения это будет катастрофой. Выживут только люди советской закалки, такие как я.
- Я из того поколения, которое не могло жить без дискотек. Раньше я отлично танцевал! Но сейчас уже как-то «не цепляет».
- Прийти на дискотеку и не подражаться — это все равно что пить водку без пива.
- Самое русское слово — «поехали!»
- Я бы с радостью пригласил Джека Лондона на чашечку чая.
- На самом деле мы во многом похожи с Мартином Иденом, персонажем одно-

именного романа Лондона. Мы оба были никем и сумели добиться того, чего больше всего хотели.

- Когда мой сын отрастил бороду, я стал называть его рыжим шахидом. Но даже если он покрасит волосы в синий цвет, я не заставлю его меняться. Он личность. А личность надо уважать.
- Если бы мне в молодости предложили сняться в кино, я бы стал каскадером.
- В Советском Союзе я был почти миллионером. Я работал в шахте. У людей средняя зарплата была 100–120 рублей, у меня же — 300!

Мои немецкие предки невольно помешали мне пойти служить на флот, чего я очень хотел. Меня не взяли по «пятой графе»

В 26 лет я купил свою первую машину — «Жигули». Она тогда стоила 7800 рублей. Кто еще мог себе такое позволить?

- Когда я работал шахтером, моим примером для подражания был наш начальник участка. Он учил меня всегда говорить только правду, какой бы ужас-



23 октября 2016 года. Глава управы района Отрадное Владимир Литовский

- ной она ни была, и быть критичным к себе. Сегодня я невероятно признателен этому человеку за уроки жизни.
- Я всегда любил скорость. Летом обожаю ездить на квадроцикле, зимой — на снегоходе. А еще у меня на даче есть скутер. Я на нем обычно за квасом ездю.
- В следующем году я обязательно займусь дайвингом.
- В детстве мы любили собираться всей семьей и смотреть индийские фильмы. Помню, почти каждый из них заставлял меня плакать.
- Меня часто наказывали родители, когда я играл в футбол. Наверное, из-за того, что я каждый раз рвал свои кроссовки, и их приходилось снова зашивать. Снова и снова. А вы знаете, сколько тогда стоили новые кроссовки?!
- Мой секрет бодрости — чашечка эспрессо после обеда.
- Больше всего на свете я ненавижу ложь.
- Если бы моя жизнь была фильмом или песней, я назвал бы ее «Как закалялась сталь».
- Я никогда не унываю.

ДОСЬЕ

Владимир Литовский родился 31 мая 1957 года в Казахской ССР. В 1976 году окончил Карагандинский горный техникум. В 1977–1979 годах служил в ВМФ. В 1990 году окончил Чувашский государственный университет имени И. Н. Ульянова по специальности «промышленное и гражданское строительство». В 2005 году получил второе высшее образование в Московском государственном университете технологий и управления по специальности «бухгалтерский учет, анализ и аудит». С 1979 по 1989 год работал шахтером. С 2001 по 2011 год работал в нескольких районах столицы первым заместителем главы управы. С 2011 года занимает пост главы управы района Отрадное города Москвы. Женат, есть взрослый сын.

- Обычно, когда я передаю кому-то привет, люди почему-то пугаются.

Подготовил Павел Ефимов nedelya@vm.ru

СОВКОМБАНК

денежный кредит «12% плюс»

ВЫ ПЕНСИОНЕР? ДАДИМ ВАМ 12%



ПОМОГАЕМ ПОМОГАТЬ

www.sovcombank.ru. 100 000 руб. на 12 мес. по «Денежному кредиту «12% плюс» клиентам 20-85 лет. 12% годовых при соблюдении условия: безналичное расходование за первые 25 дней договора от 80% суммы кредита, 17% годовых — при несоблюдении условия. Выдается по паспорту, второму документу и справке 2-НДФЛ (пенсионерам не требуется) по усмотрению ПАО «Совкомбанк». Генеральная лицензия Банка России №963. На правах рекламы.

звонок по России бесплатный
8 800 350 60 60
www.sovcombank.ru

ПРАВИЛЬНО ВЫБРАТЬ ПРОДУКТ И НЕ ПРОГАДАТЬ С ЕГО КАЧЕСТВОМ ЧИТАТЕЛЯМ «ВЕЧЕРНЕЙ МОСКВЫ» ПОМОГАЮТ ЭКСПЕРТЫ. В ЦЕНТРЕ ВНИМАНИЯ ОЧЕРЕДНОЙ ПУБЛИКАЦИИ НАШЕЙ РУБРИКИ «АВОСЬКА» — КРАСНАЯ ИКРА

ИКРА НАСТОЛЬНАЯ КРАСНАЯ



Милена Мебиус
m.mebius@vm.ru

Одним из самых популярных деликатесов, которые вот уже много лет украшают новогодний стол, остается красная икра. О том, как определить качество этого продукта, подробно рассказала кандидат технических наук, эксперт в области производства пищевых продуктов Ольга Тихонова.

Самое простое правило — не покупать икру в непроверенных торговых точках или с рук. Лучше довериться супермаркетам или специализированным магазинам. Иначе есть риск приобрести продукт, который может нанести вред здоровью.

Красную икру фасуют в разные упаковки — пластиковые контейнеры, стеклянные и жестяные банки. У каждой есть свои недостатки и достоинства. Срок хранения икры в пластике невелик — до трех дней. Потому при покупке нужно обращать внимание на маркировку и дату фасовки. Плюс пластикового контейнера — его прозрачность. Так что оценить внешний вид икры можно без труда. То же самое можно сказать и о стеклянных банках. Но если вы купили икру в стекле, то помните — хранить ее нужно в темном месте.

Чаще всего на прилавках встречается икра в жестяных банках. Нередко производители пользуются тем, что продукт невозможно увидеть до открытия, и недокладывают икринки, компенсируя массу большим количеством жидкости. Так что перед покупкой банку нужно слегка потрясти. Если услышите характерный «булькающий» звук, значит, там много жидкости и брать такую икру не стоит.

Красную икру добывают из рыб лососевых пород. К ним относятся форель, горбуша, кета, нерка, кижуч. Если на упаковке написано, из какой именно рыбы икра,

то этот продукт первого сорта. А если же производитель ограничился лишь фразой «зернистая лососевая», то это второсортная закуска, которая даже может быть замороженной или залежавшейся. По ГОСТу в состав икры должны входить соль, один-два консерванта и, разумеется, сама икра. У качественного продукта других добавок быть не должно.

КСТАТИ

Деликатесом красная икра стала лишь в конце XIX века. До этого ее выбрасывали вместе с рыбьей требухой. Потом она стала одним из ингредиентов салата, приготовленного Люсьеном Оливье.



Эксперт «ВМ» напоминает: красная икра, упакованная в пластиковые контейнеры, может храниться не более трех суток



БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ

Отличить настоящую икру от искусственной довольно просто. Во-первых, у подделки низкая, заманчивая цена. Во-вторых, форма искусственных икринок идеально ровная, и они легко скатываются с ложки. Если залить икру горячей водой, и она растворит-

ся, — сомнений нет, это икра искусственная. Даже если происхождение икры не вызывает сомнений, но на крышке банки в качестве даты производства указан зимний месяц — перед вами продукт плохого качества: икру добывают во второй половине лета.

Для здоровья суставов принимайте лучшее¹ — средства серии «ХОНДА»



Достоинства натуральных² средств «ХОНДА»:

- Максимальные дозировки самых важных для здоровья суставов компонентов от лучших мировых производителей: коллаген — 8000 мг, хондроитин — 800 мг, глюкозамин — 1350 мг, гиалуроновая кислота — 50 мг, MSM — 600 мг³
- Большой выбор форм выпуска: капсулы, таблетки, кремы, напиток — для любых предпочтений
- Совместное применение крема и таблеток обеспечивает двойное действие — снаружи и изнутри



«ХОНДА drink» хондропротекторный напиток

Рекордсмен⁴ по составу! Максимум⁴ коллагена, хондроитина, глюкозамина, гиалуроновой кислоты и MSM для усиленного питания суставов



«ХОНДА Глюкозамин максимум»

Высокое содержание глюкозамина — 750 мг в 1 таблетке, как в аналогах, но по выгодной цене⁵



«ХОНДА Форте» таблетки

500 мг хондроитина и 500 мг глюкозамина в 1 таблетке, как в аналогах, но по выгодной цене⁵



Крем «ХОНДА»

Максимум⁶ хондроитина и глюкозамина способствует глубокому⁷ проникновению через кожу



ПРОИЗВЕДЕНО «ЭВАЛАР»:
ВЫГОДНАЯ ЦЕНА,
ВЫСОКОЕ КАЧЕСТВО
ПО СТАНДАРТУ GMP
СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ!



Горячая линия «Эвалар»
8-800-200-52-52
(Звонок бесплатный)

www.evalar.ru

Заказывайте на сайте www.apteka.ru с доставкой в ближайшую аптеку.

Реклама.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

¹ В ассортименте ЗАО «Эвалар». ² По действующим компонентам. ³ Дозировка в БАД «Хонда Drink» (напиток). ⁴ В серии «Хонда». ⁵ По данным ЗАО «Группа ДСМ» за декабрь 2016. ⁶ По содержанию хондроитина и глюкозамина среди кремов компании «Эвалар». ⁷ За счет содержания Тизоля в составе крема, который обеспечивает глубокое проникновение через дерму (Емельянов А.С., Смирнова М.В., Ковтун О.П., Петров А.Ю., Емельянова И.В. ООО «ОЛИМП», г. Екатеринбург¹, ГОУ ВПО «Уральская государственная медицинская академия» Росздрава г. Екатеринбург², Решение проблемы целенаправленной доставки лекарственных веществ в патологический очаг).

Телефон
рекламной
службы «ВМ»



(499) 557-04-01,
доб. 112, 119

ЖИЗНЬ В ПАНСИОНАТЕ

Переезжайте в пансионат для пожилых людей на постоянное проживание!



Полное обеспечение



Внимание персонала



Постоянное общение



Забота 24 часа

Только для жителей
Москвы и области!

Тел. (495) 120-10-03



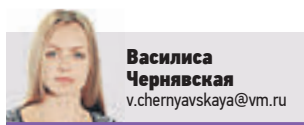
реклама



26 марта 2016 года. Сварщик Александр Шальнев на городских стройках трудится много лет

ОБСУЖДЕНИЕ
ИТОГОВ ГОДА
В СФЕРЕ ДОРОЖНОГО
СТРОИТЕЛЬСТВА
В НОВЫХ ОКРУГАХ
И ПЛАНОВ РАЗВИТИЯ
НА СЛЕДУЮЩИЙ ГОД
ПРОШЛО
В ПРЕСС-ЦЕНТРЕ
РЕДАКЦИИ ГАЗЕТЫ
«ВЕЧЕРНЯЯ МОСКВА»

ДОРОГИ — ОКРУГАМ



**Василиса
Чернявская**
v.chernyavskaya@vm.ru

Вопрос транспортного обслуживания Новой Москвы — один из острых. За четыре с половиной года была проделана огромная работа по проектированию, строительству и реконструкции магистралей в двух самых крупных столичных округах. В число дорог, которые решено реконструировать в первую очередь, вошли основная магистраль Новой Москвы — Калужское шоссе, работы на котором начались в 2014 году, и многочисленные поперечные дороги-связки между радиальными трассами при-

соединенных территорий. Безусловным приоритетом станет и строительство Центральной кольцевой автомобильной дороги. Конец года станет важным этапом для строителей. Именно в декабре они приступят к возведению автомобильной дороги из района Бутово к трассе «поселок Коммунарка — село Остафьево» и магистрали «М-3 Украина — деревня Середнево — деревня Марьино — деревня Десна». В начале года стартует реконструкция автодороги от Минского шоссе до Боровского шоссе. Длина трассы составит 8,3 километра. Завершить эти работы планируется в 2019 году. Помимо этого, в следующем году начнутся и в 2019 году закончатся работы по цело-

му ряду дорог: «Воскресенское — Каракашево — Щербинка», «Варшавское шоссе — деревня Андреевское — деревня Яковлево», «Калужское шоссе — деревня Яковлево», участка Остафьевского шоссе, первый этап дороги «Марьино — Саларьево», а также автодороги от деревни Ботаково до Калужского шоссе. Также в 2018 году начнется строительство второго участка дороги «Марьино — Саларьево», который будет запущен в 2020 году. При этом городские власти увеличили объем финансирования строительства и реконструкции дорог в Новой Москве. Всего до 2018 года по адресной инвестиционной программе планируется потратить более 11 миллиардов рублей.

ЦИФРА

14

автодорог построят и реконструируют в Новой Москве к 2018 году.

СПРАВКА

До 2035 года в Троицком и Новомосковском округах построят около 600 километров дорог.



МНЕНИЯ ЭКСПЕРТОВ



Валерий Шкуров
первый заместитель руководителя
Департамента развития новых
территорий Москвы

Перед нами стоит задача — создать благоприятную среду для проживания более чем 300 тысяч горожан. И один из важнейших вопросов — создание качественного транспортного каркаса Новой Москвы. Новые магистрали — это трассы по четыре полосы движения, с выделенками для автобусов, с велодорож-

ками, хорошим освещением на всей протяженности и широкими тротуарами. За прошедшее время нам удалось ввести в эксплуатацию 13,4 километра дорог. Уже введены в строй три дороги, которые помогли расширить так называемые узкие места и обеспечить коммуникацию между новой и исторической частями города. В настоящее время в строительстве и проектировании находятся более 200 километров дорог. За прошедшие годы нам удалось создать огромный задел на будущее. Только в следующем году намерены сдать более 30 километров дорог. Объемы с каждым годом будем наращивать.



Сергей Сьянов
директор государственного
казенного учреждения Москвы
«Развитие Московского региона»

Построенные дороги серьезно изменили жизнь горожан, выбравших в свое время новые округа для проживания. Например, введенная в строй центральная дорога до Коммунарки с выходом на Бутово позволяет говорить о том, что присоединенные территории становятся полноценной частью Москвы.

Однако до сих пор при проектировании и строительстве дорог остро стоит вопрос освобождения земельных участков для развития транспортной инфраструктуры. В основном удается договориться с собственниками земли и строений, а город выплачивает компенсацию за изымаемое имущество. Оценивают его по рыночной стоимости. В 2017 году мы ожидаем ввод сразу трех магистралей. Среди них: дорога, которая соединит Минское и Боровское шоссе, трасса до деревни Ботаково и Троицка, поперечная связка между Киевским и Калужским шоссе, последнюю уже строят.



Андрей Барковский
советник руководителя
Департамента развития новых
территорий Москвы

Новая Москва — это мегапроект, и его развитие не обходится без привлечения жителей. Вопросы строительства дорог активно обсуждались с горожанами на публичных слушаниях. Это позволило скорректировать планы прохождения трасс. Немаловажно то, что на новых дорогах сразу появляются маршруты общественного транспорта.

Это удобно для жителей районов и поселений Новой Москвы. В настоящее время на повестке дня — создание поперечных связей, которые позволят соединить разрозненные поселения. Соседствующие территории еще предстоит связать транспортными артериями, запустив затем по ним новые маршруты автобусов и трамваев. Удобные транспортные связи помогают создавать новые рабочие места в Новой Москве, строить социальные объекты, возводить комфортное жилье для горожан. Мы получаем все больше положительных откликов от тех, кто выбрал Троицкий и Новомосковский округа для проживания.

7 ПЛЮСОВ водорослей для активной зимы

Зима — традиционное время простуд. Причина — в быстрой смене погоды, в контактах с болеющими людьми, в слабом иммунитете. Как не встретить Новый год с температурой и в полной мере насладиться этим прекрасным временем года?

Даже если вы закаляетесь, принимаете витамины, правильно питаетесь и делаете физические упражнения — этого недостаточно. Особенно если вы начали это делать недавно и организм еще не успел выработать зимнюю защиту. Помочь ему можно, употребляя специальные натуральные продукты с полным набором биоактивных веществ. Например, гель на основе ламинарии (морской водоросли) ЛАКТОМАРИН, вырабатываемый из слоевищ бурых морских водорослей, произрастающих в чистых водах на побережье Дальнего Востока. Микро- и макроэлементный состав ламинарии очень близок составу физиологических жидкостей сред человеческого организма — крови и плазме, поэтому ее биоактивные вещества как нельзя лучше подходят для полноценного функционирования нашего организма. Правда, имеет огромное зна-

чение, в каком именно виде мы употребляем водоросль... Например, в морской капусте полезных веществ очень мало, мы можем усвоить всего 2–4% всего объема ее полезных веществ.

Российские ученые изобрели технологию, позволяющую расщепить твердую оболочку водоросли без потери ее полезных свойств, — метод низкотемпературного гидролиза. Он позволяет разрушить клеточную стенку водорослей и освободить все полезные вещества ламинарии, которые усваиваются нашим организмом на 96%!

Это одна из крупнейших научных разработок в отечественной науке за последние годы. Гель ЛАКТОМАРИН обладает очищающим, оздоравливающим и восстанавливающим действиями. Это полный набор необходимых человеку микро- и макроэлементов (йод, селен, калий, магний, кальций, фосфор, медь и др.), аминокислот, витаминов, полиненасыщенных жирных кислот, биологически активных веществ в форме полисахаридов, в том числе ламинарин, альгиновая кислота, фукоидан — вещество, по свидетельству японских ученых, обладающее

мощной противовоспалительной активностью. Всего в составе продукта около 40 полезных веществ в легкоусвояемой форме. РАМН рекомендует ЛАКТОМАРИН для широкого применения с целью оздоровительного питания, а также в комплексной поддержке сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта, обмена веществ и др. Мы расскажем Вам о 7 плюсах ЛАКТОМАРИНА, и после этого у вас точно не останется ни малейших сомнений в том, почему ЛАКТОМАРИН так полезен!

Очищение и оздоровление организма

ЛАКТОМАРИН — активный энтеросорбент, способствующий выведению из организма токсичных веществ, — алкоголя, свинца, ртути, кобальта, а также радиоактивных элементов, производных урана, стронция и др. Регулярный прием геля способствует очищению и нормализации обменных процессов.

Забота о работе желудочно-кишечного тракта

Запор и диарея — это не только дискомфорт, но и опасность для нашего здоровья в результате накопления токсинов,

отравляющих наш организм. ЛАКТОМАРИН способствует усилению перистальтики кишечника и стимуляции естественного очищения.

Гель обеспечивает баланс здоровой микрофлоры кишечника и восстановление нарушенных функций органов пищеварения и желудочно-кишечного тракта.

Помощь сердцу

ЛАКТОМАРИН способствует очищению крови, кровяного русла и сосудов сердца, улучшению кровообращения, укреплению стенок сосудов. Благодаря природному йоду гель способствует уменьшению вязкости крови, что помогает предупредить многие возможные проблемы с самочувствием.

Помощь в нормализации обменных процессов

Ламинария — источник органических соединений йода, отвечающего за обмен веществ. Благодаря продукту стабилизируются обменные процессы, кислородный обмен в тканях, работа сердечно-сосудистой системы. Вы будете бодры и веселы, активны и позитивны, итог — вы в тонусе, энергичны, полны сил, у вас отличное настроение!

Комплексное здоровье и долголетие

Высокая антиоксидантная активность геля помогает замедлять процессы старения. Полезное воздействие ламинарии на организм подтверждено результатами многочисленных исследований японских ученых. Тестирование геля на участниках контрольных групп показало замечательные результаты применения продукта в качестве полезного восстановительного питания, а также комплексной терапии.

Поддержание здоровья, бодрости и хорошего самочувствия

Эксперты считают, что старость наступает не от возраста и не от заболеваний, а от усталости мозга на программу старения. Быть молодым душой, постоянно находиться в отличном настроении, радоваться каждому новому дню и находить силы для новых свершений и побед по силам каждому. Мы не обещаем чуда, но точно знаем, что гель ЛАКТОМАРИН станет отличным подспорьем для каждого, кто отказывается стареть и хочет наслаждаться жизнью в полной мере.



ЛАКТОМАРИН

в 100 г ЛАКТОМАРИНА содержится:

- Йод в органической форме (90% от РСП*)
- Фукоидан (100% от РСП*)
- Растворимые пищевые волокна (125% от РСП*)
- Незаменимые аминокислоты, витамины А, С, В1, В2, В6, полиненасыщенные жирные кислоты, более 40 макро- и микроэлементов, в том числе: кальций, хром, марганец, цинк, железо, магний, фосфор, калий, медь, серебро, селен, кремний.



Новогодняя акция!
При покупке комплекса подарок на выбор!

ОГРН 1137746368506 000 «УК» «Современные биотехнологии» «Подмосковье»

Эффективен при нарушении работы ЖКТ, сердечно-сосудистой, иммунной, эндокринной систем, опорно-двигательного аппарата

8 (495) 127 95 82

(звонок бесплатный)

www.laktomarin.ru

ДОСТАВКА БЕСПЛАТНО

125315, Москва, Ленинградский пр-т, 80, оф. 102.

Не содержит ГМО, консервантов, ароматизаторов и красителей. *РСП — рекомендуемая суточная потребность



РЕКЛАМА

В ПРЕСС-ЦЕНТРЕ РЕДАКЦИИ ГАЗЕТЫ «ВЕЧЕРНЯЯ МОСКВА» НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ НАЗАД СОСТОЯЛСЯ КРУГЛЫЙ СТОЛ НА ТЕМУ «ПРОГРАММА «МОЯ УЛИЦА». ИТОГИ 2016 ГОДА»

СДЕЛАНО С ЛЮБОВЬЮ



Никита Миронов
n.mironov@vm.ru

В уходящем году эта программа буквально преобразила центр Москвы. На Садовом кольце и Новом Арбате впервые за много лет появились деревья. Всего же в центре Москвы, как выяснилось в ходе круглого стола, было высажено свыше 2,8 тысячи деревьев и более 55 тысяч кустарников. Всего программа «Моя улица» в этом году затронула порядка 60 адресов. Работы прошли на основных центральных улицах и магистралях. Помимо Садового кольца работы прошли на Тверской, Таганской, Большой Якиманке, Моховой... — Речь шла не просто о расширении тротуаров или, скажем, озеленении, — рассказывает руководитель муниципального образования Арбат Евгений Бабенко. — Это не история точечного благоустройства на отдельной улице. По сути, в разных районах города была создана новая, более комфортная среда обитания.



1

АГЕНТСТВО МОСКВА

ЦИФРА

20

лет на Тверской улице не было полноценных деревьев, но благодаря программе «Моя улица» они появились. В рамках программы на одной из главных улиц города высадили 104 дерева, из них 90 крупномерных лип. Высота каждого дерева от 7 метров. Кстати, они смогут удерживать до 10 тонн пыли за год.

СПРАВКА

На магистралях, реконструированных в ходе программы «Моя улица», средняя скорость движения выросла на 28 процентов. На 67 процентов сократилось количество ДТП. При этом количество пешеходов увеличилось в 2–7 раз. В следующем году в рамках программы планируется благоустроить 14 набережных Москвы-реки.

Центр Москвы преобразился после реализации программы «Моя улица». Улицы Тверская (1) и Никольская (2)

2



PHOTOPRESS



КОММЕНТАРИИ ЭКСПЕРТОВ



Полина Фокина
урбанист
Программа «Моя улица» решала две ранее противоположных задачи: чтобы автомобилисты поехали, а пешеходы пошли. И обеих целей удалось во многом добиться. Единственное, чего хотелось бы — это расширение диалога власти и горожан о ходе реализации программы.



Дарья Головчанская
редактор газеты «Москва Центр»
Сколько жителей — столько мнений! Люди могут выбрать цвет плитки или виды деревьев для высадки. Но более глубокие вещи, саму концепцию реконструкции улицы — должны решать специалисты. Недавно была в Сингапуре, там все решения, изменяющие городскую среду, принимают профессионалы.



Андрей Синьков
общественный советник Басманного района
При благоустройстве города жителей не только слушают, но и слышат. Когда мы говорим: «Сделайте во дворе детскую площадку!» — ее реально делают. Просим шлагбаум — его ставят. Попросили побольше зелени — во дворе появилось 20 деревьев. Жители очень довольны.



Олег Бережной
генеральный директор группы компаний «Кардос»
Мне как москвичу происходящее нравится. Лет 10 назад, на мой взгляд, Москва была каким-то Шанхаем — у любого метра было тесно, на любой улице такое движение, что не припарковаться. Но сейчас ситуация иная. Теперь город не стыдно показывать иностранцам.

ПОЛУЧАЙТЕ ДИВИДЕНДЫ В НОВОМ ГОДУ!

Уже очень скоро наступит новый 2017 год. Все мы, конечно, ждем, что он будет лучше уходящего года. Мы строим планы и мечтаем. Как будет складываться год для каждого из нас и для нашей страны? Чего нам ждать и к чему готовиться?

2017 год будет проходить под знаком огненного красного петуха. Этот символ олицетворяет силу, целеустремленность, прямолинейность и эксцентричность. Петух не любит лени, он первым просыпается с восходом солнца и трудится весь день без устали. Не ждите от него подарков судьбы, вам будет дано лишь то, что вы заработаете своим трудом. Как заработать деньги в новом году, на что обращать внимание и каких методов решения поставленных задач необходимо придерживаться нам расскажет сегодня Председатель Фонда финансового Управления — Колесников Алексей Вячеславович.

Алексей Вячеславович, добрый день. Мы знаем, что Ваш Холдинг занимается финансовым управлением. Сегодня на финансовом рынке существует много игроков и все они предлагают разместить денежные средства частных инвесторов на высокодоходных рынках под высокий процент. Что это: обман или реальность? Как относиться к такого рода предложениям: соглашаться на диалог или не связываться с подобными компаниями? Добрый день! Хочу обратиться ко всем, кто читал мои предыдущие статьи. Если Вы в этом году еще не нашли своего инвестиционного партнера, то настоятельно рекомендую Вам

обойти стороной «конторы», которые предлагают нереально высокий процент доходности за размещение денежных средств. Таких компаний сейчас на рынке представлено очень много и, чтобы не компрометировать свою репутацию, мы приняли решение понизить ставки для частных инвесторов в следующем году. Сейчас мы обеспечиваем доходность нашим клиентам от 22 до 32% годовых, с января 2017 года мы планируем размещать средства инвесторов по ставке от 18 до 28% годовых. Безусловно, все ранее оформленные договора будут пролонгированы по старым тарифам, понижающий коэффициент мы вводим только с 9 января 2017 года.

Алексей Вячеславович, с каким настроением Вы закрываете 2017 год?

Конечно же с боевым! У нас впереди далеко идущие планы и перспективные масштабные проекты. В Новом, 2017 году мы планируем выходить на новые рынки, планируем увеличивать линейку предоставляемых нами услуг. В общем и целом, на месте стоять не собираемся и вам не советуем. Для нас инвестиции — это механизм получения дохода с реальным расчетом рентабельности и применением шаблонов финансовых моделей. Поэтому если все логические и арифметические ходы просчитываются

верно, то и настроение от полученных прибылей будет всегда хорошим (смеется...)

Давайте напомним нашим читателям от какой суммы можно начинать инвестировать?

Да конечно. Я всегда предлагаю начинать инвестировать от 100 000 рублей. Вы получите небольшую ежемесячную сумму к выплате — около 2000 р., но, если рассматривать эту сумму как прибавку к пенсии, для оплаты ЖКХ, то, я уверен, что это вполне осязаемая цифра.

Можно ли размещать денежные средства в ваш Холдинг?

Пожалуйста приходите! Холдинг работает на рынке финансовых услуг с 25 января 2011 года. Если удастся разместиться до 30 декабря, то процент за размещение будет от 22 до 32% годовых, если после нового года, то уже по ставке от 18 до 28%.

Чем Вы гарантируете сохранность денежных средств своим инвесторам?

Мы являемся контрагентом, согласно агентскому договору страхования с ООО СК «РОСИНКОР Резерв», Лицензия ЦБ РФ СИ №3535 от 04 февраля 2015 г. и обеспечиваем страхование финансовых рисков за свой счет, а именно перечисляем страхо-

вой тариф, равный 2–3% от общей суммы договора займодавца в счет страховщика.

Алексей Вячеславович скажите, чем нужно руководствоваться частному инвестору, принимающему решение инвестировать свои денежные средства?

Прежде всего необходимо руководствоваться репутацией компании и ее процентными ставками. Многие частные инвесторы уже отказались от размещения своих накоплений в коммерческих банках, так как максимальная ставка, предлагаемая банковским сектором на сегодняшний день — составляет не более 11% годовых.

В клиентской базе данных нашей компании очень много разных людей, с разными судьбами. Часто встречаются кандидаты наук, педагоги, простые пенсионеры, последнее время появляется молодежь, но какими бы разными они не были, они все думают о хлебе насущном и завтрашнем дне, поэтому задаются одним единственным вопросом: «Как приумножить свой капитал?». Я всегда говорю, что это «Очень просто!», для начала нужно проконсультироваться по телефону горячей линии «вопросы профессионалам», которую мы организовали для всех, кто интересуется темой получения дохода от сбережений, либо приехать

СПРАВКА

В структуру компании входит ООО «Финансовый Аналитический центр «Инвест-проект», представленный на рынке с 25.01.2011 г. ООО «Микрофинансовая Организация Онего Заем», сведения о которой внесены в государственный реестр микрофинансовых организаций и контролируются Центральным Банком России. Продуктовый портфель Холдинга — это широкий спектр услуг по покупке и продаже бизнеса, бухгалтерскому сопровождению, аудиту, IT-аутсорсингу, денежному посредничеству, размещению инвестиций.

Телефон горячей линии
8 (495) 212-93-77
www.vklad-msk.ru

к нам в офис, который находится в Москве недалеко от станции метро «Серпуховская».

Если Вы захотите приехать к нам в офис, то мы организуем Вам такси за счет нашей компании.

*Беседу вел
Марина Зорина*

Новый партнер в Новый год!



Сумма инвестиций	100 000 р.	200 000 р.	300 000 р.	400 000 р.	500 000 р.
Ежемесячный доход	2 083 р.	4 333 р.	6 750 р.	9 000 р.	11 250 р.
Сумма инвестиций	600 000 р.	700 000 р.	800 000 р.	900 000 р.	1 000 000 р.
Ежемесячный доход	13 500 р.	15 750 р.	19 333 р.	21 750 р.	24 167 р.
Сумма инвестиций	1 100 000 р.	1 200 000 р.	1 300 000 р.	1 400 000 р.	1 500 000 р.
Ежемесячный доход	26 583 р.	29 000 р.	31 417 р.	33 833 р.	37 500 р.

Расчетный период инвестиций 12 месяцев

☎ **8 (495) 212 93 77**

ВАШ СТАБИЛЬНЫЙ ЕЖЕМЕСЯЧНЫЙ ДОХОД



ООО «Микрофинансовая Организация Онего Заем» ИНН 1001306917, 1161001050264, МФО 00160316007775. Является членом Саморегулируемой организации «Союз микрофинансовых организаций «ЕДИНСТВО». Денежные средства принимаются на основании договора займа, согласно нормам действующего законодательства РФ, до 3 000 000 р., сроком до 3-х лет. Доход частных лиц от вложения денежных средств облагается налогом на доходы физических лиц (НДФЛ) в размере 13%. Предусмотрено страхование инвестиций, ООО СК «РОСИНКОР Резерв», Лицензия ЦБ РФ СИ №3535 от 04 февраля 2015 г., согласно договору страхования 3535-2301 №0011-0051-16. Пенсионерам дополнительно плюс 1%. Подробности об остальных условиях, определяющих полную стоимость займа, по тел.: 8 (495) 212-93-77. Проценты начисляются на расчетный счет, банковскую карту, либо сберегательную книжку. Калькулятор дохода представлен на сайте www.vklad-msk.ru



www.vklad-msk.ru

ПОДАРОК КАЖДОМУ КЛИЕНТУ

Срок действия акции: бессрочно

КРЕПКОГО ВСЕМ ЗДОРОВЬЯ И ПРОЦВЕТЕНИЯ В 2017 году
Ваш Инвест-Проект!

1-й Щипковский переулок д. 1
2-ой подъезд, офис 207
г. Москва, м. Серпуховская

Реклама

НОВЫЙ БЮДЖЕТ СТОЛИЦЫ

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



Елена Зяббарова
министр
правительства
Москвы,
руководитель
Департамента
финансов города
Москвы

Бюджет Москвы на 2017 год и плановый период 2018 и 2019 годов сформирован с учетом основных приоритетов бюджетной политики города. Такими безусловными приоритетами являются социальная направленность бюджета с сохранением достаточной доли бюджета развития, обеспечение устойчивости и стабильности городской бюджетной системы. Предусмотрены средства на исполнение всех действующих обязательств перед москвичами, создание комфортной городской среды, а также развитие транспорта, инженерной инфраструктуры, строительство школ, детских садов, поликлиник и других социальных объектов.

СПРАВКА

БЮДЖЕТ ГОРОДА МОСКВЫ (МЛРД РУБЛЕЙ)

Год	доходы	расходы	дефицит
2017	1758,6	1976,5	217,9
2018	1845,4	1934,0	88,6
2019	1939,9	1949,6	9,7

ОДОБРЕН И УТВЕРЖДЕН МЭР СЕРГЕЙ СОБЯНИН ПОДПИСАЛ ОДОБРЕННЫЙ ПРАВИТЕЛЬСТВОМ СТОЛИЦЫ И ПРИНЯТЫЙ МОСГОРДУМОЙ ЗАКОН «О БЮДЖЕТЕ НА 2017 ГОД И ПЛАНОВЫЙ ПЕРИОД 2018 И 2019 ГОДОВ»



Елена Матвеева
e.matveeva@vm.ru

Бюджет Москвы — это основной финансовый документ, обеспечивающий необходимыми ресурсами выполнение правительством Москвы всех принятых обязательств перед москвичами и стабильное функционирование города.

Условия формирования

Бюджет на 2017 год и плановый период 2018 и 2019 годов формировался в условиях продолжающейся адаптации экономики страны к изменившимся внешним факторам, серьезной ограниченности бюджетных средств и поиска резервов в сфере повышения эффективности расходов и администрирования доходов. При этом сама бюджетная система столицы показала свою устойчивость. К примеру, в этом году, впервые за последние несколько лет, темп роста доходов городского бюджета превысит показатели уровня инфляции. Это связано в первую очередь с тем, что в структуре доходов бюджета столицы произошли качественные изменения — она стала более равномерной. Еще пять лет назад поступления по налогу на прибыль на четверть зависели от одной организации. Теперь же в столице нет налогоплательщиков,

поступления от которых превышают 5 процентов от общего объема налога. Случилось то, что экономисты называют «диверсификацией доходных источников».

Источники поступлений доходов

Доходы бюджета Москвы складываются из двух составляющих — налоговые и неналоговые поступления. Основная доля доходов бюджета Москвы — 90 процентов — приходится на налоговые поступления. Из них порядка 50 процентов — налог на доходы физических лиц.

Второй по значимости источник — 33 процента — налог на прибыль. 10 процентов доходных поступлений столичного бюджета обеспечат акцизы. Кстати, благодаря усилиям Правительства Москвы по развитию столичной бизнес-среды и малого предпринимательства растут поступления от специальных налоговых режимов: упрощенной системы налогообложения (темп прироста — более 10 процентов в год), патентной системы (темп прироста в 2017 году — более 40 процентов) и других. Тенденции этого роста сохраняются и в ближайшие три года. Одновременно с этим продолжат расти опережающими темпами и поступления региональных и местных налогов. Это напрямую связано с реализацией городом своих налоговых полномочий. Еще один источник по-



полнения бюджета — неналоговые доходы, например, доходы от продажи и использования имущества, находящегося в городской собственности, доходы от платных парковок, направляемые в столичную казну.

Программные расходы

Расходная часть столичного бюджета сформирована в программном формате и обеспечивается необходимыми ресурсами реализацию мероприятий 14 госпрограмм города. Доля программных расхо-

ЦИФРА

43%

На столько увеличится финансирование лекарственного обеспечения льготных категорий москвичей в следующем году по сравнению с 2016 годом

дов в предстоящей трехлетке будет, как и прежде, стабильно высокой — более 90 процентов. Ключевым приоритетом остается социальная сфера. Ассигнования на социальную поддержку граждан, образование, здравоохранение, культуру и спорт, обеспечение других социальных расходов составляют более 54 процентов бюджета. На выплату доплат к пенсиям, пособий и компенсаций москвичам в предстоящие три года будет направлено более 570 миллиардов рублей. Большой объем средств приходится на выплату ре-



ФИНАНСИРОВАНИЕ ГОСУДАРСТВЕННЫХ ПРОГРАММ МОСКВЫ В 2017 ГОДУ

- «Социальная поддержка». На эту программу из городского бюджета будет выделено 391,2 млрд рублей.
- «Развитие образования» получит из бюджета города 276,2 млрд рублей.
- «Развитие здравоохранения». На медицину будет выделено 223 млрд

рублей, а с учетом средств обязательного медицинского страхования — 373,8 млрд рублей.

- На программы «Спорт Москвы» и «Культура Москвы» будет потрачено 45,7 млрд и 45,2 млрд рублей соответственно.
- На «Развитие транспортной системы» планируется

направить из городского бюджета 434,5 млрд рублей.

- На программу «Жилище» будет выделено 101,9 млрд рублей.
- На «Развитие инфраструктуры и энергосбережение» запланировано выделить — 69,7 млрд рублей.
- На программу «Открытое правительство» планирует-

ся направить 14,1 млрд рублей бюджетных денег.

- На «Информационный город» запланировано 54,5 млрд рублей.
- Программа «Развитие городской среды» получит из бюджета 87,1 млрд рублей.
- На программу «Экономическое развитие и инвести-

ционная привлекательность города Москвы» выделят 36,8 млрд рублей.

- На программу «Градостроительная политика» выделено 16 млрд рублей.
- На обеспечение безопасности населения в рамках программы «Безопасный город» в бюджете запланировано 24,4 млрд рублей.



гиональной доплаты к пенсиям неработающим пенсионерам — 116 миллиардов рублей ежегодно. Наряду с денежными выплатами горожанам оказывается социальная поддержка в натуральной, неденежной форме. Это льготы по оплате ЖКХ и услуг связи, проезда на транспорте, обеспечение отдельных категорий граждан бесплатными лекарствами и многое другое. На финансирование этих мероприятий за три года будет выделено более 551 млрд рублей.

В бюджете предусмотрены необходимые расходы для обеспечения комфортной городской среды, а также достаточный объем бюджетных инвестиций для городского развития. На финансирование Адресной инвестиционной программы, то есть на развитие транспортной системы города, строительство объектов социального назначения и многое другое планируется направить 25 процентов от общего объема расходов бюджета.

Дефицит

Бюджет следующего года принят с дефицитом — расходы превышают доходы. В 2017 году дефицит

КСТАТИ

ПЛАНИРУЕМЫЕ ДОХОДЫ БЮДЖЕТА НА 3-ЛЕТНИЙ ПЕРИОД:

- 2017 год — 1 трлн 758,6 млрд руб;
- 2018 год — 1 трлн 845 млрд руб;
- 2019 год — 1 трлн 939,9 млрд руб.

составит 217,9 млрд рублей или 12,4 процента к собственным доходам бюджета. Это заметно ниже ограничений, установленных бюджетным законодательством Российской Федерации.

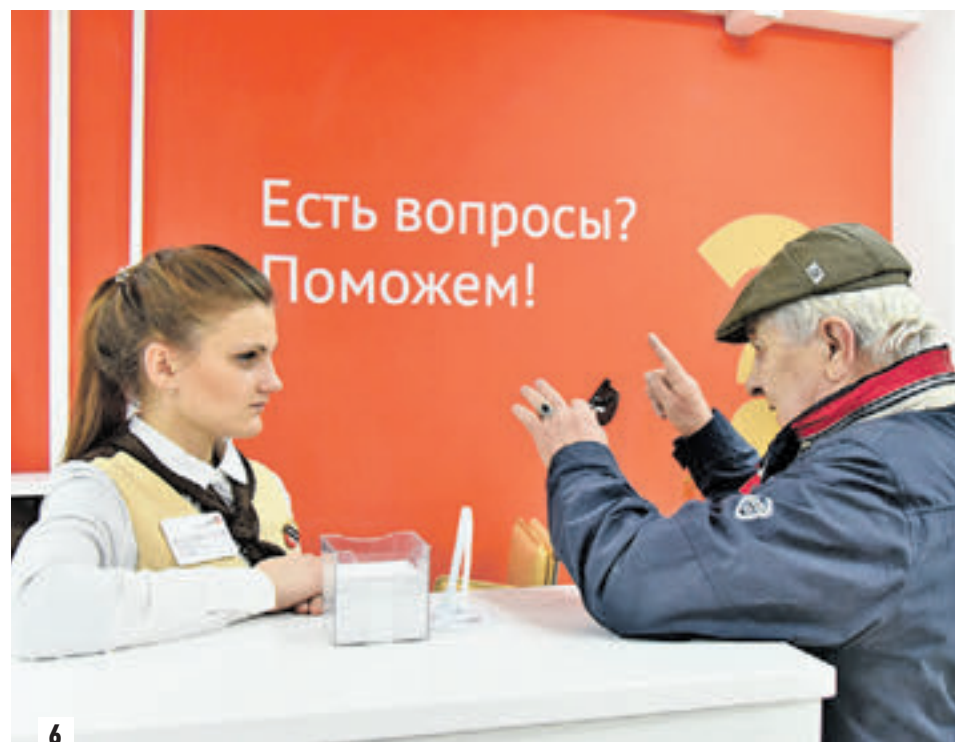
Так откуда появятся средства, чтобы компенсировать эту разницу? Они поступят от продажи акций и иных форм участия в капитале, находящихся в собственности города, возврата кредитов юридическими лицами, использования переходящих остатков средств на счетах бюджета.

И, конечно, будет продолжена работа по повышению эффективности бюджетных расходов. В первую очередь экономия будет достигаться за счет проведения конкурсных процедур при размещении государственного заказа.

В следующем году в Москве будет продолжена работа по благоустройству города (1). За три года планируется построить 28 поликлиник и 19 больниц (2), 24 школы (3), 6 футбольных полей и арену «Лужники» (4), Дворец МФЦ и установить 10 кабин виртуального предоставления госуслуг в парках (6). 28 июля 2016 года. Мэр Сергей Собянин на открытии движения по путепроводу Павелецкого направления (5)

Долговая политика

Начиная с 2011 года Правительство Москвы проводит целенаправленную политику по уменьшению долговой нагрузки на бюджет города. За это время госдолг столицы сократился более чем в четыре раза — с 300 млрд рублей до 61,9 млрд рублей. В этом году был полностью погашен крупный валютный заем, который был привлечен 10 лет назад, и теперь валютные риски в части госдолга исключены. При дальнейшей реализации курса по сокращению долга без осуществления новых заимствований предстоящую бюджетную трехлетку город закончит с государственным долгом в 31,5 млрд рублей.



АГЕНССТВО МОСКВА

ВЛАДИМИР ПОВИЛОВ

С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ РОДИНА?

ОТВЕТ У КАЖДОГО СВОЙ. НО ОСНОВАН ОН НА ЛЮБВИ К ОТЕЧЕСТВУ. КАК ОБСТОЯТ ДЕЛА С ПАТРИОТИЧЕСКИМ ВОСПИТАНИЕМ — В МАТЕРИАЛЕ «ВМ»



Алла Гривинюк
edit@vm.ru

12 декабря в пресс-центре редакции газеты «Вечерняя Москва» прошел круглый стол на тему: «Патриотическое движение сегодня и завтра: актуальные проблемы и перспективы». Среди экспертов были известные спортсмены, представители общественных организаций, префектуры Троицкого и Новомосковского округов (ТиНАО). Гости отметили, что Новая Москва — особая территория. Здесь проходили битвы войн 1812 и 1941 годов. Сегодня в округе проживают 1196 ветеранов Великой Отечественной войны. Связь поколений здесь крепка, поэтому проблем с воспитанием патриотизма не возникает.

Вместе с тем гости отметили, что патриотизм связан не только с военной историей страны. Для того чтобы человек считался патриотом, у него должно быть определенное мировоззрение. Он должен жить, как патриот, думать, как патриот, работать, как патриот. То есть его жизнь полностью посвящена служению Отечеству. А что такое Отечество? Это в первую очередь наш народ. То есть каждый на своем месте делает все возможное, чтобы улучшить жизнь всего общества.

К примеру, муниципальные депутаты района Орехово-Борисово Южное посещают школы, жилые дома и предлагают собирать использованные батарейки в специальные ящики, а не выбрасывать их, условно, под ноги. Жители округа, совершенно разного пола и возраста, живо откликнулись на эту идею. Результат — 300–400 килограммов использованных батареек за месяц. Становится понятно, убеждены эксперты, что люди на самом деле любят свой район. Пусть и малыми шагами, но это продвижение в направлении патриотизма.

КОГДА КАЖДЫЙ ОТВЕЧАЕТ ЗА ВСЕХ



22 июня 2016 года — 75-я годовщина начала Великой Отечественной войны. Девушки из движения «Мосволонтер» участвуют в акции «Линия памяти» на Крымской набережной. В этот день здесь состоялось 1418 инсталляций, каждая из которых символизировала один день войны. Волонтеры помогли гостям ориентироваться на площадках



ЭКСПЕРТНОЕ МНЕНИЕ



Елена Струшкова
представитель
префектуры ТиНАО

Правительством утверждена стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. На основе этого документа разрабатываются ежегодные планы работы. Когда я формирую эти планы, всегда запрашиваю предложения снизу. Молодежь у нас активная! Очень приятно, что количество предлагаемых ребятами мероприятий и добрых дел увеличивается с каждым годом.



Вадим Файбишенко
замдиректора учебно-спортивного
центра ДОСААФ по Южному округу

Родители сегодня хотят, чтобы их ребенок шел в армию. Одна из причин — сокращение срока службы. Плюс жесткая роль государства: не служившие не могут работать в органах госвласти. Многие наши ребята, отучившись в ДОСААФ и отслужив в армии, пришли сказать нам спасибо. У них появилась легальная возможность получить права и сесть за руль боевой машины. Это им помогло в службе.



Анастасия Борисова
замначальника управления
соцзащиты населения ТиНАО

У нас на учете состоят много подростков девиантного поведения. И именно благодаря патриотическому воспитанию мы направляем этих детей на нужный лад. Мы хотим, чтобы они перестали брать дурной пример со своих родителей и перестали отойти в сторону, чтобы нашли что-то хорошее в жизни. Мы стараемся вовлечь их в клубы по интересам, в команды, где они могут общаться с такими же детьми, как они сами.



Сергей Голубев
представитель Департамента спорта
и туризма города Москвы

Сегодня существуют различные формы привлечения молодежи к занятиям спортом. А спорт неотделим от патриотизма. Столичный Департамент спорта и туризма организовал зарядку с олимпийскими чемпионами в столичных школах. Это привлекательно. Но для того чтобы прижиться, инициатива должна стать у молодежи модной. Потому что специально никто никого не заставит отжиматься, подтягиваться и так далее.



Денис Беляевский
руководитель аппарата Совета
депутатов муниципального округа
Орехово-Борисово Южное

Патриотизм — это не столько дифирамбы, сколько конструктивная критика. Важно, как это делается. Если, к примеру, человек уезжает за рубеж и начинает критиковать свою родину, то это, конечно, не патриот. Но когда человек приходит и говорит: есть проблема и ее надо решить, при этом мы видим, что он прав, то он патриот, он хочет, чтобы было лучше.

1 1 КАНАЛ

- 05.00 Доброе утро
- 09.00 Новости
- 09.20 Контрольная закупка
- 09.50 Жизнь здорово! 12+
- 10.55 Модный приговор
- 12.00 Новости с субтитрами
- 12.15 Про любовь 16+
- 13.20 Время покажет 16+
- 14.00 Новости
- 14.15 Время покажет 16+
- 15.00 Новости с субтитрами
- 15.15 Время покажет 16+
- 16.00 Наедине со всеми. Программа Юлии Миньшовой 16+
- 17.00 Мужское / Женское 16+
- 18.00 Вечерние новости с субтитрами
- 18.45 Давай поженимся! 16+
- 19.50 Пусть говорят с Андреем Малаховым 16+
- 21.00 Время
- 21.30 **ТРИ КОРОЛЕВЫ** [S] 16+ «Три королевы» — именно так Михаил Погодин, директор и владелец винного завода города Черноморска, хотел назвать марку своего нового вина, но не успел... Его нашли мертвым в своей квартире...
- 23.35 Вечерний Ургант [S] 16+
- 00.00 Познер 16+
- 01.00 Ночные новости
- 01.15 Наедине со всеми 16+
- 02.10 Мужское / Женское 16+
- 03.00 Новости
- 03.05 Мужское / Женское 16+
- 03.15 Модный приговор
- 04.15 Контрольная закупка

Москва **ДОВЕРИЕ**

- 06.00 **МУЛЬТИУТРО** 0+
- 11.15 **ВИЗИТ К МИНОТАВРУ** 16+
- 12.40 Раскрывая тайны звезд. Судьбе наперекор 12+
- 13.30 Это по-нашему 16+
- 14.00 Доверяй, но проверяй 12+
- 14.30 Ваше телевидение 12+
- 15.30 Звезды решают все. Надоело быть неформалкой! 12+
- 16.00 Вспомнить все 12+
- 16.05 **МЕТОД ФРЕЙДА** 16+
- 18.10, 03.05 **ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА** 12+
- 20.00, 01.20 **МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ** (СССР, 1954) 12+
- 21.40 Криминальная звезда. Сергей Шевкуненко 12+
- 22.30 Раскрывая мистические тайны 12+
- 23.25 В теме 16+
- 23.55 **ВИЗИТ К МИНОТАВРУ** 16+
- 04.55 Раскрывая тайны звезд. Судьбе наперекор 12+
- 05.45 Стиль жизни 12+

РОССИЯ 1 РОССИЯ 1

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.15 Утро России
- 09.55 О самом главном 12+
- 11.00 Вести
- 11.40 Вести. Местное время
- 11.55 **СВАТЫ** 12+
- 14.00 Вести
- 14.40 Вести. Местное время
- 14.55 **ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ** 12+ Накануне пышного торжества по случаю собственного юбилея бесследно пропадает известный бизнесмен Юрий Зотов. Его исчезновение может стать настоящей криминальной сенсацией: предприниматель исчезает в разгар избирательной кампании, в рамках которой он баллотировался в депутаты. Филонов бросает на расследование этого дела самые отборные силы во главе с Марией Сергеевной...
- 17.00 Вести
- 17.20 Вести. Местное время
- 17.40 Прямой эфир 16+
- 18.50 60 минут Ольгой Скабеевой и Евгением Поповым 12+
- 20.00 Вести
- 20.45 Вести. Местное время
- 21.00 **ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-16** 12+
- 22.55 **РАЯ ЗНАЕТ** 12+
- 01.45 **СВАТЫ** 12+
- 03.55 **ДАР** 12+

НТВ НТВ

- 05.00 **АДВОКАТ** 16+
- 06.00 Новое утро
- 07.30 Студия Юлии Высоцкой 0+
- 08.00 Сегодня
- 08.05 **ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА** 16+
- 10.00 Сегодня
- 10.20 **ЛЕСНИК** 16+
- 12.00 Суд присяжных 16+
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.25 **УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ** 16+
- 18.00 Говорим и показываем с Леонидом Закошанским 16+
- 19.00 Сегодня
- 19.40 **МЕНТ В ЗАКОНЕ** 16+
- 23.30 Итоги дня
- 00.00 Поздняков 16+
- 00.10 **МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ** 16+
- 01.10 Место встречи 16+
- 03.05 Последняя война империи 0+
- 04.00 **ЧС — ЧРЕЗВЫЧАЙНАЯ СИТУАЦИЯ** 16+

TBU ТВ ЦЕНТР

- 06.00 Настроение
- 08.00 **ВЛЮБЛЕН ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ** (Ленфильм, 1982) Режиссер Сергей Микаэля В ролях: Олег Янковский, Евгения Глушенко, Всеволод Шиловский и др. *Бывший известный спортсмен, а ныне спивающийся рабочий, и неприметная библиотечка заключили соглашение: с помощью аутотренинга влюбиться друг в друга...*
- 09.45 **ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГАГРАХ** (Мосфильм, 1985) 12+
- 11.30 События
- 11.50 Постскрипум с Алексеем Пушковым 16+
- 12.55 В центре событий с Анной Прохоровой 16+
- 13.55 Линия защиты. Без Саакашвили 16+
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.15 Городское собрание 12+
- 16.00 Смех с доставкой на дом 12+
- 16.35 Естественный отбор 12+
- 17.40 **ПОЛЯРНЫЙ РЕЙС** (Украина, 2013) 12+
- 19.30 События
- 20.00 Право голоса 16+
- 21.45 Петровка, 38 16+
- 22.00 События
- 22.30 События-2016 16+
- 23.05 Без обмана. Это не едят! 16+
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 **ЧУЖИЕ И БЛИЗКИЕ** (Россия, 2016) 12+
- 04.20 Короли эпизода. Иван Лапиков 12+

ДОМАШНИЙ

- 06.30 Джейми: Рождественская вечеринка 16+
- 07.30 Домашняя кухня 16+
- 08.00 По делам несовершеннолетних 16+
- 11.00 Давай разведемся! 16+
- 14.00 Свадебный размер 16+
- 15.00 Счастье из пробырки 16+
- 15.55 **ДВЕ СУДЬБЫ** 16+
- 18.00 Свидание для мамы 16+
- 19.00 **ДВЕ СУДЬБЫ** 16+
- 20.55 **УХОДЯЩАЯ НАТУРА** 16+
- 23.00 Свадебный размер 16+
- 00.00 6 кадров 16+
- 00.30 **А СНЕГ КРУЖИТ** (Россия, 2013) 16+
- 02.30 По делам несовершеннолетних 16+
- 04.30 Давай разведемся! 16+
- 05.30 Джейми: Рождественская вечеринка 16+

РОССИЯ К КУЛЬТУРА

- 07.00 Евроньюс
- 10.00 Новости культуры
- 10.15, 01.40 Наблюдатель
- 11.15 **Я ВАС ЛЮБЛЮ** (Франция, 1980)
- 13.00 Пешком. Москва серебряная
- 13.25 Вспоминяя Владимира Зельдина. Театральная летопись. Избранное
- 14.10 По следам тайны. Что было до Большого взрыва?
- 15.00 Новости культуры
- 15.10 Библиотека приключений. Ведущий А. Казакевич
- 15.25 **КАНИКУЛЫ! ПРИКЛЮЧЕНИЯ КАПИТАНА ВРУНГЕЛЯ**
- 17.25 Международные музыкальные фестивали. Люцерн
- 18.15 Мировые сокровища. Сан-Хуан де Пуэрто-Рико
- 18.30 Блеск и горькие слезы российских императриц
- 19.00 Новости культуры
- 19.15 Большая опера-2016. Финал. Прямая трансляция из Большого театра России
- 22.50 90 лет со дня рождения Екатерины Савиновой. Подлинная история Фроси Бурлаковой
- 23.35 Новости культуры
- 23.50 **МОЙ НЕЖНО ЛЮБИМЫЙ ДЕТЕКТИВ** (Экран, 1986)
- 01.15 Серый волк энд Красная шапочка
- 02.40 Э. Григ. Сюита для оркестра к драме Ибсена Пер Гюнт

ЗВЕЗДА

- 06.00 Сегодня утром
- 08.00 История ВДВ 12+
- 09.00, 13.00, 18.00, 22.00 Новости дня
- 09.15, 10.05 **СНЕГУРОЧКУ ВЫЗЫВАЛИ?** (Ленфильм, 1985)
- 10.00 Военные новости
- 10.40 **ЧУЖИЕ ЗДЕСЬ НЕ ХОДЯТ** (Ленфильм, 1985) 6+
- 12.10, 13.15 **СКВОЗЬ ОГОНЬ** (Ленфильм, 1982) 12+
- 14.00 Военные новости
- 14.05 **ОТДЕЛ С.С.С.Р.** 16+
- 18.30 Легендарные самолеты 6+
- 19.20 Теория заговора 12+
- 20.05 Специальный репортаж 12+
- 20.30 Особая статья 12+
- 22.25 Загадки века с Сергеем Медведевым 12+
- 23.15 Звезда на Звезде 6+
- 00.00 **ЖДИ МЕНЯ** (СССР, 1943) 6+
- 01.45 **МАМА ВЫШЛА ЗАМУЖ** (Ленфильм, 1969) 12+
- 03.25 **НА СЕМИ ВЕТРАХ** (К/ст им. Горького, 1962)

МАТЧ! МАТЧ-ТВ

- 06.30 **МУЛЬФИЛЬМЫ**
- 07.00 Новости
- 07.05 Вся правда про... 12+
- 07.35 Новости
- 07.40, 12.10, 00.15 Все на Матч! Прямой эфир. Аналитика. Интервью. Эксперты
- 08.55 Новости
- 09.00 Смешанные единоборства. Женские бои 16+
- 10.00 Новости
- 10.05 **ОНГ БАК** (Таиланд, 2003) 16+
- 12.05 Новости
- 12.40 Все на футбол! Главные герои 2016 года 12+
- 13.10 **ЯМАКАСИ: НОВЫЕ САМУРАИ** (Франция, 2001) 16+
- 15.55 Новости
- 16.00 Все на Матч! Итоги года
- 17.00 Все на футбол! Афиша 12+
- 17.30 Новости
- 17.35 Драмы большого спорта 12+
- 18.05 Продолжение истории 12+
- 18.35 Континентальный вечер
- 19.05 Хоккей. КХЛ. ЦСКА — Локомотив (Ярославль). Прямая трансляция
- 22.10 Новости
- 22.15 Футбол. Чемпионат Англии. Челси — Борнмут 0+
- 00.55 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. Чехия — Финляндия. Прямая трансляция из Канады
- 03.25 Все на хоккей!
- 03.55 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. Россия — Канада. Прямая трансляция из Канады

СТС СТС

- 06.00 Ералаш 0+
- 06.05 **ПИНГВИНОК ПОРОРО**
- 06.30 Мастершеф. Дети 6+
- 07.30 **ОТЕЛЬ ЭЛЕОН** 16+
- 09.30 Шоу Уральских пельменей. Хочу все ржать 16+
- 11.00 **ОРУДИЯ СМЕРТИ. ГОРОД КОСТЕЙ** (Германия, 2013) 12+
- 13.30 **КУХНЯ** 12+
- 15.30 **ВОРОНИНЫ** 16+
- 20.00 **ОТЕЛЬ ЭЛЕОН** 16+
- 21.00 **ЕЛКИ** (Россия, 2010) 12+
- 22.50 Шоу Уральских пельменей. Когда носы в 12 бьют 16+
- 23.30 Кино в деталях с Федором Бондарчуком 18+
- 00.30 Уральские пельмени. Любимое 16+
- 01.00 **ВИЙ** (Россия — Украина — Германия, 2014) 12+
- 02.30 **БУРЛЕСК** (США, 2010) 16+
- 04.50 Ералаш 0+
- 05.50 Музыка на СТС 16+

РЕН ТВ

- 05.00 Секретные территории 16+
- 06.00 Документальный проект 16+
- 07.00 С бодрым утром! 16+
- 08.30 Новости 16+
- 09.00 Военная тайна с Игорем Прокопенко 16+
- 11.00 Звезды космического рока 16+
- 12.00 Программа 112 16+
- 12.30 Новости 16+
- 13.00 Званый ужин 16+
- 14.00 Наблюдатели и размышлизмы. Концерт Михаила Задорнова 16+
- 15.55 Программа 112 16+
- 16.30 Новости 16+
- 17.00, 03.00 Тайны Чапман 16+
- 18.00, 01.10 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 19.00 Программа 112 16+
- 19.30 Новости 16+
- 20.00 **НЕИЗВЕСТНЫЙ** (Великобритания — Германия — Франция — США, 2011) 16+ Режиссер Хауме Кольет-Серра В ролях: Лиам Нисон, Дайан Крюгер, Дженьюэри Джонс, Эйдан Куинн и др. *Успешный врач попадает в страшную аварию. Пока он был в коме, кто-то присвоил себе его личность. Теперь он «неизвестный», которого не узнает даже любимая жена. Сможет ли он вернуть собственную жизнь и отомстить виновникам?*
- 22.10 Водить по-русски 16+
- 23.00 Новости 16+
- 23.25 **РАЗБОРКА В МАНИЛЕ** (США — Россия, 2016) 16+
- 02.00 Странное дело 16+
- 04.00 Территория заблуждений с Игорем Прокопенко 16+

360° 360

- 06.00 Вертолет 360
- 08.00, 08.30, 23.00, 23.30, 03.00, 03.30 Самое яркое 16+
- 09.00 Новости 360
- 09.25, 10.15 Вкусно 360 12+
- 11.10 Растем вместе 6+
- 12.00, 19.00, 04.00 Большие новости
- 12.30 Добродель 360 12+
- 13.00, 14.00 **КАТИНА ЛЮБОВЬ** 16+
- 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 02.00, 02.30 Все просто! 12+
- 17.00, 18.00 **ШИРОКА РЕКА** 16+
- 21.00 **КОГДА САНТА УПАЛ НА ЗЕМЛЮ** (Германия, 2011) 0+
- 00.00 **ДЕНЬГИ НА ДВОИХ** (США, 2005) 16+

КАК ОСТАНОВИТЬ СТАРЕНИЕ МОЗГА? КАК УБЕРЕЧЬ СЕБЯ ОТ ИНСУЛЬТА?

Старение мозга человека — исключительное явление. В природе этот недуг поражает только человека, который вынужден расплачиваться за свое доминирующее положение на планете.



Реклама

Начиная со среднего возраста это и нарушение мозгового кровообращения, это инсульты и, как следствие, парализация, это ухудшение и потеря памяти, рассеянность и развитие необратимых дегенеративных процессов. К тому же самый здоровый человек имеет 18%-ную вероятность развития болезни Альцгеймера, согласно статистике. А это означает в конечном итоге потерю долговременной памяти и общее самоустранение большого от жизни по мере затухания сознания.

Как уберечь свою память от старения? Возможно ли не дать забывчивости стереть образы близких людей? Как остановить дегенерацию мозговой активности? Как защитить клетки мозга? Комплексным нейропротекторным действием, защищающим организм человека от преждевременного старения и повышающим его устойчивость к развитию заболеваний, свойственных старческому возрасту? Отмечено, что клетки мозга реактивируются, а нейронный поток снова оживляется, что само по себе замед-



ляет процесс угасания мозга и организма в целом. Быть здоровым, дееспособным, а главное, нужным себе и близким может каждый!

НЕ БУДЬТЕ ОБУЗОЙ, ОБРАЩАЙТЕСЬ НА ГОРЯЧУЮ ЛИНИЮ «ЗАЩИТЫ МОЗГА»
Звонок бесплатный. С 9:00 до 21:00

8 (800) 333-83-03

1 КАНАЛ

05.00 Доброе утро
 09.00 Новости
 09.20 Контрольная закупка
 09.50 Жить здорово! 12+
 10.55 Модный приговор
 12.00 Новости с субтитрами
 12.15 Про любовь 16+
 13.20 Время покажет 16+
 14.00 Новости
 14.15 Время покажет 16+
 15.00 Новости с субтитрами
 15.15 Время покажет 16+
 16.00 Сергей Бодров.
 В чем сила, брат? 12+
 17.00 Мужское / Женское 16+
 18.00 Вечерние новости с субтитрами
 18.45 Давай поженимся! 16+
 19.50 Пусть говорят с Андреем Малаховым 16+
 21.00 Время
 21.35 ТРИ КОРОЛЕВЫ [S] 16+
 23.40 Вечерний Ургант [S] 16+
 00.15 Ночные новости
 00.30 ШЕРЛОК ХОЛМС: ЭТОД В РОЗОВЫХ ТОНАХ [S] 12+
 02.20 Мужское / Женское 16+
 03.00 Новости
 03.05 Мужское / Женское 16+
 03.20 Модный приговор
 04.20 Контрольная закупка

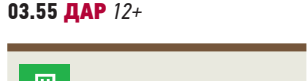


МОСКВА ДОВЕРИЕ

06.00 МУЛЬТИТРО 0+
 11.20 ВИЗИТ К МИНОТАВРУ 16+
 12.40 Раскрывая тайны звезд. Анатолий Васильев 12+
 13.30 Это по-нашему 16+
 14.00 Доверяй, но проверяй 12+
 14.30 Ваше телевидение 12+
 15.30 Звезды решают все. Боюсь мужчин после изнасилования 12+
 16.00 Вспомнить все 12+
 16.05 МЕТОД ФРЕЙДА 16+
 18.10, 02.35 ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА 12+
 20.00 СЕМЬ СТАРИКОВ И ОДНА ДЕВУШКА (СССР, 1968) 12+
 21.30 На качелях власти. Пропавшие жены 12+
 22.20 Раскрывая мистические тайны. Бессмертие 12+
 23.10 В теме 16+
 23.45 ВИЗИТ К МИНОТАВРУ 16+
 01.00 СЕМЬ СТАРИКОВ И ОДНА ДЕВУШКА (СССР, 1968) 12+
 04.20 Раскрывая тайны звезд. Анатолий Васильев 12+
 05.10 Раскрывая мистические тайны. Бессмертие 12

РОССИЯ 1

05.00 Утро России
 09.00 Вести
 09.15 Утро России
 09.55 О самом главном 12+
 11.00 Вести
 11.40 Вести. Местное время
 11.55 СВАТЫ 12+
 14.00 Вести
 14.40 Вести. Местное время
 14.55 ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ 12+
 17.00 Вести
 17.20 Вести. Местное время
 17.40 Прямой эфир 16+
 18.50 60 минут. Ток-шоу с Ольгой Скабеевой и Евгением Поповым 12+
 20.00 Вести
 20.45 Вести. Местное время
 21.00 ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-16 12+
 22.55 РАЯ ЗНАЕТ 12+
 Костюков и Рая просыпаются в одной постели. Костюков уверен, что как честный человек теперь должен придать их отношениям новый статус. Он начинает официально за ней ухаживать — встречает после работы, провожает домой. Рае нравится эта игра...
 01.45 СВАТЫ 12+
 03.55 ДАР 12+



НТВ

05.00 АДВОКАТ 16+
 06.00 Новое утро
 07.30 Студия Юлии Высоцкой 0+
 08.00 Сегодня
 08.05 ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА 16+
 10.00 Сегодня
 10.20 ЛЕСНИК 16+
 12.00 Суд присяжных 16+
 13.00 Сегодня
 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
 14.00 Место встречи
 16.00 Сегодня
 16.25 УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ 16+
 18.00 Говорим и показываем. Ток-шоу с Леонидом Закошанским 16+
 19.00 Сегодня
 19.40 МЕНТ В ЗАКОНЕ 16+
 23.30 Итоги дня
 00.00 МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ 16+
 01.00 Место встречи 16+
 03.00 Квартирный вопрос 0+
 04.00 ЧС — ЧРЕЗВЫЧАЙНАЯ СИТУАЦИЯ 16+

TBU ТВ ЦЕНТР

06.00 Настроение
 08.05 Тайны нашего кино. Берегись автомобиля 12+
 08.35 КАРЬЕРА ДИМЫ ГОРИНА (СССР, 1961)
 10.35, 11.50 ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ (Мосфильм, 1977) 12+



11.30 События
 13.40 Мой герой. Ток-шоу с Татьяной Устиновой 12+
 14.30 События
 14.50 Город новостей
 15.15 Без обмана. Это не едят! 16+
 16.00 Смех с доставкой на дом 12+
 16.35 Естественный отбор 12+
 17.40 ДЕДУШКА В ПОДАРОК (Россия — Украина, 2008) 12+
 19.30 События
 20.00 Право голоса 16+
 21.45 Петровка, 38 16+
 22.00 События
 22.30 Осторожно, мошенники! Святой Славик 16+
 23.05 Свадьба и развод. Марат Башаров и Екатерина Архарова 16+

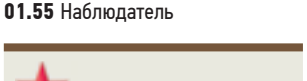


ДОМАШНИЙ

06.30 Джейми: Рождественская вечеринка 16+
 07.30 Домашняя кухня 16+
 08.00 6 кадров 16+
 08.05 По делам несовершеннолетних 16+
 11.05 Давай разведемся! 16+
 14.05 Свадебный размер 16+
 15.05 Счастье из пробирки 16+
 16.00 ДВЕ СУДЬБЫ 16+
 18.00 Свидание для мамы 16+
 19.00 ДВЕ СУДЬБЫ 16+
 20.55 УХОДЯЩАЯ НАТУРА 16+
 23.00 Свадебный размер 16+
 00.00 6 кадров 16+
 00.30 А СНЕГ КРУЖИТ (Россия, 2013) 16+
 02.15 По делам несовершеннолетних 16+
 04.15 Давай разведемся! 16+

РОССИЯ К КУЛЬТУРА

06.30 Евроньюс
 10.00 Новости культуры
 10.15 Наблюдатель
 11.15, 20.50 РАЗВОД ПО-ИТАЛЬЯНСКИ (Италия, 1961)
 13.00 Пешком... Москва Шусева
 13.30 Вспоминаю Фазила Искандера. Острова
 14.10 По следам тайны. В подземных лабиринтах Эквадора
 15.00 Новости культуры
 15.10 В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА (СССР — Болгария, 1985)
 17.25 Международные музыкальные фестивали. Вербье. Евгений Кисин
 18.20 Мировые сокровища
 18.40 Блеск и горькие слезы российских императриц
 19.10 Спокойной ночи, малыши!
 19.30 Новости культуры
 19.45 Главная роль
 20.05 Владимир Спиваков. Диалоги с Соломоном Волковым
 22.30 Kremlin Gala — 2016
 00.35 Новости культуры
 00.55 ЮБИЛЕИ (Мосфильм, 1944)
 01.35 ПРОПАВШИЙ ОРКЕСТР. ПРИЛИВЫ ТУДА-СЮДА
 01.55 Наблюдатель

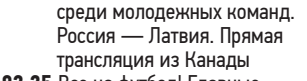


ЗВЕЗДА

06.00 Сегодня утром
 08.00 История ВДВ. Тяжело в учении 12+
 09.00 Новости дня
 09.35 Специальный репортаж 12+
 10.00 Военные новости
 10.05 ДВА КАПИТАНА (Ленфильм, 1955)
 12.00, 13.15 ТАЙНАЯ ПРОГУЛКА (СССР, 1985) 12+
 13.00 Новости дня
 14.00 Военные новости
 14.05 ОТДЕЛ С.С.С.Р. 16+
 18.00 Новости дня
 18.30 Легендарные самолеты. Штурмовик Ил-2 6+
 19.20 Легенды армии с Александром Маршалом 12+
 20.05 Теория заговора 12+
 20.30 Особая статья 12+
 22.00 Новости дня
 22.25 Улика из прошлого. Убийство Джона Кеннеди 16+
 23.15 Звезда на Звезде с Леонидом Якубовичем 6+
 00.00 ЗАПАСНОЙ ИГРОК (Ленфильм, 1954)
 01.40 СНЕГУРОЧКУ ВЫЗЫВАЛИ? (Ленфильм, 1985)
 03.00 ЗОСЯ (СССР, 1967)

МАТЧ! МАТЧ-ТВ

06.30 МУЛЬФИЛЬМЫ
 07.00, 07.35 Новости
 07.05 Вся правда про... 12+
 07.40 Все на Матч!
 08.55 Новости
 09.00 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. Швеция — Дания. Трансляция из Канады 0+
 11.30 Новости
 11.35 Все на Матч!
 12.05 Продолжение истории 12+
 12.35 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. Россия — Канада. Трансляция Канады 0+
 15.05 Новости
 15.10 Точка 12+
 15.40 Десятка! 16+
 15.55 Новости
 16.00 Все на Матч! Итоги года
 17.00 Детский вопрос 12+
 17.20 Все на футбол! Зенит-2016
 18.20 Новости
 18.25 Континентальный вечер
 18.55 Хоккей. КХЛ. Ак Барс (Казань) — СКА (Санкт-Петербург). Прямая трансляция
 21.25 НЕУДЕРЖИМЫЕ (Франция, 2002) 16+
 23.00 Все на Матч!
 23.55 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. Россия — Латвия. Прямая трансляция из Канады
 02.25 Все на футбол! Главные герои 2016 года 12+
 02.55 Спортивный детектив 16+
 03.55 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. Канада — Словакия



СТС

06.00, 06.50, 07.45, 08.05 МУЛЬТСЕРИАЛ
 08.30, 09.00, 09.30 Уральские пельмени 16+
 09.40 ЕЛКИ (Россия, 2010) 12+
 11.30 КОРАБЛЬ 16+
 13.30 КУХНЯ 12+
 15.30 ВОРОНИНЫ 16+
 20.00 ОТЕЛЬ ЭЛЕОН 16+
 21.00 ЕЛКИ 1914 (Россия, 2014) 6+
 23.05 Шоу Уральских пельменей. Падал прошлогодний смех 16+
 00.30 Уральские пельмени. Любимые 16+
 01.00 ВИЙ (Россия — Украина — Германия, 2014) 12+
 02.30 ПОВАР НА КОЛЕСАХ (США, 2014) 12+
 04.40 Ералаш 0+
 05.50 Музыка на СТС 16+

РЕН ТВ

05.00 Территория заблуждений с Игорем Прокопенко 16+
 06.00 Документальный проект 16+
 07.00 С бодрым утром! 16+
 08.30 Новости 16+
 09.00 Военная тайна с Игорем Прокопенко 16+
 11.00 Бледный огонь Вселенной 16+
 12.00 Программа 112 16+
 12.30 Новости 16+
 13.00 Званый ужин 16+
 14.00 НЕИЗВЕСТНЫЙ (Великобритания — Германия — Франция — США, 2011) 16+
 16.00 Программа 112 16+
 16.30 Новости 16+
 17.00 Тайны Чапман 16+
 18.00 Самые шокирующие гипотезы 16+
 19.00 Программа 112 16+
 19.30 Новости 16+
 20.00 ПАДЕНИЕ ОЛИМПА (США, 2013) 16+
 22.10 Водить по-русски 16+
 23.00 Новости 16+
 23.25 ЧЕРНАЯ РОЗА (США — Россия, 2014) 16+



01.00 Самые шокирующие гипотезы 16+
 02.00 Странное дело 16+
 03.00 Тайны Чапман 16+
 04.00 Территория заблуждений с Игорем Прокопенко 16+



360°

06.00 Вертолет 360
 08.00, 08.30, 22.35, 23.05, 03.05, 03.30 Самое яркое 16+
 09.00 Новости 360
 09.25, 10.15 Вкусно 360 12+
 11.10 Растем вместе 6+
 12.00, 19.00, 04.00 Большие новости
 13.00, 14.00 КАТИНА ЛЮБОВЬ 16+
 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 01.15, 01.40, 02.10, 02.40 Все просто! 12+
 17.00, 18.00 ШИРОКА РЕКА 16+
 21.00 ПРИКЛЮЧЕНИЯ БЭЙЛИ. РОЖДЕСТВЕНСКИЙ ГЕРОЙ (США, 2012) 6+
 23.35 НЕВЕСТА ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ (Россия, 2009) 18+

ДОГОВОР ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ
 единовременная выплата до 4 500 000 руб.
 ежемесячные выплаты до 40 000 руб.

ПОЖИЗНЕННОЕ ПРОЖИВАНИЕ В СВОЕЙ КВАРТИРЕ
 Оплачиваются коммунальные платежи и телефон. Предоставляется уход и помощь по хозяйству.
 МЫ ГАРАНТИРУЕМ НАДЕЖНУЮ ЗАЩИТУ И ЗАБОТУ О ВАС

8 (495) 920-5001, 8 (495) 605-8386
 Реклама 000 "Благовест - социальные услуги" ОГРН 1167746588756

Расписание теплохода «Русь Великая» — 2017

10.04/15.04/2017 «Природу будит ото сна всем долгожданная весна» ПОДАРОК!!! САМАРА — САРАТОВ — ВОЛГОГРАД (ЭЛИСТА) — САРАТОВ (ПОДАРОК К НОВОМУ ГОДУ — ТАРХАНЫ, НА РОДИНУ ЛЕРМОНТОВА) — БАЛКОВО — ХВАЛЫНСК — САМАРА
 «К Крымским берегам» Азовское море, Керченский пролив
 16.04/30.04/2017 САМАРА — САРАТОВ — ВОЛГОГРАД — ИЛЬВКА (Элиста, КОСТОМАРОВО) — РОМАНОВСКАЯ — ЕЙСК — КЕРЧЬ (3 дня: СЕВАСТОПОЛЬ, ЯЛТА, ФЕОДОСИЯ, СУДАК, НОВЫЙ СВЕТ, БАХЧИСАРАЙ) — РОСТОВ-НА-ДОНУ (АЗОВ) — КОНСТАНТИНОВСК — ИЛЬВКА — КАМЫШИН — САРАТОВ (ТАРХАНЫ) — ХВАЛЫНСК — САМАРА
 «Северные пилгримы» ПОДАРОК!!! Автобус Москва — Ярославль — Москва
 20.05/03.06/2017 ЯРОСЛАВЛЬ — РЫБИНСК — КИЖИ — СОЛОВЕЦКИЙ АРХИПЕЛАГ (2 дня: о. Кузова, о. Анзер) — АРХАНГЕЛЬСК (2 дня: СЕВЕРОВИНСК, ХОЛМОГОРЫ, колесный паром Н. В. Гольф) — ПОВЕНЕЦ (МЕДВЕЖЬЕГОРСК) — ПЕТРОЗАВОДСК (ВАЛААМ, РУСКЕАЛА, КОНДОПОГА) — СТЕКЛЯННЫЙ (КАРГОПОЛЬ, САУНИНО, БОЛЬШИЕ ЛЯДИНЫ) — ЯРОСЛАВЛЬ
 «Белооморское ожерелье» ПОДАРОК!!! Автобус Москва — Ярославль
 03.06/18.06/2017 ЯРОСЛАВЛЬ — КИЖИ — СОЛОВЕЦКИЙ АРХИПЕЛАГ (2 дня: о. Кузова, о. Анзер) — АРХАНГЕЛЬСК (СОЛЬЗА, СЕВЕРОВИНСК, ХОЛМОГОРЫ) — ОНЕГА (2 дня: о. КИИ) — СОСНОВЕЦ — ПОВЕНЕЦ (КОНДОПОГА; МЕДВЕЖЬЕГОРСК) — СТЕКЛЯННЫЙ (ПУДЖО; ОНЕЖСКИЕ ПЕТРОГРИФЫ) — МЫШКИН — МОСКВА
 «От Древних славян до Петра Великого» «Балтийское море»
 18.06/01.07/2017 МОСКВА — КАЛЯЗИН — ЯРОСЛАВЛЬ (Ростов Великий) — ГОРЬКИ — КИЖИ — СТЕКЛЯННЫЙ (КАРГОПОЛЬ, САУНИНО, БОЛЬШИЕ ЛЯДИНЫ) — ПЕТРОЗАВОДСК — МАНДРОГИ — СВЯТЬСКОЙ — ВАЛААМ — САНКТ-ПЕТЕРБУРГ (Пушкин, Кронштадт, Царское Село) — ВЫБОРГ — УСТЬ-ЛУГА (Псков, Печоры, Копорье, Ивангород) — САНКТ-ПЕТЕРБУРГ (Петергоф, Вырица)

РАННЕЕ БРОНИРОВАНИЕ! 2017 г.

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

СтудияСлуха www.ssluha.ru

“Измайловская” (495) 761-73-45
 “Багратионовская” (495) 411-39-63
 “Китай-город” (495) 585-56-92
 “Коломенская” (499) 612-29-81
 “Коньково” (495) 922-90-58
 “Красногвардейская” (495) 769-21-91

РЕКЛАМА

1 КАНАЛ

- 05.00 Доброе утро
- 09.00 Новости
- 09.20 Контрольная закупка
- 09.50 Жить здорово! 12+
- 10.55 Модный приговор
- 12.00 Новости с субтитрами
- 12.15 Про любовь 16+
- 13.20 Время покажет 16+
- 14.00 Новости
- 14.15 Время покажет 16+
- 15.00 Новости с субтитрами
- 15.15 Время покажет 16+
- 16.00 Наедине со всеми. Программа Юлии Меньшовой 16+
- 17.00 Мужское / Женское 16+
- 18.00 Вечерние новости с субтитрами
- 18.45 Давай поженимся! 16+
- 19.50 Пусть говорят с Андреем Малаховым 16+
- 21.00 Время
- 21.35 ТРИ КОРОЛЕВЫ [S] 16+
- 23.40 Вечерний Ургант [S] 16+
- 00.15 Ночные новости
- 00.30 ШЕРЛОК ХОЛМС: СЛЕПОЙ БАНКИР [S] 12+
- 02.20 Мужское / Женское 16+
- 03.00 Новости
- 03.05 Мужское / Женское 16+
- 03.20 Модный приговор
- 04.20 Контрольная закупка

МОСКВА DOBRYE ДОВЕРИЕ

- 06.00 МУЛЬТИТРО 0+
- 11.15 ВИЗИТ К МИНОТАВРУ 16+
- 12.40 Раскрывая тайны звезд. Звездные альянсы 12+
- 13.30 Это по-нашему 16+
- 14.00 Доверяй, но проверяй 12+
- 14.30 Ваше телевидение 12+
- 15.30 Звезды решают все. Хочу сделать жизнь ярче 12+
- 16.00 Вспомнить все 12+
- 16.05 МЕТОД ФРЕЙДА 16+
- 18.10 ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА 12+
- 20.00 ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ (СССР, 1964) 12+
- 21.40 Жизнь вопреки. Михаил Танич 12+
- 22.30 Раскрывая мистические тайны. Возмездие 12+
- 23.20 В теме 16+
- 23.50 ВИЗИТ К МИНОТАВРУ 16+
- 01.15 ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ (СССР, 1964) 12+
- 02.55 ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА 12+
- 04.50 Раскрывая тайны звезд. Звездные альянсы 12+
- 05.40 Вспомнить все 12+

РОССИЯ 1

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.15 Утро России
- 09.55 О самом главном 12+
- 11.00 Вести
- 11.40 Вести. Местное время
- 11.55 СВАТЫ 12+
- 14.00 Вести
- 14.40 Вести. Местное время
- 14.55 ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ 12+
- 17.00 Вести
- 17.20 Вести. Местное время
- 17.40 Прямой эфир 16+
- 18.50 60 минут. Ток-шоу с Ольгой Скабеевой и Евгением Поповым 12+
- 20.00 Вести
- 20.45 Вести. Местное время
- 21.00 ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-16 12+
- 22.55 РАЯ ЗНАЕТ 12+
- 00.50 СВАТЫ 12+
- 03.05 ДАР 12+

НТВ

- 05.00 АДВОКАТ 16+ *Зимин защищает гражданку Бубликова, недавно освободившегося из заключения. Выйдя на свободу, Бубликов обратился к магу Резникову с просьбой сохранить семью. Две тысячи долларов «волишебник» взял, а вот жену Бубликова все-таки не удержал. Тогда Бубликов проник в офис Резникова, вскрыл сейф и забрал оттуда свои деньги...*
- 06.00 Новое утро
- 07.30 Студия Юлии Высоцкой 0+
- 08.00 Сегодня
- 08.05 ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА 16+
- 10.00 Сегодня
- 10.20 ЛЕСНИК 16+
- 12.00 Суд присяжных 16+
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.25 УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ 16+
- 18.00 Говорим и показываем. Ток-шоу с Леонидом Закошанским 16+
- 19.00 Сегодня
- 19.40 МЕНТ В ЗАКОНЕ 16+
- 23.30 Итоги дня
- 00.00 МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ 16+
- 01.00 Место встречи 16+
- 03.00 Дачный ответ 0+
- 04.00 ЧС — ЧРЕЗВЫЧАЙНАЯ СИТУАЦИЯ 16+

ТВ ЦЕНТР

- 06.00 Настроение
- 08.00 ДВЕНАДЦАТАЯ НОЧЬ (Ленфильм, 1955)
- 09.45 КУРЬЕР (Мосфильм, 1986)
- 11.30 События
- 11.50 ПОЛЯРНЫЙ РЕЙС (Украина, 2013) 12+
- 13.40 Мой герой 12+
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.10 Свадьба и развод. Марат Башаров и Екатерина Архарова 16+
- 16.00 Смех с доставкой на дом 12+
- 16.30 Естественный отбор 12+
- 17.25 ЗИМНИЙ СОН (Украина, 2010) 12+



- 19.30 События
- 20.00 Лион Измайлов и все-все-все 12+
- 21.45 Петровка. 38 16+
- 22.00 События
- 22.30 Линия защиты 16+
- 23.05 Хроники московского быта. Новогоднее обжорство 12+
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 ОТДАМ ЖЕНУ В ХОРОШИЕ РУКИ (Россия, 2012) 16+
- 02.25 Жена. История любви 16+
- 03.55 Осторожно, мошенники! Святой Славик 16+
- 04.25 Больше деньги. Соблазн и проклятье 16+

ДОМАШНИЙ

- 06.30 Джейми: Рождественская вечеринка 16+
- 07.30 Домашняя кухня 16+
- 08.00 6 кадров 16+
- 08.05 По делам несовершеннолетних 16+
- 11.05 Давай разведемся! 16+
- 14.05 Свадебный размер 16+
- 15.05 Счастье из пробирки 16+
- 16.00 ДВЕ СУДЬБЫ 16+
- 18.00 Свидание для мамы 16+
- 19.00 БЕЛЫЙ НАЛИВ 16+
- 20.55 УХОДЯЩАЯ НАТУРА 16+
- 23.00 Свадебный размер 16+
- 00.00 6 кадров 16+
- 00.30 ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯТ (Одесская к/ст, 1987) 16+
- 03.15 По делам несовершеннолетних 16+

КУЛЬТУРА

- 06.30 Евроньюс
- 10.00 Новости культуры
- 10.15 Наблюдатель
- 11.15, 20.50 БРАК ПО-ИТАЛЬЯНСКИ (Италия, 1964)
- 13.00 Пешком. Москва готическая
- 13.30 Вспоминяя Зинаиду Шарко. Актриса на все времена
- 14.10 По следам тайны. Когда на Земле правили боги
- 15.00 Новости культуры
- 15.10 В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА (СССР — Болгария, 1985)
- 17.25 Международные музыкальные фестивали. Зальцбург
- 18.40 Блеск и горькие слезы российских императриц
- 19.10 Спокойной ночи, малыши!
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Владимир Спиваков. Диалоги с Соломоном Волковым
- 22.30 С. Прокофьев. Золушка. Прямая трансляция из БЗК
- 00.20 Новости культуры
- 00.35 МЕДВЕДЬ (Белгоскино, 1938)
- 01.25 Ограбление по...-2. Длинный мост в нужную сторону
- 01.55 Наблюдатель

ЗВЕЗДА

- 06.00 Сегодня утром
- 08.00 История ВДВ. Готовность номер один 12+
- 09.00 Новости дня
- 09.15 Теория заговора 12+
- 09.40, 10.05 ЗДРАВСТВУЙ И ПРОЩАЙ (СССР, 1972)
- 10.00 Военные новости
- 11.40, 13.15 ОНА ВАС ЛЮБИТ (СССР, 1956)
- 13.00 Новости дня
- 13.45 НОЧНЫЕ ЛАСТОЧКИ 16+
- 14.00 Военные новости
- 14.05 НОЧНЫЕ ЛАСТОЧКИ 16+
- 18.00 Новости дня
- 18.30 Легендарные самолеты 6+
- 19.20 Последний день. Александр Демьяненко 12+
- 20.05 Специальный репортаж 12+
- 20.30 Процесс 12+
- 22.00 Новости дня
- 22.25 Секретная папка 12+
- 23.15 Звезда на Звезде с Леонидом Якубовичем 6+
- 00.00 МЫ ИЗ ДЖАЗА (СССР, 1983)
- 01.45 ТОТ САМЫЙ МЮНХГАУЗЕН (СССР, 1979) 12+
- 04.40 Великие тайны человечества. Тибет. Тайны вершины мира 12+
- 05.30 Москва фронту 12+

МАТЧ!

- 06.30 МУЛЬФИЛЬМЫ
- 07.00, 07.35 Новости
- 07.05 Вся правда про... 12+
- 07.40 Все на Матч!
- 08.55 Новости
- 09.00 БОЛЬШИЕ ГОНКИ (США, 1965) 6+
- 12.20 Новости
- 12.25 Все на Матч!
- 12.55 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. Россия — Латвия. Трансляция из Канады 0+
- 15.25 Новости
- 15.30 Все на Матч! Итоги года
- 16.15 ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ИЗМЕНИЛ ВСЕ (США, 2011) 16+
- 18.50 Три года без Цымбаларя
- 19.20 Новости
- 19.25 Биатлон. Рождественская гонка звезд. Прямая трансляция из Германии
- 22.35 Новости
- 22.40 Футбол. Чемпионат Англии. Саутгемптон — Тоттенхэм. Прямая трансляция
- 00.40 Все на Матч!
- 00.55 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. Швейцария — Швеция. Прямая трансляция из Канады
- 03.25 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. Словакия — США. Прямая трансляция из Канады
- 06.00 Драмы большого спорта 12+

СТС

- 06.00 ПИНГВИНЕНОК ПОРОРО
- 06.50 ВЕЛИКИЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК 6+
- 07.45 ТРИ КОТА 0+
- 08.05 ВЕЛИКИЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК 6+
- 08.30, 09.00 Уральские пельмени 16+
- 09.30 ЕЛКИ 1914 (Россия, 2014) 6+
- 11.30 КОРАБЛЬ 16+
- 13.30 КУХНЯ 12+
- 15.30 ВОРОНИНЫ 16+
- 20.00 ОТЕЛЬ ЭЛЕОН 16+
- 21.00 ЕЛКИ ЛОХМАТЫЕ (Россия, 2014) 6+
- 22.45 Шоу Уральских пельменей. Снега и зрелищ! 12+
- 00.30 Уральские пельмени. Любимое 16+
- 01.00 ЗОЛОТОЙ РЕБЕНОК (США, 1986) 16+
- 02.45 БЕГУЩИЙ ЧЕЛОВЕК (США, 1987) 16+
- 04.35 Ералаш 0+
- 05.45 Музыка на СТС 16+

РЕН ТВ

- 05.00 Территория заблуждений с Игорем Прокопенко 16+
- 06.00 Документальный проект 16+
- 07.00 С бодрым утром! 16+
- 08.30 Новости 16+
- 09.00 Территория заблуждений с Игорем Прокопенко 16+
- 11.00 Колесницы богов 16+
- 12.00 Программа 112 16+
- 12.30 Новости 16+
- 13.00 Званый ужин 16+
- 14.00 ПАДЕНИЕ ОЛИМПА (США, 2013) 16+
- 16.00 Программа 112 16+
- 16.30 Новости 16+
- 17.00 Тайны Чапман 16+
- 18.00, 01.00 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 19.00 Программа 112 16+
- 19.30 Новости 16+
- 20.00 ВО ИМЯ КОРОЛЯ (Германия — Канада — США, 2006) 16+ Режиссер Уве Болл. В ролях: Джейсон Стетхэм, Лили Собески, Джон Рис-Дэвис, Рон Перлман. Трудлюбивый земледelec по прозвищу Фермер случайно живет в королевстве Эбх. Но его мир рушится вместе с нападением крагов — ужасных магических чудовищ, которые убивают его сына и берут жену в плен...
- 22.20 Смотреть всем! 16+
- 23.00 Новости 16+
- 23.25 ВО ИМЯ КОРОЛЯ: ПОСЛЕДНЯЯ МИССИЯ (Канада, 2014) 16+
- 02.00 Странное дело 16+
- 03.00 Тайны Чапман 16+
- 04.00 Территория заблуждений с Игорем Прокопенко 16+

360°

- 06.00 Вертолет 360
- 08.00, 08.30, 23.10, 23.40, 03.05, 03.30 Самое яркое 16+
- 09.00 Новости 360
- 09.25, 10.15 Вкусно 360 12+
- 11.10 Растем вместе 6+
- 12.00, 19.00, 04.00 Большие новости
- 13.00, 14.00 КАТИНА ЛЮБОВЬ 16+
- 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 01.50, 02.20, 02.40 Все просто! 12+
- 17.00, 18.00 ШИРОКА РЕКА 16+
- 21.00 ДЕНЬГИ НА ДВОИХ (США, 2005) 16+
- 00.10 КОГДА САНТА УПАЛ НА ЗЕМЛЮ (Германия, 2011) 0+

АЗБУКА ДИАБЕТИКА

Жизнь с диабетом несладкая. То нельзя, это нельзя, постоянно на таблетках или инъекциях инсулина. Диабетики часто ощущают себя подавленными, становятся раздражительными. Выстроить в таком состоянии жизнь и общение очень сложно. А общение как раз очень важно, особенно с людьми, которые могут помочь словом и делом. Один из них — Лев Александрович Добровский, ведущий специалиста центра «Феникс».



Лев Александрович, а что по-Вашему больше всего вредит диабету?
Л. А.: Отсутствие знаний о том, что творится в недрах организма и что это означает. Но как только человек осознает, что при диабете происходит со зрением, с почками, с сердцем, с сосудами, с нервами — а происходят подчас фатальные

вещи — жизнь меняется к лучшему. Парадоксально, но факт! А все потому, что человек наконец-то задумывается, все ли возможно он делает для лечения диабета? Пугается последствий — и задумывается о диете, нагрузках, терапии. Диабет недаром называют «медленным убийцей». Он ведет подрывную работу незаметно, а когда появляются

выраженные симптомы, часто выясняется, что процесс зашел слишком далеко. Так в свое время было со знаменитым Дягилевым, отцом русского балета. Он умер в 57 лет. Еще за 2 дня до смерти строил планы, гостей принимал, а потом — молниеносная атака диабета и все, человека нет. Это был диабет какого типа?
Л. А.: Это был самый распространенный 2-ой тип диабета, его еще иногда называют «старческим». Он часто поражает людей после 50 с лишним весом. И в чем трагедия-то? Положим, Дягилев понимал все риски — просто потому, что доктора в прежние времена были, как правило, более совестливыми. Они все раскладывали для пациента по полочкам. Теперь же ни у кого нет времени! В поликлиниках очереди и недосуг возиться с каждым. Выписали таблетки — и гуляй! А за разъяснениями — откуда что, иди, куда хочешь. А куда пойдет человек в возрасте? Интернетом он часто не владеет, в библиотеку не записан...
А если в частную клинику?

Л. А.: Там, возможно, и объяснят, и возьмутся за человека со всей ответственностью, но откуда деньги на платную медицину?
И какой же выход?
Л. А.: Я хочу, чтобы каждый диабетик знал: есть горячая линия, куда он может позвонить, и его всегда выслушают, вникнут во все детали, уделят столько времени, сколько нужно. Здесь работают настоящие подвижники и профессионалы, опытные, а главное — душевные, сочувствующие. Мы возрождаем давние традиции служения людям. Пусть сегодня, когда кругом бизнес, это звучит старомодно, но мы то старой закалки, и понятие морального долга для нас не пустые слова! Мы с открытым сердцем принимаем всех, кто обращается: объясняем, учим, поддерживаем. Поверьте, бороться с диабетом не так сложно, главное — чтобы рядом был неравнодушный и знающий человек!

ТЕЛЕФОН ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ:
8 (495) 645-01-03

1 1 КАНАЛ

- 05.00 Телеканал Доброе утро
- 09.00 Новости
- 09.20 Контрольная закупка
- 09.50 Жить здорово! 12+
- 10.55 Модный приговор
- 12.00 Новости с субтитрами
- 12.15 Про любовь 16+
- 13.20 Время покажет 16+
- 14.00 Новости
- 14.15 Время покажет 16+
- 15.00 Новости с субтитрами
- 15.15 Время покажет 16+
- 16.00 Наедине со всеми. Программа Юлии Миньшовой 16+
- 17.00 Мужское / Женское 16+
- 18.00 Вечерние новости с субтитрами
- 18.45 Давай поженимся! 16+
- 19.50 Пусть говорят с Андреем Малаховым 16+
- 21.00 Время
- 21.35 ТРИ КОРОЛЕВЫ [S] 16+
- 23.40 Вечерний Ургант [S] 16+
- 00.15 Начные новости
- 00.30 ШЕРЛОК ХОЛМС: БОЛЬШАЯ ИГРА [S] 12+
- 02.20 Мужское / Женское 16+
- 03.00 Новости
- 03.05 Мужское / Женское 16+
- 03.20 Модный приговор
- 04.20 Контрольная закупка

Москва *Собеседник* ДОВЕРИЕ

- 06.00 МУЛЬТИТРО 0+
- 11.25 ВИЗИТ К МИНОТАВРУ 16+
- 12.40 Раскрывая тайны звезд. Анне Веске 12+
- 13.30 Это по-нашему 16+
- 14.00 Доверяй, но проверяй 12+
- 14.30 Ваше телевидение 12+
- 15.30 Звезды решают все. Хочу стать обаятельной и привлекательной 12+
- 16.00 Я могу! 12+
- 16.25 ПРИЛЕТИТ ВДРУГ ВОЛШЕБНИК (Россия, 2008) 16+
- 18.10 ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА 12+
- 20.00 ЗА ПРЕКРАСНЫХ ДАМ (СССР, 1989) 16+
- 21.15 Александр Годунов. Побег в никуда 12+
- 22.05 Раскрывая мистические тайны. Славянская магия 12+
- 22.55 В теме 16+
- 23.25 ВИЗИТ К МИНОТАВРУ 16+
- 00.45 ЗА ПРЕКРАСНЫХ ДАМ (СССР, 1989) 16+
- 01.55 ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА 12+
- 03.45 Раскрывая тайны звезд. Анне Веске 12+
- 04.30 Раскрывая тайны звезд. Хобби 12+
- 05.20 Частная история. Валентина Легкоступова 16+
- 05.50 Вспомнить все 12+

РОССИЯ 1 РОССИЯ 1

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.15 Утро России
- 09.55 О самом главном 12+
- 11.00 Вести
- 11.40 Вести. Местное время
- 11.55 СВАТЫ 12+ *Первое сентября. Многие в жизни семьи в этот день происходит в первый раз. Женя первый раз идет в институт. Дедушки и бабушки впервые сталкиваются с началом ее взрослой жизни. Будько в первый раз становятся бездомными. А сам Иван в первый раз берется за работу сыщика. В доме Берковича разыгрываются настоящие испанские страсти: любовь, ревность, подозрение. И все это на фоне предстоящей свадьбы. А тем временем Иван отправился за «длиным» рублем в соседнее село. Валентина остается один на один со своим одиночеством...*
- 14.00 Вести
- 14.40 Вести. Местное время
- 14.55 ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ 12+
- 17.00 Вести
- 17.20 Вести. Местное время
- 17.40 Прямой эфир 16+
- 18.50 60 минут. Ток-шоу с Ольгой Скабеевой и Евгением Поповым 12+
- 20.00 Вести
- 20.45 Вести. Местное время
- 21.00 ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-16 12+
- 22.55 РАЯ ЗНАЕТ 12+
- 00.50 СВАТЫ 12+
- 03.05 ДАР 12+

НТВ НТВ

- 05.00 АДВОКАТ 16+
- 06.00 Новое утро
- 07.30 Студия Юлии Высоцкой 0+
- 08.00 Сегодня
- 08.05 ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА 16+
- 10.00 Сегодня
- 10.20 ЛЕСНИК 16+
- 12.00 Суд присяжных 16+
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.25 УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ 16+
- 18.00 Говорим и показываем. Ток-шоу с Леонидом Законшанским 16+
- 19.00 Сегодня
- 19.40 МЕНТ В ЗАКОНЕ 16+
- 23.30 Итоги дня
- 00.00 МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ 16+
- 01.00 Место встречи 16+
- 02.55 Научная среда 16+
- 04.00 ЧС — ЧРЕЗВЫЧАЙНАЯ СИТУАЦИЯ 16+

TBU ТВ ЦЕНТР

- 06.00 Настроение
- 08.00 СЛЕДЫ НА СНЕГУ (Ленфильм, 1955) Режиссер Адольф Бергункер В ролях: Владимир Гусев, Владимир Краснополюский По одноименной повести Георгия Брянцева. Охотник Быкадыров обнаруживает в тайге таинственные следы, ведущие в поселок, где только что совершено убийство начальника геологической экспедиции. Для расследования преступления из Москвы приезжает группа сотрудников Комитета государственной безопасности...
- 09.35 МИМИНО (Мосфильм, 1977) 12+
- 11.30 События
- 11.50 ОТКУДА БЕРУТСЯ ДЕТИ (Россия, 2008) 16+
- 13.30 Мой герой 12+
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.10 Хроники московского быта. Новогоднее обжорство 12+
- 16.00 Смех с доставкой на дом 12+
- 16.35 Естественный отбор 12+
- 17.35 НАСТОЯЩАЯ ЛЮБОВЬ (Россия, 2012) 16+
- 19.30 События
- 20.00 Задорнов больше, чем Задорнов 12+
- 21.45 Петровка, 38 16+
- 22.00 События
- 22.30 Обложка 16+
- 23.05 Мода с риском для жизни 12+
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 НОВЫЙ СТАРЫЙ ДОМ (Россия, 2013) 12+
- 02.30 ЛЕГКОЕ ПОВЕДЕНИЕ (Великобритания — Канада, 2008) 16+
- 04.20 Женщины, мечтавшие о власти 12+

ДОМАШНИЙ

- 06.30 Джейми: Рождественская вечеринка 16+
- 07.30 Домашняя кухня 16+
- 08.00 По делам несовершеннолетних 16+
- 11.00 Давай разведемся! 16+
- 14.00 Свадебный размер 16+
- 15.00 Счастье из пробирки 16+
- 16.00 ИСПЫТАТЕЛЬНЫЙ СРОК (Россия, 2013) 16+
- 18.00 Свидание для мамы 16+
- 19.00 БЕЛЫЙ НАЛИВ 16+
- 20.55 УХОДЯЩАЯ НАТУРА 16+
- 23.00 Свадебный размер 16+
- 00.00 6 кадров 16+
- 00.30 ТЕБЕ НАСТОЯЩЕМУ. ИСТОРИЯ ОДНОГО ОТПУСКА (Россия — Украина, 2004) 16+
- 03.30 По делам несовершеннолетних 16+
- 05.30 Джейми: Рождественская вечеринка 16+

РОССИЯ К КУЛЬТУРА

- 06.30 Евроньюс
- 10.00 Новости культуры
- 10.15 Наблюдатель
- 11.15 ЗОЛУШКА-80 (Италия — Франция, 1983)
- 12.50 О. Генри
- 13.00 Пешком. Москва современная
- 13.30 Вспоминия Павла Хомского. Театральная летопись. Избранное
- 14.10 По следам тайны. Невероятные артефакты
- 15.00 Новости культуры
- 15.10 В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА (СССР — Болгария, 1985)
- 17.25 Международные музыкальные фестивали. Вальдбюне
- 18.40 Блеск и горькие слезы российской императрицы
- 19.10 Спокойной ночи, малыши!
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Владимир Спиваков. Диалоги с Соломоном Волковым
- 20.50 ЗОЛУШКА-80 (Италия — Франция, 1983)
- 22.30 Кубанский казачий хор
- 23.45 Новости культуры
- 00.00 КОРОЛЕВСКИЙ ГЕНЕРАЛ (Франция, 2013) 16+
- 01.55 Наблюдатель

★ ЗВЕЗДА

- 06.00 Сегодня утром
- 08.00 История ВДВ 12+
- 09.00 Новости дня
- 09.15 Специальный репортаж 12+
- 09.40 Война машин 12+
- 10.00 Военные новости
- 10.15 АХ, ВОДЕВИЛЬ, ВОДЕВИЛЬ (Мосфильм, 1979)
- 11.40 ТАБАЧНЫЙ КАПИТАН (Ленфильм, 1972)
- 13.00 Новости дня
- 13.15 ТАБАЧНЫЙ КАПИТАН (Ленфильм, 1972)
- 13.45 НОЧНЫЕ ЛАСТОЧКИ 16+
- 14.00 Военные новости
- 14.05 НОЧНЫЕ ЛАСТОЧКИ 16+
- 18.00 Новости дня
- 18.30 Легендарные самолеты 6+
- 19.20 Легенды кино 6+
- 20.05 Теория заговора 12+
- 20.30 Процесс 12+
- 22.00 Новости дня
- 22.25 Поступок 12+
- 23.15 Звезда на Звезде 6+
- 00.00 ФОРМУЛА ЛЮБВИ (Мосфильм, 1984) 12+
- 01.50 НЕБЕСНЫЕ ЛАСТОЧКИ (Ленфильм, 1976)
- 04.30 ЛЕДЯНАЯ ВНУЧКА (К/ст им. Горького, 1980)

МАТЧ! МАТЧ-ТВ

- 06.30 МУЛЬФИЛЬМЫ
- 07.00 Новости
- 07.05 Вся правда про... 12+
- 07.35 Новости
- 07.40 Все на Матч!
- 08.55 Новости
- 09.00 ДОМ ГНЕВА (Гонконг, 2005) 12+
- 11.05 Все на Матч!
- 11.35 Биатлон. Рождественская гонка звезд. Трансляция из Германии 0+
- 14.00 Новости
- 14.05 Профессиональный бокс. Артур Бетербиев (Россия) против Исидро Ранони Прието (Парагвай). Трансляция из Канады
- 15.55 Новости
- 16.00 Все на Матч! Итоги года Хоккей. КХЛ. Салават Юлаев (Уфа) — Metallurg (Магнитогорск).
- 16.55 Хоккей. КХЛ. Салават Юлаев (Уфа) — Metallurg (Магнитогорск).
- 19.25 БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД (Россия, 2011) 16+
- 22.00 Лучшие нокауты 2016 года
- 23.00 Все на Матч!
- 23.25 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. Россия — США. Прямая трансляция из Канады
- 02.00 Баскетбол. Евролига. Мужчины. Црвена Звезда (Сербия) — ЦСКА (Россия) 0+
- 03.55 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. Латвия — Канада. Прямая трансляция из Канады

СТС СТС

- 06.00 ПИНГВИНЕНОК ПОРОРО
- 06.50 ВЕЛИКИЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК 6+
- 07.45 ТРИ КОТА 0+
- 08.05 ВЕЛИКИЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК 6+
- 08.30 Уральские пельмени 16+
- 09.50 ЕЛКИ ЛОХМАТЫЕ (Россия, 2014) 6+
- 11.30 КОРАБЛЬ 16+
- 13.30 КУХНЯ 12+
- 15.30 ВОРОНИНЫ 16+
- 18.00 ВОРОНИНЫ 16+
- 20.00 ОТЕЛЬ ЭЛЕОН 16+
- 21.00 МАМЫ-3 (Россия, 2014) 12+
- 22.50 Уральские пельмени 16+
- 01.00 СОСЕДИ. НА ТРОПЕ ВОЙНЫ (США, 2014) 18+
- 02.50 ЕСЛИ БЫ ДА КАБЫ (Россия, 2012) 16+
- 04.45 Ералаш 0+
- 05.50 Музыка на СТС 16+

РЕН ТВ РЕН ТВ

- 05.00 Территория заблуждений 16+
- 06.00 Документальный проект 16+
- 07.00 С бодрым утром! 16+
- 08.30 Новости 16+
- 09.00 Документальный проект 16+
- 12.00 Информационная программа 112 16+
- 12.30 Новости 16+
- 13.00 Званный ужин 16+
- 14.00 ВО ИМЯ КОРОЛЯ (Германия — Канада — США, 2006) 16+
- 16.05 Информационная программа 112 16+
- 16.30 Новости 16+
- 17.00 Тайны Чапман 16+
- 18.00 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 19.00 Информационная программа 112 16+
- 19.30 Новости 16+
- 20.00 ОГОНЬ ИЗ ПРЕИСПОДНЕЙ (США, 1997) 16+ Режиссер Феликс Энрикес Алькала В ролях: Стивен Сигал, Марг Хельгенбергер, Стивен Лэнг В погоне за прибылью угольный магнат наносит непоправимый вред природе долины Аппалачей. На складах они прячут тонны химического оружия. Секретный агент становится единственной надеждой долины на спасение...
- 22.00 Смотреть всем! 16+
- 23.00 Новости 16+
- 23.25 ЗНОЙ (США, 2014) 16+
- 01.20 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 02.20 Минтранс 16+
- 03.15 Ремонт по-честному 16+
- 04.00 Территория заблуждений 16+

360° 360

- 06.00 Вертолет 360
- 08.00, 08.30, 22.55, 23.25, 04.00, 04.30 Самое яркое 16+
- 09.00 Новости 360
- 09.25, 10.15 Вкусно 360 12+
- 11.10 Растем вместе 6+
- 12.00, 20.00, 05.00 Большие новости
- 13.00, 14.00 КАТИНА ЛЮБОВЬ 16+
- 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 02.30, 03.00, 03.30 Все просто! 12+
- 17.00, 18.00 ШИРОКА РЕКА 16+
- 19.00, 01.30 Губернатор 360
- 21.00 НЕВЕСТА ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ (Россия, 2009) 18+
- 23.55 БАНДИТКИ (Франция — Мексика — США, 2006) 12+

ПЛОХАЯ РАЗБОРЧИВОСТЬ РЕЧИ? У ВАС ПОТЕРЯ СЛУХА? СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ европейских производителей

Бесплатная консультация
Пенсионерам скидка до 50%
Запас батареек в подарок
Выезд специалиста на дом

Наши центры по всей Москве
Тел. **8-495-411-90-16**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Капитал-Консалтинг +7 495 294-99-26; +7 495 203-92-98

Принимаем сбережения под 15,5%*

*Сумма вложения до 5 млн руб.
Денежные средства застрахованы
Возможность пополнения и частичного снятия средств
Денежные средства принимаются на основании договора займа
Автоматическое продление договора займа
Капитализация процентов не предусмотрена
При досрочном закрытии договора ставка рассчитывается как 0,1% годовых

Наш адрес: м. «Рижская», 129110, Москва, проспект Мира, 79 <http://capitalc.ru>
ООО МФО «Капитал-Консалтинг». ОГРН 1167746187872. Пер. № МФО 001603045007598. Застрахованы в АСК «Росмед». Реклама

Качество жизни

НОВИНКИ, ОБНОВЛЕНИЕ — для одних эти слова значат сделать необычные покупки, для других — изменить к лучшему себя, а для кого-то обновление — возможность преобразовать мир

СТИЛЬНЫЕ ПЕРЕМЕНЫ



Мы пролистали сотни интервью, опросили многих экспертов и выяснили, какие преобразования в разных сферах коснутся каждого жителя столицы в 2017 году.

Начнем с городской среды. В год 90-летия со дня рождения легендарного виолончелиста и дирижера Мстислава Ростроповича его именем назовут сквер в центре Москвы — на пересечении Елисеевского и Брюсова переулков. Также появятся несколько памятников — писателю Михаилу Булгакову на Большой Пироговской улице, 35–37, и поэту, драматургу Уильяму Шекспиру вблизи музея «Старый Английский двор» на Варварке, 4а.

Под проект «Музыка в метро» количество площадок в 2017 году увеличат в пять раз. Музыканты смогут выступать на «Комсомольской», «Таганской», «Китай-городе», «Достоевской»... — всего на 15 станциях.

Еще из «зрелищ» — уже весной в районе Крылатского появится первый кинотеатр-фонтан. Экран установят в центре чаши, а изображение можно будет увидеть сквозь струи воды.

В транспортной сфере ожидается много обновлений. Будут открыты 16 новых станции метро. Продолжат реконструировать МКАД, строить вылетные магистрали. Одна из них, например, пройдет от Мосфильмовской до МКАД — это будет дублер Мичуринского проспекта и Можайки.

В Москве некоторые каршеринговые автомобили оснастят автопилотом — машина сама подъедет к дому заказчика. А еще летом 2017 года по дорогам столицы начнут ездить первые беспилотные грузовые авто — они будут перевозить грузы самостоятельно, но пока под присмотром человека.



В сентябре 2017 года 870-й день рождения Москвы горожане отметят в новом парке «Зарядье» у стен Кремля (1). 4 ноября 2016 года, во время акции «Ночь искусств» на станции метро «Полянка» (2)

Несколько слов о здравоохранении. Весной молодые мамы и беременные смогут получать электронный рецепт на льготное детское питание. А еще у всех горожан появятся электронные медицинские карты. Дальше — в России в оборот будут введены новые купюры достоинством 200 и 2000 рублей. А еще, по словам вице-премьера правительства РФ Ольги Голодец, в каждой школе как факультатив появится свой хор.

Есть и такое важное обновление — весной в Москве появятся 300 передвижных общественных туалетов. И, конечно, пара слов о питании. В моду у москвичек, как ожидается, войдет викторианский стиль: кружева, оборки, ленты, сложные воротники, меха, а также массивные украшения.

Подготовили
Владимир Королев,
Екатерина Ясакова
edit@vm.ru



Новоторжская норка

Вы мечтаете о норке. Приглашаем за норковой шубой 3 января в СК «Олимпийский». На меховой ярмарке богатый выбор Новоторжской норки. Вы выберете свою норковую шубу из 22 цветов! Для вас — коричневый, орех, жемчуг, чайная роза, пастель, белый, платина и, конечно, модный черный. Это добротные шубы из меха норки с международных пушных аукционов. Они прекрасно сидят на фигуре. Цены — от 69 до 200 тыс. руб. Скидки на норку — от 20 000 руб.* Все шубы шиты по российским ГОСТам, чипированы. Гарантия — до года. Кредит**. Добро пожаловать за норковой шубой!

3 — 8 января 2017, с 10:00 до 20:00
СК «Олимпийский», 10 подъезд
Москва, Олимпийский пр-т, 16, «Проспект Мира»

www.shubu.ru
8 (800) 100 63 92
(звонок бесплатный)

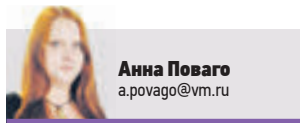
РЕКЛАМА

Эмиль Рамазанов

*Кредит. ООО «Русфинансбанк», лиц. ЦБ РФ №1792 от 13.02.2013

«Джаз»,
Новоторжская норка
150 тыс. руб., 99 тыс. руб.
*Акция действительна с 3 по 8 января 2017.
Подробности у продавца.

РАЦИОН
ОПРЕДЕЛЯЕТ
СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ,
НЕДАРОМ ГОВОРЯТ:
«ТЫ — ТО, ЧТО ТЫ
ЕШЬ». КАК ПИТАТЬСЯ
В КАЖДОМ ВОЗРАСТЕ,
ЧТОБЫ СОХРАНИТЬ
ОРГАНИЗМ В ТОНУСЕ,
«ВМ» РАССКАЗАЛА
ДИЕТОЛОГ ЕЛЕНА
ОСТРОВСКАЯ



Анна Поваго
a.povago@vm.ru

Для каждого возраста есть свои законы стола. Эти правила просты, но для соблюдения обязательны. Сбалансированное питание и правильный режим употребления пищи помогут сохранить молодость и здоровье на долгие годы.

До 20 лет

В этот период активно идет половое созревание, а соответствующие гормоны производятся из холестерина. Важно: вегетарианство в этом возрасте крайне нежелательно, а 50–60 процентов рациона должны составлять медленные углеводы. Необходимо оставить в рационе хотя бы рыбу, иначе развитие репродуктивной системы организма пойдет неправильно.

От 20 до 40 лет

Необходимо выработать режим питания. Главное — не переедать на ночь. Гормоны, сжигающие жир, вырабатываются в организме с полуночи до двух часов ночи. Если прямо перед этим был очень плотный ужин, они не справятся со своей задачей, и ожирение

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



Елена Островская
диетолог-эндокринолог

Для людей старшей возрастной группы лучше отказаться от употребления в пищу молока, но сохранить при этом кисломолочные продукты. С возрастом молочный сахар в организме расщепляется значительно хуже. К тому же в пожилом возрасте соблюдение строгого поста может нанести вред здоровью. Рыба, морепродукты и мясо птицы должны присутствовать в рационе постоянно. А вот быстрые углеводы после 60 лет нежелательны особенно.

ПРАВИЛА ПИТАНИЯ ДЛЯ ВСЕХ ВОЗРАСТОВ

Дети до 12 лет	Подростки от 12 до 18 лет	Молодые люди от 18 до 40 лет	Люди в возрасте от 40 до 70 лет	Пожилые люди от 70 до 100 лет
<p>4 раза</p> <p>Четырехразовое питание: плотный обед, легкий и низкокалорийный полдник</p>	<p>Четкий ежедневный режим питания, максимально разнообразная пища</p>	<p>6 раз</p> <p>Плотный завтрак, питание до шести раз в сутки</p>	<p>Разгрузочные дни, дневное или полудневное голодание, перерывы в еде</p>	<p>Минимум соли, больше воды и жидкостей, прием витаминов группы В</p>
<p>Мясо, рыба, молочные продукты, хлеб, макароны, крупы, овощи и фрукты</p>	<p>Мясо, молочные продукты, овощи, фрукты, рыба, злаки</p>	<p>Красное мясо, печень, морепродукты, яйца, овощи</p>	<p>Злаки, вареные и тушеные овощи, птица, рыба</p>	<p>Продукты, богатые кальцием и белком, рыба, тушеные овощи</p>
<p>Вегетарианская диета исключена</p>	<p>Белки животного происхождения — 50–60 процентов рациона, вегетарианская диета исключена</p>	<p>Минимум быстрых углеводов, минимум жиров животного происхождения</p>	<p>Отказ от сахара и продуктов, повышающих холестерин</p>	<p>Внимательно следить за сочетанием продуктов с лекарствами</p>

ВКУС ЗДОРОВЬЯ И МОЛОДОСТИ



Соцработник Ксения Иванова (справа) угощает пенсионерку рагу

ЦИФРА

20

граммов подсолнечного масла — суточная норма жиров.

обеспечено. К тому же в этом возрасте необходимо присутствие в рационе красного мяса — говядины, баранины.

От 40 лет до 70 лет

Постепенно начинает снижаться выработка гормона роста, отвечающего за мышечную массу. Также может снизиться мышеч-

ный тонус кишечника, что связано с возрастными изменениями в организме. В ежедневное меню стоит добавить продукты с большим содержанием пищевых волокон — овощи, богатые клетчаткой, отруби. Полезно белое мясо. Количество медленных углеводов лучше снизить до минимума.

После 70 лет

В этом возрасте 20 процентов рациона должны составлять белки. Но калорийность пищи должна быть минимальной. Пожилые люди быстрее набирают лишний вес, а значит, у организма появляется лишняя нагрузка. При этом необходимо хотя бы делать зарядку по утрам. Организм в этом возрасте быстро теряет тонус. Красное мясо лучше всего употреблять в пищу не чаще одного раза в неделю. При этом нужно постоянно поддерживать выработанный режим питания.

СЛАБИТЕЛЬНЫЕ СВЕЧИ РЕКТАКТИВ®:

- растительный состав — экстракт плодов конского каштана
- слабительный эффект наступает через 5-15 минут после применения свечи
- восстанавливают работу кишечника

БЕСПЛАТНЫЙ ЗВОНОК НА ГОРЯЧУЮ ЛИНИЮ ПО ТЕЛЕФОНУ: 8 800 222-42-72

СПРАШИВАЙТЕ ПРЕПАРАТ В АПТЕКАХ МОСКВЫ:

ВекФарм | **Стеллики Аптеки** | **ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ** | **ИФК АПТЕКИ** | **неофарм**

Телефон для справок: 8 (495) 215-5-215 | 8 (495) 369-33-00

АПТЕКА ЗДОРОВ.ру

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ПРИМЕНЕНИЮ.

ДЕЛИКАТЕСЫ УКРАСЯТ ЛЮБОЙ ПРАЗДНИЧНЫЙ СТОЛ, ОСОБЕННО ЕСЛИ РЕЧЬ ИДЕТ О ФИРМЕННЫХ БЛЮДАХ, КОТОРЫЕ У КАЖДОЙ НАЦИОНАЛЬНОСТИ СВОИ И ГОТОВЯТСЯ ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО ПО ПОВОДУ. А ЛУЧШИЙ ИЗ ПОВОДОВ НАСТУПИТ ВСЕГО ЧЕРЕЗ 9 ДНЕЙ

Новый год в Москве — праздник многонациональный, поэтому и праздничные столы во многих семьях будут различаться: кроме оливье, их украсят деликатесы, традиционные для кухонь каждого из многочисленных народов, живущих в столице. «ВМ» выяснила, что подадут к новогоднему столу наши соседи.

Башкиры

Главным блюдом на башкирском столе является губадия. Это круглый пирог с многослойной начинкой, которую, как правило, делают из сушеного творога, рубленого яйца, рассыпчатого риса, мясного фарша и моченых сухофруктов. Для приготовления губадии можно использовать как дрожжевое, так и пресное тесто. Главное, как говорят башкирские хозяйки, масла не жалеть!

Дагестанцы

Ни одно праздничное застолье в Дагестане не обходится без шурпы — мясного супа с овощами, картофелем и зеленью, бульон для которой хорошая хозяйка готовит сутки. Именно шурпой дагестанские семьи проводят старый год, и ей же



В Новый год в русско-башкирской семье Газиевых на праздничный стол обязательно подаются оливье, губадия, вино и айран

НАКРЫВАЙ, ХОЗЯЙКА, СТОЛ

начинают новый, встречаясь за накрытым столом с родственниками 1 января.

Карелы

Открытые пирожки «калитки» — главное праздничное угощение в карельских семьях. Среди популярных начинок первенство удерживает картофель — с ним калитки пре-

вращаются из закуски для фуршета в полноценное сытное блюдо.

Казахи

Бешбармак — самый известный кулинарный символ Казахстана. Основой для бешбармака является

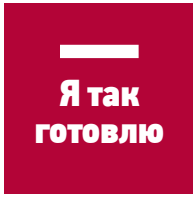
наваристый бульон из баранины, куда добавляют домашнюю лапшу и куски мяса. Несмотря на то что бешбармак является супом, во время застолья его едят руками.

ничного стола в России является икра. Ее чаще едят в качестве закуски к горячительным напиткам, но повар Андрей Филимонов поделился с «ВМ» вариантом оригинального новогоднего блюда с икрой, которым можно порадовать гостей.

Русские

Одним из главных деликатесов празд-

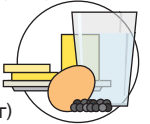
Подготовили Виктория Филатова, Екатерина Ясакова edit@vm.ru



ПРОФИТРОЛИ С ЧЕРНОЙ ИКРОЙ

Ингредиенты

- Сливочное масло (100 г)
- Молоко (1 стакан)
- Мука (1 стакан)
- Яйца (3 шт.)
- Соль по вкусу
- Черная икра (100 г)



- 1** Добавить в молоко кусочки масла. Довести молоко до кипения.
- 2** В кипящее молоко постепенно всыпать муку. При этом постоянно помешивать, пока тесто не загустеет.
- 3** Добавив в тесто яйца, сформировать шарики и выложить на смазанный маслом противень, оставляя промежутки в 2 см.
- 4** Выпекать 30 минут при температуре 180 градусов. Духовку не открывать — профитроли не поднимутся.
- 5** Срезать макушки у профитролей или разрезать на половинки. В каждую из них положить сливочное масло и икру. Подать к столу.

РУССКИЙ ИКОРНЫЙ ДОМ
ул. Касаткина, 11, стр. 1, +7 (495) 222-08-80
www.osetr.com

Вы уже подумали о новогоднем меню? Оливье, мандарины, шампанское, а может, что-то особенное? Например, баночка черной икры, без которой в СССР не обходилось ни одно застолье! Мы расскажем, как правильно выбрать «черное золото», чтобы праздник запомнился яркими и позитивными эмоциями, а не разочарованием от употребления некачественного продукта.

Выбираем новогодний деликатес!

Где покупать? Не покупайте черную икру на рынках из-под полы у сомнительных продавцов — велик риск приобрести опасный для здоровья контрафакт. Только официальный производитель гарантирует качество продукта, соответствие технологии изготовления и безопасность для здоровья.
Документы. Легальный продукт имеет всю разрешительную документацию, в том числе удостоверение СИТЕС, гарантирующее получение икры от выращенных в аквакультуре рыб.

Упаковка. Икра фасуется в небольшие стеклянные или металлические (жестяные) банки. Крупная расфасовка в пластиковые контейнерах или банках однозначно указывает на контрафакт.
Визуальный тест. У поддельной икры зерно строго одного цвета, размера и формы. У настоящей икры допустимо легкое отклонение в размерах и цвете икринок, а внутри икринок обязательно должно быть заметно ядро — так называемый «глазок». Наклоните стеклянную банку набок. Икра стекает или

слипается в комки? Это говорит о некачественной обработке либо о контрафактном происхождении. Черная икра и вкусна, и очень полезна. Она улучшает зрение, память, работу мозга — именно поэтому икру рекомендуют работникам умственного труда и школьникам. Икру можно давать даже малышам после 3 лет, если нет аллергической реакции на продукт. Деликатес способствует правильному развитию ребенка, укреплению костно-мышечной структуры и иммунитета, обеспечивает бодрость и хорошее самочувствие.

ГУРМАН СЕГОДНЯ НЕТ НИЧЕГО ПРИВЫЧНЕЕ И ОБЫДЕННЕЕ ПЛИТКИ ШОКОЛАДА: И ГОЛОД УТОЛИТ, И НАСТРОЕНИЕ ПОДНИМЕТ, И УМА ПРИБАВИТ, А КОЕ-КОМУ И ПОХУДЕТЬ ПОМОЖЕТ. НО ЧТО МЫ ЗНАЕМ ОБ ИСТОРИИ ЭТОГО ПРОДУКТА И О ТОМ, КАК ОН ПОПАЛ НА НАШ СТОЛ? МНОГОЕ ЗНАЕМ

ЦАРСКОЕ ЛАКОМСТВО

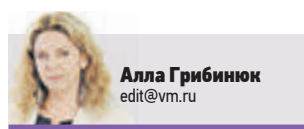


DRYKASS

СПРАВКА

Впервые фигурки из шоколада стали производить в Германии в 1839 году, используя для этого деревянные формы – в них заливался горячий шоколад. Первыми фигурками стали пасхальные яйца. У нас в стране это были шоколадные Деды Морозы.

Эвелина Дебулек, мастер шоколадной фабрики в Гамбурге, украшает фигурку Санты (1). Полотно Жана Лиотара «Дама с шоколадом», 1744 год (2)



Алла Грибниук
edit@vm.ru

История шоколада берет свое начало еще в доколумбовские времена. Напиток из какао-бобов готовили южноамериканские индейцы. С конкистадорами рецепт напитка попадает в Европу. А отсюда расходится по всему миру.

— Из-за того, что шоколадные деревья растут только в экваториальных районах Америки и Западной Африки, ценность шоколада все время возрастает, — говорит старший шеф-повар одного из известных столичных отелей, шоколатье Анна Ананьева. — Только там есть необходимый для этих растений микроклимат.

До XIX века шоколад был только жидким — в тертое какао добавляли воду и сахар, пока однажды голландский химик Конрад Гутен не сконструиро-



До XIX века шоколад был только жидким. Голландец Конрад ван Гутен изобрел способ сделать его твердым

вал пресс, отжимающий из тертого какао жирное масло. Добавление его в горячий шоколад позволило добиться затвердения. Первая

плитка была произведена в 1847 году на английской фабрике. К концу позапрошлого века она полностью вытеснила жидкий шоколад со столов европейцев.

В 1879 году в Швейцарии случайно (на фабрике за-

были отключить перемешивающую шоколад машину) был открыт «тающий шоколад», с шелковистой и нежной текстурой. С тех пор слава о нем не умолкает.

— До сих пор идут споры, как и когда шоколад по-



ОТЛИЧИЯ ШОКОЛАДА

БЕЛЫЙ ОТ ЧЕРНОГО

В составе белого шоколада нет какао-порошка. По мнению экспертов, белый шоколад как таковым шоколадом не является. Этот продукт — оригинальная кулинарная придумка французских шоколатье: красиво, вкусно, эстетично и калорийно. Черный шоколад содержит высокий процент какао. Считается, что чем больше какао, тем полезнее шоколад: какао-бобы — чемпионы по содержанию антиоксидантов (веществ, борющихся со старением). В черном шоколаде их больше, чем в красном вине и даже в зеленом чае.

МОЛОЧНЫЙ ОТ ГОРЬКОГО

Молочный шоколад состоит из трех составляющих: какао-порошка, сухого молока и масла. Процент какао — от 30 до 50. Отличается от горького сочетанием молочно-сливочного вкуса и аромата какао. Применяют его для глазирования конфет, пирожных, печений и тортов. Горький шоколад содержит 55 процентов какао и выше. Употребляя горький шоколад в разумном количестве, можно снизить вес: углеводы шоколада расщепляются в организме быстро. Еще этот шоколад содержит теобромин, который помогает работе сердца и легких.

явился в России, — говорит Анна Ананьева. — По одной из версий, его завез Петр Первый, по другой — венецианский посол Франсиско де Миранда угостил им Екатерину II, которая и сделала заказ на первую партию.

В СССР шоколад долгое время рассматривался как буржуазный товар. Лишь в 1960-х было решено создать советский молочный шоколад.

Со временем на рынке появились отличные марки.

Новогодняя коллекция LINDOR от Lindt

С 1845 года Мэтры Шоколатье компании Lindt вкладывают в создание шоколада всю свою страсть и непревзойденное мастерство. В этом сезоне они приготовили новогодний сюрприз: коллекция LINDOR пополнилась новым эксклюзивным набором ассорти из невероятно нежного, тающего шоколада. Теперь вы сможете насладиться восхитительными вкусами LINDOR с кокосом, с фундуком и классическим молочным.

Еще один сюрприз ожидает жителей столицы: в декабре Lindt открывает двери своего первого магазина в России, который расположен в торговом центре Мега Химки.

Встречайте Новый Год вместе с LINDOR!



Реклама

ПОПУЛЯРНАЯ ТЕЛЕВЕДУЩАЯ РОЗА СЯБИТОВА СТРОИТ В ЖИВОПИСНОМ МЕСТЕ НОГИНСКОГО РАЙОНА НАСТОЯЩУЮ УСАДЬБУ, КОТОРАЯ СТАНЕТ РОДОВЫМ ГНЕЗДОМ ЕЕ СЕМЬИ



Первым строением на участке стала великолепная беседка, где можно и жить, и принимать гостей в любое время года. В ее основе деревянный каркас, утепленный специальными плитами (2)

1



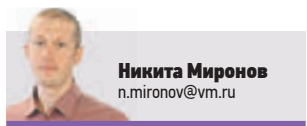
2

СПРАВКА

Роза Раифовна Сябитова. Родилась 10 февраля 1962 года в Москве. Российская телеведущая, сваха, создатель и владелец популярного агентства знакомств. С 2008 года — соведущая телепередачи «Давай поженимся».

Роза Раифовна любит приезжать в свою усадьбу с любимой собакой. Хозяйка постоянно принимает гостей, места хватает всем (1)

БЕСЕДКА С ИЗЮМИНКОЙ



Никита Миронов
n.mironov@vm.ru

Освоение участка площадью 20 соток она начала со строительства гостевого домика и застекленной зимней беседки для отдыха и приема гостей. Помогли ей в этом специалисты компании «Зодчий».

— На строительство дома нужно время. А я решила не откладывать новоселье и приступить к освоению нового участка немедленно, — говорит Роза. — Пока основной дом будет строиться, я проживу в гостевом. У меня много друзей и родных, их же нужно где-то принимать!

Первым делом Роза заказала небольшой домик и просторную беседку. Для гостевого дома она выбрала типовый проект. А вот проект беседки — индивидуальный. Архитекторы разработали

его специально для телеведущей, с учетом всех ее пожеланий.

— У вас здесь очень красиво. Язык не поворачивается назвать помещение беседкой! Это роскошный павильон для отдыха и приема гостей. Все получилось так, как вы мечтали?

— Все получилось даже лучше, чем я могла себе представить! Мало того что все сделано с отменным вкусом, еще и очень добротно. Вы подобрали очень точное слово — «павильон». Не беседка, и даже не летняя кухня, а именно павильон, где можно отлично проводить время в большой компании друзей не только летом, но и зимой. Здесь все продумано для уютных посиделок: и зона отдыха с мягкими диванами, и светлая обеден-

ная зона с большим столом, и удобная кухня, где можно удивлять гостей своими фирменными блюдами.

— Я вижу хорошо утепленный зимний дом. Насколько мне известно, самые теплые дома — это те, которые построены по каркасной технологии с использованием минераловатного утеплителя.

Все работы были проведены на высшем уровне, выполнены безупречно и точно в срок. С этого домика и начнется большое родовое гнездо

— Да, я уже начала немного разбираться в технологиях и знаю — дом каркасный. В его основе, как мне объяснили строители, деревян-

ный каркас, а стены, полы и кровля утеплены плитами из базальтовой ваты «Изорок».

— Ох и здорово здесь зимой! Ты находишься в уютном помещении и одновременно любишься заснеженным пейзажем из огромных окон.

— И не только зимой, — вторит Роза. — Летом, надеюсь, мы будем любоваться цветущим садом. Мне вообще очень нравятся высокие окна, они объединяют дом и ландшафт. Природа становится как бы частью интерьера. Да и сами по себе высокие окна и треугольные окошки во фронтонах очень украшают интерьер. Деревянные наличники, стекла с решетками-шпросами — по-моему очень красиво.

— Здесь очень тепло даже при таком количестве высоких окон. Они наверняка не обычные, а энергосберегающие?

— Да, конечно. Это теплые пластиковые окна с двухка-

мерными стеклопакетами, рассчитанные на нашу суровую зиму. Так что не замерзнем, это точно! Я уже проверяла — окна установлены идеально, ниоткуда не дует, откосы ровные, качественно выполненные.

— Какой интересный потолок! Балки, я вижу, не стали прятать, а наоборот, сделали декоративным элементом интерьера. Это смелый ход!

— Согласна. Ведь несущие балки не только выставили напоказ, но к ним специально добавили еще и декоративные балки. Получилось, на мой взгляд, очень эффектно. Напоминает стиль кантри или прованс.

— Я обратил внимание, что внутренние стены отделаны тем же материалом, что и фасадные. Они такие ровные, гладкие. По внешнему виду их не отличишь от стен дорогого брусового дома.

— На самом деле стены и снаружи, и внутри облицованы так называемым

фальшбрусом. Это декоративная деревянная доска. Замечательный материал производства самой компании. — А какой потрясающий серый оттенок стен, как будто с сиреневым отливом... Чем красили?

— Специалисты выбрали особую английскую краску. Она не просто декоративная, но еще и отлично защищает стены от солнца, снега и дождя. А цвет и вправду получился удивительно нежный... Кстати, фальшбрус красили не на месте, а на производственной площадке компании. То есть стены отделявали уже готовым, окрашенным материалом.

— Как вам работало с компанией «Зодчий»?

— Все, я считаю, прошло на высшем уровне. Работы были выполнены безупречно и завершены точно в срок. Результат вы сами видите! Огромное спасибо специалистам, они настоящие зодчие!

НЕУДОБНЫЕ ТЕМЫ ОБСУДИЛА «ВЕЧЕРКА» С ВРАЧОМ-СЕКСОЛОГОМ АЛЕКСАНДРОМ ПОЛЕЕВЫМ, КОТОРЫЙ ОБЪЯСНИЛ, ЗАЧЕМ В ШКОЛАХ НУЖНЫ УРОКИ СЕКСУАЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ И КАК ВЛИЯЕТ ХОЛОД НА СЕКС

ДО 16 И СТАРШЕ ТЕМУ ИЗУЧАЙ



Борис Орлов
edit@vm.ru

Александр Моисеевич пояснил, что при низкой температуре сосуды органов, осуществляющих репродуктивную функцию, суживаются, крови поступает меньше. — Наступает переохлаждение. А вместе с ним снижается выработка тестостерона — мужского полового гормона, — рассказал доктор. — А ведь именно тестостерон во многом отвечает за мужское здоровье. Поэтому одеваться обязательно нужно соответственно погоде.

Теплое нижнее белье?

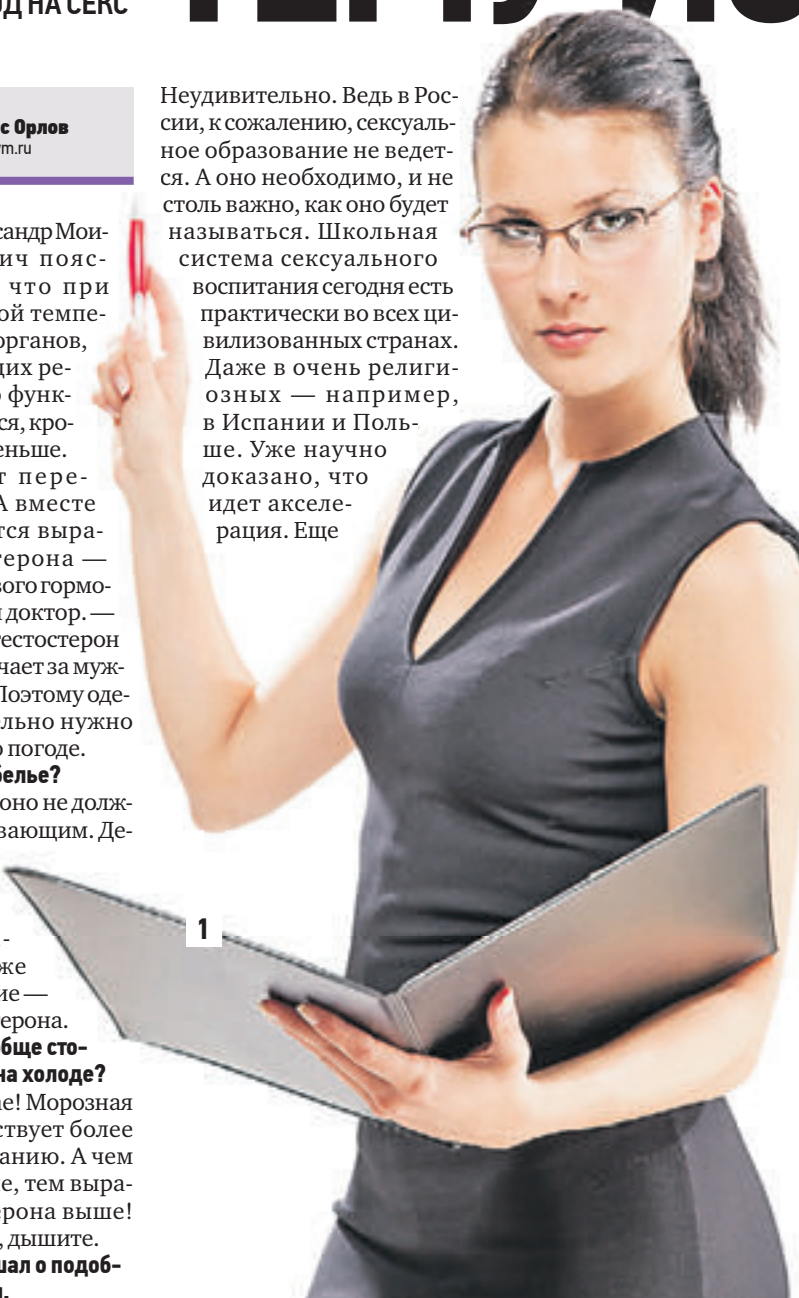
Разумеется. Но оно не должно быть обтягивающим. Дело в том, что в этом случае кровоснабжение также замедляется. Хуже кровообращение — меньше тестостерона.

Может быть, вообще стоит реже бывать на холоде?

Ни в коем случае! Морозная погода способствует более глубокому дыханию. А чем глубже дыхание, тем выработка тестостерона выше! Так что гуляйте, дышите.

Никогда не слышал о подобной зависимости.

Неудивительно. Ведь в России, к сожалению, сексуальное образование не ведется. А оно необходимо, и не столь важно, как оно будет называться. Школьная система сексуального воспитания сегодня есть практически во всех цивилизованных странах. Даже в очень религиозных — например, в Испании и Польше. Уже научно доказано, что идет акселерация. Еще



в 1964 году в Москве проводили исследование. И выяснилось: средняя концентрация тестостерона у парней составляла 14 миллиграммов на литр крови, а сегодня — уже 18. Это в три раза больше, чем у взрослых!

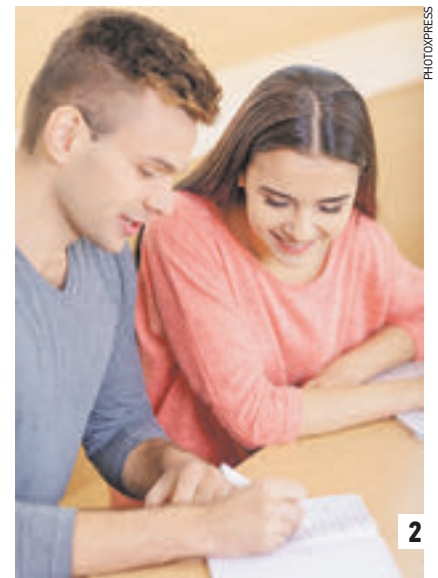
Да, но при чем здесь школа? Может, об интимных сторонах жизни подростку должны рассказать родители?

Ни в коем случае. Ведь об этих проблемах они, во первых, сами сказать педагогично не могут. А во вторых, обсуждение этих проблем может нарушить семейную жизнь. Поэтому говорить на эту тему должны люди, которые в ней разбираются...

Возможно, подросткам подожмет интернет?

Вряд ли. В интернете любой фантазер может назвать себя доктором медицинских наук и давать глупейшие советы. Никакой интернет не приведет к сексуальному просвещению подрастающего поколения. Тема секса там представлена чаще всего в вульгарных терминах и комментариях... Просвещать должны профессионалы, которых в России, к сожалению, не хватает. Вот вам факт: в Париже, где средний возраст начала половой жизни — 14 лет,

сексуальным воспитанием подростков должны заниматься профессиональные медики (1). В плане полового воспитания книга, по мнению психотерапевта Александра Полеева, предпочтительнее интернет-роликов (2)



PHOTOPRESS

2

официально регистрируется три беременности на тысячу школьниц, а в Москве, где интимную жизнь начинают на два года позже, — 34 беременности на тысячу школьниц! Поверьте, ни один сексолог не хочет, чтобы школьники вели интим-

ную жизнь. И не только потому, что это отвлекает их от занятий. Дело в том, что в этом возрасте половые органы еще не созрели для удовольствия,

и подростки портят себе будущую сексуальную жизнь. Значит, взрослым нужно проявить мудрость.

Поговорим о людях постарше. Есть ли препараты, помогающие сохранить сексуальное здоровье?

Если вам что-то прописывает доктор — разумеется, нужно принимать. Также продлению здоровья в интимной сфере способствуют умеренные занятия спор-

ДОСЬЕ

Александр Полеев — врач-психотерапевт, сексолог, кандидат медицинских наук, профессор Института психоанализа при МГУ, профессор Университета «Эразмус» (Роттердам), профессор Университета Северного Лондона.

том. А именно физзарядка, пробежки, но не такие, после которых с ног валишься. Очень помогает мужскому долголетию и так называемая средиземноморская диета: рыба, морепродукты, свежие овощи, фрукты, оливковое масло. Этот набор продуктов позволяет организму активнее вырабатывать тестостерон. А вот животных жиров и красного мяса — говядины и свинины — тем, кому за 60, нужно есть поменьше.

ПростаНорм®: удар по простатиту, а не по карману!

С наступлением холодов у многих из нас обостряются хронические заболевания. Простатит — не исключение. Снижение двигательной активности, переохлаждение, «прокатившаяся» эпидемия гриппа, недостаток витаминов — все эти факторы могут дать «старт» началу мучительной болезни.

ЧЕМ ТАК СТРАШЕН ПРОСТАТИТ?

Простатит — воспаление предстательной железы. Он негативно влияет на главные функции мужского организма: сексуальную, репродуктивную и нервно-мышечную. Простатит нарушает потенцию, лишая радостей интимной жизни, а сильная боль и изматывающие позы выводят из строя мочепускание, сопровождающие этот недуг, выматывают мужчину.

КАК УБЕРЕЧЬСЯ ОТ ПРОСТАТИТА?

Прежде всего, важно вести активный и здоровый образ жизни: очень полезны пешие прогулки и физические упражнения; необходимо беречься от переохлаждения, не сидеть на холодном месте. Рекомендуется придерживаться здорового рациона питания, не злоупотреблять алкоголем и по возможности отказаться от курения. Важную роль в лечении хронического простатита играют фитопрепараты, среди которых стоит выделить ПростаНорм®.

ЧТО ТАКОЕ ПРОСТАНОРМ®?

Российские ученые фармакологи и урологи создали инновационный препарат ПростаНорм® с патентованной технологией его получения.

ПростаНорм® — лекарственное средство растительного происхождения для лечения хронического простатита и восстановления функций предстательной железы.

В состав ПростаНорма® входят экстракты травы зверобоя и золотарника, корней солодки и эхинацеи, — которые призваны оказывать комплексное терапевтическое воздействие на ключевые механизмы развития простатита. Регулярное применение ПростаНорма® поможет избавиться от болей и воспаления, нормализовать мочеиспускание, а по окончании курса — снизить отек и восстановить микроциркуляцию в тканях предстательной железы. ПростаНорм® широко используется более 15-ти лет, то есть это уже проверенный временем препарат для лечения простатита.

Стоит отметить, что невысокая цена ПростаНорма® позволяет бороться с недугом без угрозы для семейного бюджета.

ПростаНорм® — приведи себя в норму!

Спрашивайте в аптеках города.

Дополнительная информация по телефону +7(499) 372-13-23 и на сайте www.prostanorm.ru

PV № P 002282/01
PV № P 002282/02



Лекарственное средство для лечения хронического простатита и восстановления функций предстательной железы.



Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ПРОВЕРИТЬ СОСТОЯНИЕ СВОЕЙ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ В ХОДЕ БЕСПЛАТНОЙ АКЦИИ ВНОВЬ ПРИШЛО МНОГО ГОРОЖАН. В МОСКВЕ ЗА ШЕСТЬ ЛЕТ СМЕРТНОСТЬ ОТ БОЛЕЗНЕЙ СЕРДЦА СНИЗИЛАСЬ В 3,6 РАЗА

СИМВОЛ ЧУВСТВ



Кристина Елдзарова
k.eldzarova@vm.ru

С 10 по 18 декабря в столице в очередной раз прошла бесплатная общегородская акция «Проверь свое сердце». Эксперты отмечают, что только за первую половину текущего года свое сердце проверили 6,5 тысячи москвичей. А в 2015 году в рамках этой акции обследование прошло более 12 тысяч человек.

Акция «Проверь свое сердце» имеет огромное значение для сохранения жизни и здоровья россиян. Дело в том, что в наше время сердечно-сосудистые заболевания — наиболее частая причина смерти людей. По данным Всемирной организации здравоохранения, у россиян все еще очень высокий показатель смертности от таких заболеваний, как инфаркт миокарда, нарушение мозгового кровообращения, сердечная недостаточность. Столичные кардиологи подчеркивают, что именно отсутствие ранней диагностики приводит к значительному повышению риска болезней сердца. — В Москве функционирует сеть центров здоровья, запущена программа диспансеризации, проходят профи-

МАЛОИЗВЕСТНЫЕ ФАКТЫ О СЕРДЦЕ

О сердце — разговор особый. Во все времена из всех органов человека сердцу уделяли, пожалуй, больше всего внимания. Между тем, оказывается, что мы не так уж и много знаем о главном труженике нашего организма.



Ежедневно в сердце происходит такой расход энергии на перекачивание крови, что его хватило бы, чтобы проехать на грузовике больше 30 километров

Деревенский творог признан одним из самых полезных продуктов для нашего сердца, потому что в нем мало жиров, но много кальция и белков

Сердце вырабатывает количество энергии, сравнимое с энергией, затрачиваемой космическим аппаратом при полете на Луну и обратно

Болезни сердца были обнаружены даже у мумий возрастом 300 лет

Сердце обычного взрослого человека бьется в среднем 72 раза в минуту. При этом женское сердце обычно бьется быстрее мужского

лактические акции, — говорит заместитель мэра столицы в правительстве Москвы Леонид Печатиных. — Благодаря комплексу мер в Москве по сравнению с 2010 годом смертность от сердечно-сосудистых заболеваний уменьшена в 3,6 раза. У наших людей пока еще нет приверженности к здоровому

образу жизни, говорят врачи. Например, по данным Росстата, ежегодный

— Высокий риск развития болезней сердца в ближайшие 10 лет имеют 40,6% здо-

РАН, директор Научного центра сердечно-сосудистой хирургии имени Бакулева Лео Бокерия. — Основные причины: потребление алкоголя, табака, повышенные артериальное давление и уровень холестерина в крови. Горожанам нужно заботиться о режиме дня, питания, отказаться от вредных привычек, заниматься физкультурой и полноценно отдыхать.

В столице действуют сеть центров здоровья, программа диспансеризации, культивируется здоровый образ жизни

рекомендуемый осмотр у кардиолога игнорируют 75% россиян!

ровых 50–60-летних мужчин и 7,1% здоровых женщин, — отмечает академик

ТОП-3

Научный прогресс продолжает удивлять новыми открытиями, некоторые из которых порой противоречат прежним медицинским нормам.

«ОРГАНЫ НА ЧИПЕ»

Ученые из Гарвардского университета недавно создали технологию, которая позволяет печатать искусственные органы для лабораторных исследований при помощи 3D-принтера. Так называемые органы на чипах содержат живые ткани. На них ученые испытывают воздействие новых лекарств без опытов на животных. Одним из первых образцов стало «сердце на чипе».

ПОЛЕЗНЫЕ ЖИРЫ

Долгое время мы были уверены, что жирная пища забивает артерии, увеличивая уровень холестерина. Но ученые опровергают эту теорию — жиры полезны. Так, жиры, содержащиеся в молочных продуктах, могут защитить нас от сердечно-сосудистых заболеваний, рака и диабета II типа. Так что следует пересмотреть свой рацион.

ОПАСНАЯ ЭЛЕКТРОНИКА

Шведские кардиологи выяснили, что всего десять затяжек электронной сигаретой способны вызывать болезни сердца. Уже в течение первого часа в крови курильщика происходит резкий рост клеток, участвующих на повреждение внутренней оболочки сосудов.

КАРДИОВАЛЕН – спокойная жизнь со здоровым сердцем!

- Уникальная рецептура на основе растительных компонентов: боярышника, желтушника, валерианы, горичвета и камфоры!

КАРДИОВАЛЕН МОЖНО ПРИМЕНЯТЬ ПРИ:

- Высоком пульсе (тахикардии)
- Скачках артериального давления
- Проявлениях вегетососудистой дистонии (психоэмоциональном напряжении, нарушении сна, головной боли, сердцебиении, боли в левой части груди)
- В комплексной терапии с «сердечными» препаратами

Бесплатный звонок на горячую линию по телефону: **8 800 222 42 72** Много полезной информации на www.kardiovalen.ru

ТЕПЕРЬ
В НОВОЙ
УПАКОВКЕ!

РУ ЛСР-007711/09



СПРАШИВАЙТЕ ПРЕПАРАТ
В АПТЕКАХ МОСКВЫ:



САМСОН-ФАРМА
Телефон для справок:
8 800 250-88-00

Сеть аптек
Телефон для справок:
8 (495) 215-5-215

**ПЛАНЕТА
ЗДОРОВЬЯ**
Телефон для справок:
8 (495) 369-33-00

ИФК АПТЕКИ

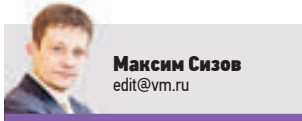
АПТЕКА ЗДОРОВ.ру



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ПРИМЕНЕНИЮ.

ЗДОРОВЬЕ — ЭТО РАБОТА. ЧТОБЫ ЧУВСТВОВАТЬ СЕБЯ В ФОРМЕ, НУЖНО ПРИЛАГАТЬ УСИЛИЯ: ЗАНИМАТЬСЯ СПОРТОМ, СОБЛЮДАТЬ ДИЕТУ И ДАЖЕ... ТЕХНИКУ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЗАПУСКЕ ФЕЙЕРВЕРКОВ!

АКТИВНЫЕ ЛЮДИ



Максим Сизов
edit@vm.ru

Моему сыну 8 лет, он учится во втором классе. Хочу отдать его в спортивную секцию, но не знаю, какой вид спорта лучше подходит ребенку. Можно ли это как-то выяснить?
Элина Низамова, Головинский район

В настоящее время в Москве открыты 11 центров спортивного тестирования для детей от 6 до 12 лет. По результатам тестов родители могут узнать, в каком виде спорта их ребенок сможет добиться лучших результатов, — рассказал директор НИИ спортивной медицины Российского государственного университета физкультуры, спорта и туризма Андрей Смоленский (на фото). Тесты принимают опытные тренеры и спортивные медики. Они проверят склонность ребенка к 81 виду спорта. Администраторы центров подскажут и ближайшие адреса спортшкол, где есть рекомендованные секции. Тестирование, которое в среднем занимает полтора часа, про-



12 ноября 2016 года. Подружки-москвички Катя Михайлова (на «ватрушке») и Татьяна Привалова катаются с горки на лыжной базе «Лесная»

ходит бесплатно. Ребятам дают задания на проверку памяти, внимания и скорости реакции. Измеряют давление, массу, делают электрокардиограмму и примеряют маску с горным воздухом, чтобы проверить работу организма в условиях, когда воздух обеднен кислородом.



ходит бесплатно. Ребятам дают задания на проверку памяти, внимания и скорости реакции. Измеряют давление, массу, делают электрокардиограмму и примеряют маску с горным воздухом, чтобы проверить работу организма в условиях, когда воздух обеднен кислородом.



Что безопаснее для катания с горы — ледянка, «ватрушка», санки или снежокат?
Ирина Копылова, Бибирево

Лично я катаюсь с сыном на ледянках, но для этого нужна горка с максимально ровной поверхностью, — пояснил Андрей Смоленский. — Если же горка неровная, то

рекомендую «ватрушку»: она амортизирует удары, и вы не отобьете копчик. Санки и снежокат хороши только для снежных малоллюдных горок. Ведь если вы на своей «технике» въедете в толпу других катающихся, то можете кого-то травмировать полостью или другими твердыми конструкциями. Так что на снежокате лучше кататься не в парке, а где-нибудь на даче.



31 декабря 2015 г. Запускать фейерверк нужно на спецплощадках

САЛЮТУЕМ НОВОМУ ГОДУ



Где в Москве на Новый год можно запускать фейерверки?
Денис Караваев, Люблино

В городе уже подготовлено 112 площадок, на которых жители самостоятельно смогут запустить фейерверки и другую пиротехнику. Об этом рассказали «Вечерке» в столичном управлении МЧС. Все эти площадки —

далеко от жилья, чтобы петарды не попадали в окна. В МЧС предупредили, что запускать петарды нужно в четком соответствии с размещенной на упаковке инструкцией. Там в числе прочего четко указано, как именно поджигать пиротехническое изделие, на какое расстояние нужно отходить от салютов во время запуска. Список площадок — на сайте mos.ru.

- Вы неосторожно обошлись с огнем – ожог?
- Вам приносит страдания трофическая язва?
- В семье беда: у кого-то из близких пролежни?



Поможет рассасывающаяся повязка, изготовленная из природного сырья – бурых морских водорослей –

АЛЬГИПОР-М

На Ваши вопросы ответит производитель ООО «ГК Пальма»
www.palma-med.ru (495) 921-37-19

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

SOSУДИСТЫЙ ДОКТОР



Повышенное артериальное давление может привести к опасным и разрушительным последствиям, если не обратиться на него должного внимания. Так сердечно-сосудистая система подает сигналы о своей неисправности.

«СОСУДИСТЫЙ ДОКТОР» — растительный продукт, который облегчает самочувствие при головных болях различного происхождения и головокружении, нормализует артериальное давление, стабилизирует работу сосудистой системы, снижает риск развития атеросклероза и инсульта.

8 (495) 789-57-22
www.fitogalenika.ru
В АПТЕКАХ УЖЕ 14 ЛЕТ!

Заказывайте на zdravcity.ru с бесплатной доставкой в ближайшую к вам аптеку



№ RU. 77.99.55.003.E.003367.02.15. РЕКЛАМА

Яйца снижают вероятность инсульта: если их не есть много



Я каждый день завтракаю яичницей. Полезна ли такая привычка?
Олег Костюков, Пресня

Куриные яйца признаны полезными для профилактики инсульта. Согласно опубликованному в Journal of the American College of Nutrition исследованию группы американских ученых, включение в рацион хотя бы одного яйца в день понижает вероятность получить инсульт в пожилые го-

ды на 12 процентов. По словам Доминика Александра из Института EpidStat в Энн-Арборе (США), яйца содержат антиоксиданты, которые снижают степень кислородного «давления» на клетки и сбивают воспаления. К тому же они являются отличным источником белка, снижающего давление в сосудах. Ученые пришли к такому выводу, проанализировав выводы семи ранее опубликованных работ, авторы которых изучали влияние различ-

ных продуктов питания на состояние сердца и сосудов и на вероятность развития коронарной болезни сердца, инсультов и инфарктов. Эксперименты велись с 1982 по 2014 год, в общей сложности в них поучаствовали около 310 тысяч человек. — С этим продуктом важно не переусердствовать, — рассказывает диетолог Марина Афонина. — Все-таки желтки яиц содержат еще и холестерин. Поэтому есть по 2–3 яйца в день скорее вредно, чем полезно.

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

1 КАНАЛ

05.00 Телеканал Доброе утро
 09.00 Новости
 09.20 Контрольная закупка
 09.50 Жизнь здорово! 12+
 10.55 Модный приговор
 12.00 Новости с субтитрами
 12.15 **ВЫШЕЛ ЕЖИК ИЗ ТУМАНА** (Россия, 2010) [S] 16+
 15.00 Новости с субтитрами
 15.10 **ВЫШЕЛ ЕЖИК ИЗ ТУМАНА** (Россия, 2010) [S] 16+
 16.00 Наедине со всеми. Программа Юлии Миньшовой 16+
 17.00 Мужское / Женское 16+
 18.00 Вечерние новости с субтитрами
 18.40 Человек и закон с Алексеем Пимановым 16+
 19.45 Поле чудес. Новогодний выпуск 16+
 21.00 Время
 21.30 Голос. Финал [S] 12+
 23.45 Вечерний Ургант [S] 16+
 00.30 **ГОРОДСКИЕ ПИЖОНЫ. АЛЕН ДЕЛОН, УНИКАЛЬНЫЙ ПОРТРЕТ** [S] 16+
 01.30 **СИЦИЛИЙСКИЙ КЛАН** (Франция, 1969) 16+
 03.50 **ЛЕСТНИЦА** (США — Франция — Великобритания, 1969) 16+



МОСКВА ДОВЕРИЕ

06.00 **МУЛЬТИУТРО** 0+
 11.05 **ВИЗИТ К МИНОТАВРУ** 16+
 12.30 Это лечится! 12+
 13.30 Это по-нашему 16+
 14.00 Доверяй, но проверяй 12+
 14.30 Ваше телевидение 12+
 15.30 Звезды решают все. Не хочу быть любовницей бывшего мужа 12+
 16.00 Я могу! 12+
 16.30 **МОЯ МАМА — СНЕГУРОЧКА** (Россия, 2007) 16+
 18.10 **ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА** 12+
 20.00 **ЗИГЗАГ УДАЧИ** (СССР, 1968) 12+
 21.35 Элвис Пресли. Во власти рока 12+
 22.25 Раскрывая мистические тайны 12+
 23.15 В теме 16+
 23.50 **ВИЗИТ К МИНОТАВРУ** 16+
 01.10 **ТРУФАЛЬДИНО ИЗ БЕРГАМО** (СССР, 1977) 6+
 03.45 **ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА** 12+
 05.25 Звезды решают все 12+
 05.50 Вспомнить все 12+

РОССИЯ 1

05.00 Утро России
 09.00 Вести
 09.15 Утро России
 09.55 О самом главном 12+
 11.00 Вести
 11.40 Вести. Местное время
 11.55 **СВАТЫ** 12+
 14.00 Вести
 14.20 **ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ** 12+
 16.15 **МЕЗАЛЬЯНС** (Россия, 2015) 12+
 Режиссер Игорь Кечаев
 В ролях: Влад Канопка, Екатерина Данилова, Мария Козакова, Елена Сафонова
 Алла Даниловна, доктор наук и великая эстетка, озабочена поиском достойной партии для племянника Кости. Его подруга Майя тетью категорически не устраивает — слишком проста. Видя, что Костик влюблен, Алла Даниловна решает рассорить пару и приглашает в дом дочь своей аспирантки — бойкую Леру. Слишком поздно семья понимает, что на порог пустили настоящее чудовище...
 20.00 Вести
 20.45 Вести. Местное время
 21.00 **ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-16** 12+
 00.55 **БОГАТАЯ МАША** (Россия, 2010) 12+



НТВ

05.00 **АДВОКАТ** 16+
 06.00 Новое утро
 07.30 Студия Юлии Высоцкой 0+
 08.00 Сегодня
 08.05 **ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА** 16+
 10.00 Сегодня
 10.20 **ЛЕСНИК** 16+
 12.00 Суд присяжных 16+
 13.00 Сегодня
 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
 14.00 Место встречи
 16.00 Сегодня
 16.25 **УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ** 16+
 18.00 Говорим и показываем 16+
 19.00 Сегодня
 19.40 Ты не поверишь! 16+
 20.40 Распутин. Расследование 16+
 22.40 Международная пирамида с Тиграном Кеосаяном 16+
 23.30 **ЖИЗНЬ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ** (Россия, 2015) 12+
 03.35 Их нравы 0+
 04.00 **ЧС — ЧРЕЗВЫЧАЙНАЯ СИТУАЦИЯ** 16+

ТВ ЦЕНТР

06.00 Настроение
 08.00 Новый Год в советском кино 12+
 08.50 **БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА** (Мосфильм, 1972) 12+
 Режиссер Алексей Коренев
 В ролях: Михаил Кононов, Наталья Гвоздикова, Александр Збруев, Юрий Кузьменков, Евгений Леонов, Светлана Крючкова
 Молодой подающий надежды аспирант-историк Нестор Северов, поссорившись со своей невестой Полиной, бросает науку и идет работать в вечернюю школу. Взаимоотношения с учениками, многие из которых старше его, «учат его жизни», возвращая в конечном итоге к своей невесте...
 11.30 События
 11.50 **БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА** (Мосфильм, 1972) 12+
 14.30 События
 14.50 Город новостей
 15.15 **ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ** (Мосфильм, 1982) 12+
 18.15 **ПРИТВОРЩИКИ** (Россия, 2016) 12+
 20.05 **СЛУЧАЙНЫЕ ЗНАКОМЫЕ** (Россия, 2012) 16+
 22.00 События
 22.30 Приют комедиантов 12+
 00.25 **ТРИ МУШКЕТЕРА. ПОДВЕСКИ КОРОЛЕВЫ** (Франция — Италия, 2012) 6+
 02.30 **ТРИ МУШКЕТЕРА. МЕСТЬ МИЛЕДИ** (Франция — Италия, 1961) 6+



ДОМАШНИЙ

06.30 Джейми: Рождественская вечеринка 16+
 07.30 Домашняя кухня 16+
 08.00 По делам несовершеннолетних 16+
 10.00 **ЕДИНСТВЕННЫЙ МОЙ ГРЕХ** (Россия, 2012) 16+
 18.00 Свидание для мамы 16+
 19.00 **МОЕ ЛЮБИМОЕ ЧУДОВИЩЕ** (Россия, 2013) 16+
 22.45 Женщины в поисках счастья 16+
 23.45 6 кадров 16+
 00.30 **ШУТ И ВЕНЕРА** (Россия, 2007) 16+
 02.25 По делам несовершеннолетних 16+
 04.25 Звездные истории 16+
 05.25 6 кадров 16+
 05.30 Джейми: Рождественская вечеринка 16+

КУЛЬТУРА

06.30 Евроньюс
 10.00 Новости культуры
 10.20 Киногерой. Век русской мистификации
 11.15 **ЗОЛУШКА-80** (Италия — Франция, 1983)
 12.50 Иоганн Кеплер
 13.00 Пешком. Москва узорчатая
 13.30 Вспоминая Эрнста Неизвестного
 14.10 По следам тайны
 15.00 Новости культуры
 15.10 **В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА** (СССР — Болгария, 1985)
 16.25 Станислав Говорухин. Монологи кинорежиссера
 17.20 Международные музыкальные фестивали
 18.55 Мировые сокровища
 19.10 Спокойной ночи, малыши!
 19.30 Новости культуры
 19.45 Главная роль
 20.05 Владимир Спиваков. Диалоги с Соломоном Волковым
 20.50 **ЗОЛУШКА-80** (Италия — Франция, 1983)
 22.30 Гала-концерт на Дворцовой площади Санкт-Петербурга
 00.15 Новости культуры
 00.30 **МАРИЯ-АНТУАНЕТТА. ПОДЛИННАЯ ИСТОРИЯ** (Канада — Франция, 2006)
 01.55 Международный фестиваль цирка в Монте-Карло



ЗВЕЗДА

06.10 ВМФ СССР. Хроника Победы. Линкор Парижская коммуна 12+
 06.40 Теория заговора 12+
 07.05 **ДУМА О КОВПАКЕ** 12+
 09.00 Новости дня
 09.15 **ДУМА О КОВПАКЕ** 12+
 10.00 Военные новости
 10.05 **ДУМА О КОВПАКЕ** 12+
 13.00 Новости дня
 13.15 **ДУМА О КОВПАКЕ** 12+
 14.00 Военные новости
 14.05 **ДУМА О КОВПАКЕ** 12+
 15.00 **ОТ БУГА ДО ВИСЛЫ** (К/ст им. Довженко, 1980) 12+
 18.00 Новости дня
 18.30 **ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ** (Мосфильм, 1964)
 20.15 **ТРЕМБИТА** (Свердловская к/ст, 1968)
 22.00 Новости дня
 22.25 **ТРЕМБИТА** (Свердловская к/ст., 1968)
 22.40 **БЛЕФ** (Италия, 1975) 12+
 00.35 **КЛУБ САМОУБИЙЦ, ИЛИ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТИТУЛОВАННОЙ ОСОБЫ** (Ленфильм, 1979)

МАТЧ-ТВ

06.30 **МУЛЬТФИЛЬМЫ**
 07.00 Новости
 07.05 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. Финляндия — Швеция. Трансляция из Канады 0+
 09.35 Новости
 09.40 **ВОЕННЫЙ ФИТНЕС** (Россия, 2016) 16+
 11.40 Новости
 11.45 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. Россия — США 0+
 14.15 Новости
 14.20 **ЧЕМПИОНЫ** (Россия, 2013) 6+
 16.10 Все на Матч! Итоги года
 17.00 Точка 12+
 17.30 Лучшая игра с мячом. Итоги года
 18.30 Десятка! 16+
 18.50 Все на Матч!
 19.10 **В СПОРТЕ ТОЛЬКО ДЕВУШКИ** (Россия, 2014) 12+
 21.00 Все на футбол! Спартак-2016
 21.55 Все на футбол! Афиша. Англия 12+
 22.25 Все на Матч!
 22.55 Футбол. Чемпионат Англии. Халл Сити — Эвертон. Прямая трансляция
 00.55 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. Швейцария — Дания
 03.25 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. Словакия — Латвия
 05.55 Смешанные единоборства. UFC. Прямая трансляция из США

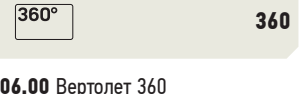


СТС

06.00 **ПИНГВИНЕНОК ПОРОРО**
 06.50 **ВЕЛИКИЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК** 6+
 07.45 **ТРИ КОТА** 0+
 08.05 **ВЕЛИКИЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК** 6+
 08.30 Уральские пельмени 16+
 09.40 **МАМЫ-3** (Россия, 2014) 12+
 11.30 **КОРАБЛЬ** 16+
 13.30 **КУХНЯ** 12+
 15.30 **ВОРОНИНЫ** 16+
 19.00 Уральские пельмени 16+
 21.00 **ПОДАРОК С ХАРАКТЕРОМ** (Россия, 2014) 0+
 22.45 **ЗОЛУШКА** (Россия, 2012) 16+
 00.35 **ПРАЗДНИК ВЗАПЕРТИ** (Россия, 2012) 16+
 02.10 **ПОМЕНИТЬСЯ МЕСТАМИ** (США, 1983) 16+
 04.20 **ДЖУНГЛИ** (Россия, 2012) 6+

РЕН ТВ

05.00 Территория заблуждений 16+
 06.00 Документальный проект 16+
 07.00 С бодрым утром! 16+
 08.30 Новости 16+
 09.00 Документальный проект 16+
 12.00 Информационная программа 112 16+
 12.30 Новости 16+
 13.00 Званный ужин 16+
 14.00 **ОГОНЬ ИЗ ПРЕИСПОДНЕЙ** (США, 1997) 16+
 16.00 Информационная программа 112 16+
 16.30 Новости 16+
 17.00 Тайны Чапман 16+
 18.00 Самые шокирующие гипотезы 16+
 19.00 Информационная программа 112 16+
 19.30 Новости 16+
 20.00 Русские идут 16+
 За что борется наша страна на мировой арене? Как изменились цели и ценности россиян в новом тысячелетии? И что думают о России простые американцы и европейцы?
 22.00 Смотреть всем! 16+
 23.00 Мы все учились понемногу. Концерт Михаила Задорнова 16+
 Писатель-сатирик рассуждает о реформе образования, о подражании Западу и об удивительной безграмотности молодежи. Задорнов цитирует сочинения школьников, высказывания учителей, тексты из учебников...
 01.00 Самые шокирующие гипотезы 16+
 02.00 Странное дело 16+
 03.00 Тайны Чапман 16+
 03.50 Секретные территории 16+



360°

06.00 Вертолет 360
 08.00, 08.30, 22.45, 23.15, 03.00, 03.30 Самое яркое 16+
 09.00 Новости 360
 09.20, 10.10 Вкусно 360 12+
 11.00 Губернатор 360
 12.00, 19.00, 04.00 Большие новости
 13.00, 14.00 Катина любовь 16+
 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 01.30, 02.00, 02.30 Все просто! 12+
 17.00, 18.00 **ШИРОКА РЕКА** 16+
 21.00 **ЛИСЕНКО И ДЕВОЧКА** (Франция, 2007) 0+
 23.45 **НЕБЕСНЫЙ СУД** (Россия, 2012) 12+

РАЗВИТИЕ финансовая группа

ДОСТОЙНО ЖИТЬ НА ПРОЦЕНТЫ

до **21%** годовых

● ЕЖЕМЕСЯЧНЫЕ ВЫПЛАТЫ
 ● КАПИТАЛИЗАЦИЯ ВКЛАДОВ
 ● СРЕДСТВА ЗАСТРАХОВАНЫ

ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ

тариф	проценты
доходный	15%
новогодний	18%
пенсионный	21%

ПОЛУЧИТЕ В ПОДАРОК КОМПЬЮТЕР И ТЕЛЕВИЗОР

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ РЕГУЛИРУЕТСЯ ЦЕНТРАЛЬНЫМ БАНКОМ РОССИИ

8(495)225-85-23 8(499)753-53-77 www.finrazvitie.com м. Белорусская, 4-й Лесной пер., 4

ПРОГРАММА ПОДДЕРЖКИ ПЕНСИОНЕРОВ!

Единовременная выплата до **5 000 000 руб.**
 Ежемесячно до **50 000 руб.**

БЕСПЛАТНЫЙ Патронаж и помощь по хозяйству
 Оплата всех коммунальных услуг

Заклучите договор ренты с московской компанией «Гильдия»

8 (499) 499-46-36 **мосрента.рф**

ООО «МГР», ОГРН 116746806732, НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

1 1 КАНАЛ

- 06.00 Новости
- 06.10 Новогодний Ералаш
- 07.00 ПОЛОСАТЫЙ РЕЙС (СССР, 1961)
- 08.45 Новогодний календарь [S]
- 10.00 Новости с субтитрами
- 10.15 31 декабря. Новогоднее шоу [S]
- 12.00 Новости с субтитрами
- 12.15 ОПЕРАЦИЯ Ы И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА (СССР, 1965)
- 14.10, 15.15 БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА (СССР, 1968)
- 15.00 Новости с субтитрами
- 16.30 ПЕС БАРБОС И НЕОБЫЧНЫЙ КРОСС (СССР, 1961) 12+
- 16.40 САМОГОНЩИКИ (СССР, 1961) 12+
- 17.00 ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ (СССР, 1971)
- 18.45 ИРОНИЯ СУДЬБЫ, ИЛИ С ЛЕГКИМ ПАРОМ! (СССР, 1975)
Режиссер Эльдар Рязанов
В ролях: Андрей Мягков, Барбара Брыльска, Юрий Яковлев, Александр Ширвиндт, Георгий Бурков и др.
По давно заведенной традиции 31 декабря четыре приятеля отправились в баню. Вымылись, выпили...
- 22.30, 00.00 Новогодняя ночь на Первом [S] 16+
- 23.55 Новогоднее обращение президента Российской Федерации В. В. Путина [S]
- 02.00 Легенды Ретро FM [S]
- 04.05 Первый Скорый [S]

Москва
Delphine ДОВЕРИЕ

- 06.00 МУЛЬТИТРО 0+
- 13.00 ТРУФФАЛЬДИНО ИЗ БЕРГАМО 6+
- 15.25 ЗИГЗАГ УДАЧИ 12+
- 17.00 ЛЕТУЧАЯ МЫШЬ (СССР, 1979) 12+
- 19.30 ФОРМУЛА ЛЮБВИ (СССР, 1984) 6+
Режиссер Марк Захаров
В ролях: Нодар Мгалоблишвили, Елена Валушкина, Александр Михайлов и др.
Знаменитый авантюрист граф Калиостро в сопровождении весьма экстравагантной свиты прибывает в Россию. Ударяя от гвардейцев Потемкина, вся эта компания застревает в российской глубинке...
- 21.10 Поздравление мэра Москвы С. С. Собянина с Новым 2017 годом
- 21.15 ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО (СССР, 1978) 6+
- 23.55 Новогоднее обращение президента Российской Федерации В. В. Путина
- 00.05 Звон вокалов 0+
- 03.20 МУЛЬТОНЦЕРТ 0+

РОССИЯ 1 РОССИЯ 1

- 05.15 ЧАРОДЕИ (СССР, 1982)
- 08.20 САМАЯ ОБЯЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ (СССР, 1985)
Режиссер Геральд Бежанов
В ролях: Ирина Муравьева, Татьяна Васильева, Александр Абдулов, Леонид Куравлев, Михаил Кокшенов, Лариса Удовиченко и др.
Как непросто в наши дни устроить свою личную жизнь! Даже если план действий разработан «по науке» подругой-социологом. Забавные ситуации, связанные с поисками будущего супруга и завоеванием его сердца, составляют сюжет этой комедии...
- 10.00 Лучшие песни. Праздничный концерт
- 11.50 СВАТЫ 12+
- 14.00 Вести
- 14.20 КАРНАВАЛЬНАЯ НОЧЬ (СССР, 1956)
- 15.55 Короли смеха 16+
- 18.20 КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА (СССР, 1966)
- 20.00 ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ (СССР, 1973)
- 21.50 Новогодний парад звезд
- 23.55 Новогоднее обращение президента Российской Федерации В. В. Путина
- 00.00 Новогодний Голубой огонек-2017

НТВ НТВ

- 05.00 УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ 16+
- 08.00 Сегодня
- 08.20 Готовим с Алексеем Зиминим. Новогодний выпуск 0+
- 08.50, 10.20 АРГЕНТИНА (Россия, 2015) 16+
Режиссер Сергей Крутин
В ролях: Татьяна Арнтгольц, Константин Соловьев, Семен Трескунов, Анатолий Кот и др.
В канун Нового года из детского дома сбегает его воспитанник Лешка Найденов...
- 10.00 Сегодня
- 13.00 Еда живая и мертвая. Новогодний выпуск 12+
- 14.00 Своя игра. Новогодний выпуск 0+
- 15.00 Все звезды в Новый год 16+
- 17.00 САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ (Россия, 2015) 16+
- 19.00 Центральное телевидение с Вадимом Такменевым
- 20.00 Новогодний миллиард
- 22.30 Живой Новый год
- 23.55 Новогоднее обращение президента Российской Федерации В. В. Путина
- 00.00 Живой Новый год
- 00.50 Фестиваль Авторадио
Дискотека 80-х 12+

TBU ТВ ЦЕНТР

- 05.30 СЛУЧАЙНЫЕ ЗНАКОМЫЕ (Россия, 2012) 16+
- 07.20 СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА (Ленфильм, 1966)
- 08.40 Накануне волшебства 12+
- 09.45, 11.45 ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО (Франция, 1953) 12+
- 11.30 События
- 13.45 В ДЖАЗЕ ТОЛЬКО ДЕВУШКИ (США, 1959) 12+
- 16.10 МУЖЧИНА В МОЕЙ ГОЛОВЕ (Россия, 2009) 16+
Режиссер Алексей Пиманов
В ролях: Ольга Погодина, Алексей Серебряков, Андрей Чернышов и др.
Действие происходит в предновогодней Москве. Женщина, упав на катке, теряет сознание и оказывается в больнице. Придя в себя, она чувствует, что у нее в голове поселился неизвестный мужчина...
- 18.35 ВЕЧЕРА НА ХУТОРЕ БЛИЗ ДИКАНЬКИ (К/ст им. Горького, 1961) 6+
- 19.55 УКРОТИТЕЛЬНИЦА ТИГРОВ (Ленфильм, 1954)
- 21.35 МОРОЗКО (К/ст им. Горького, 1964)
- 23.00 Новый год в прямом эфире
- 23.30 Новогоднее поздравление мэра Москвы С. С. Собянина
- 23.35 Новый год в прямом эфире
- 23.55 Новогоднее обращение президента Российской Федерации В. В. Путина
- 00.00 Новый год в прямом эфире
- 01.00 УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО (Италия, 1980) 12+
- 02.45 БЛЕФ (Италия, 1976) 12+

D ДОМАШНИЙ

- 06.30 Джейми: обед за 30 минут 16+
- 07.30 6 кадров 16+
- 07.55 Домашняя кухня 16+
- 08.55 ОДНАЖДЫ ДВАДЦАТЬ ЛЕТ СПУСТЯ (СССР, 1980) 16+
- 10.25 Домашняя кухня 16+
- 10.55 НЕ МОГУ СКАЗАТЬ ПРОЩАЙ (К/ст им. Горького, 1982) 16+
- 12.40 ЗИТА И ГИТА (Индия, 1972) 16+
- 15.05 ЖЕНСКАЯ ИНТУИЦИЯ (Украина, 2003) 16+
- 17.25 ЖЕНСКАЯ ИНТУИЦИЯ II (Украина, 2005) 16+
- 20.00 2017: Предсказания 16+
- 23.55 Новогоднее обращение президента Российской Федерации В. В. Путина 0+
- 00.05 Караоке 16+
- 00.30 Караоке 16+
- 01.50 2017: Предсказания 16+
- 05.35 6 кадров 16+
- 06.00 Джейми: обед за 30 минут 16+
- 06.25 6 кадров 16+

РОССИЯ К КУЛЬТУРА

- 06.30 Евроньюс
- 10.00 УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОЙ (Мосфильм, 1961)
- 11.25 Больше, чем любовь. Людмила Касаткина и Сергей Колосов
- 12.10 Кубанский казачий хор в концерте «Казачи Российской империи»
- 13.30 Международный фестиваль цирка в Монте-Карло
- 14.30 ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖ (Мосфильм, 1980)
- 16.05 Чему смеетесь? или Классики жанра
- 16.40, 01.30 Джо Дассен. Концерт в Олимпии
- 17.40 Синяя Птица. Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов. Финал
- 21.05 ФОРМУЛА ЛЮБВИ (Мосфильм, 1984)
Режиссер Марк Захаров
В ролях: Нодар Мгалоблишвили, Елена Валушкина, Александр Михайлов и др.
Конец XVIII века. По России странствует некто, выдающий себя за графа Калиостро — мага и чародея, о котором ходят самые удивительные слухи...
- 22.40, 00.00 Новый год на канале Культура с Владимиром Спиваковым
- 23.55 Новогоднее обращение президента Российской Федерации В. В. Путина
- 02.25 Падал прошлогодний снег. Кто расскажет небылицу?

★ ЗВЕЗДА

- 04.35 МУЛЬТФИЛЬМЫ
- 07.05 КАК ИВАНУШКА-ДУРАЧОК ЗА ЧУДОМ ХОДИЛ (Ленфильм, 1977)
- 09.00 Новости дня
- 09.15 ТРИ ТОЛСТЯКА (Ленфильм, 1966)
- 11.00 ТАМ, НА НЕВЕДОМЫХ ДОРОЖКАХ (К/ст им. Горького, 1982)
- 12.25, 13.15 ЗОЛУШКА (Ленфильм, 1947)
- 13.00 Новости дня
- 14.15 ПОСЛЕ ДОЖДИЧКА, В ЧЕТВЕРГ (К/ст им. Горького, 1985)
- 15.50 КУБАНСКИЕ КАЗАКИ (Мосфильм, 1949)
- 18.00 Новости. Главное. 2016 год
- 19.00 НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД (Ленфильм, 1945)
- 20.35 Старые песни о главном. Музыкальный фильм
- 22.10 Старые песни о главном-2. Музыкальный фильм
- 23.55 Новогоднее обращение президента Российской Федерации В. В. Путина
- 00.00 Старые песни о главном-3. Музыкальный фильм
- 02.30 Звезды Дорожного радио

МАТЧ! МАТЧ-ТВ

- 06.00 Смешанные единоборства. UFC. Прямая трансляция
- 08.30 Новости
- 08.55 МУЛЬТФИЛЬМЫ
- 08.55 ТРЕНЕР (Россия, 2016) 16+
- 10.55 Новости
- 11.00 В СПОРТЕ ТОЛЬКО ДЕВУШКИ (Россия, 2014) 12+
- 12.50 Новости
- 13.00 КРОВЬЮ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ (США, 2013) 16+
- 15.25 Смешанные единоборства. UFC 16+
- 17.25 Все на Матч! Итоговый выпуск
- 17.55 Футбол. Чемпионат Англии. Манчестер Юнайтед — Мидлсбро. Прямая трансляция
- 19.55 Все на футбол! Чемпионат Англии. Лица-2016 12+
- 20.25 Футбол. Чемпионат Англии. Ливерпуль — Манчестер Сити. Прямая трансляция
- 22.25 Культ тура. Итоги года 16+
- 23.25 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. США — Канада. Прямая трансляция из Канады
- 23.55 Новогоднее обращение президента Российской Федерации В. В. Путина
- 00.00 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. США — Канада. Прямая трансляция из Канады
- 01.55 ХОККЕИСТЫ (СССР, 1965) 12+
- 03.55 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. Россия — Словакия. Прямая трансляция из Канады

СТС СТС

- 06.00 ПИНГВИНЕНОК ПОРОРО
- 06.55 ОСТРОВ ВЕЗЕНИЯ (Россия, 2013) 12+
- 08.30 СМЕШАРИКИ 0+
- 09.00 ФИКСИКИ 0+
- 09.15 ТРИ КОТА 0+
- 09.30 Руссо туристо 16+
- 10.30 Успеть за 24 часа 16+
- 11.30 РОЖДЕСТВЕНСКИЕ ИСТОРИИ 6+
- 11.45 ОТЕЛЬ ЭЛЕОН 16+
- 13.45 НАЗАД В БУДУЩЕЕ (США, 1985) 0+
Режиссер Роберт Земекис
В ролях: Майкл Джей Фокс, Кристофер Ллойд, Леа Томпсон, Криспин Главер, Томас Уилсон и др.
Типичный американский подросток из пригорода Марти Макфлай заброшен в 1955 год на машине времени, изобретенной его другом, чокнутым гением Эмметом Брауном. Чтобы вернуться назад в будущее, Марти должен удостоверить в том, что его родители, которые еще тинейджеры, познакомятся и полюбят друг друга...
- 16.00, 04.55 Уральские пельмени. Любимое 16+
- 16.30 НАЗАД В БУДУЩЕЕ-2 (США, 1989) 0+
- 18.35 Шоу Уральских пельменей. Новогодний марафон 16+
- 22.55 Шоу Уральских пельменей. Оливьеды 16+
- 23.55 Новогоднее обращение президента Российской Федерации В. В. Путина 0+
- 00.00 Шоу Уральских пельменей. Оливьеды 16+
- 00.35 Шоу Уральских пельменей. Новогодний марафон 16+
- 05.40 Музыка на СТС 16+

РЕН ТВ

- 05.00 Территория заблуждений с Игорем Прокопенко 16+
- 08.40 ХОТТАБЫЧ (Россия, 2006) 16+
- 
- Режиссер Петр Точилин
В ролях: Владимир Толоконников, Марюс Ямпольский, Лива Крумина и др.
Хакеров много, а Генка Рыжов — один такой. Талантливый. Он взломал сервер Майкрософта! Но «нобелевки» за это не дают, а дают срок. Так что чистая творческая радость Гены омрачена двумя обстоятельствами: хроническим безденежьем и преследованием российских спецслужб. О третьей напасти — засылке Биллом Гейтсом суперхакерши в Москву — герой пока не знает и исправно пытается убаюкать Лену покупкой чайника через интернет. Ищет, ищет и находит раритетную вещь. А вещьца оказывается с сюрпризом...
- 10.30 Мы все учились понемногу. Концерт Михаила Задорнова 16+
- 12.30 Военная тайна с Игорем Прокопенко 16+
- 17.00 Музыкальный марафон Легенды Ретро FM 16+
- 23.55 Новогоднее обращение президента Российской Федерации В. В. Путина
- 00.00 Музыкальный марафон Легенды Ретро FM 16+
- 
- 360
- 06.00, 06.30, 07.00, 07.30 Самое яркое 16+
- 08.00 Будни
- 09.00, 12.00, 15.00, 20.00 Новости 360
- 09.10 Губернатор 360
- 10.15, 11.10 Вкусно 360 12+
- 12.20 ПОДКИДЫШ (СССР, 1939) 6+

- 13.30 Все просто! 12+
- 14.00, 15.20, 16.10, 17.10, 18.05, 19.00 ШИРОКА РЕКА 16+
Мексика — США, 2006) 12+
- 20.30 БАНДИТКИ (Франция — Мексика — США, 2006) 12+
- 22.15 Я НЕ ЗНАЮ, КАК ОНА ДЕЛАЕТ ЭТО (США, 2011) 16+
- 23.50 Новогоднее обращение губернатора Московской области А. Ю. Воробьева
- 23.55 Новогоднее обращение президента Российской Федерации В. В. Путина
- 00.05 Ночь вязания 12+
- 03.05, 03.30, 03.55, 04.20, 04.45, 05.05, 05.30 Все просто! 12+

С 24.12 **ГОМ КИНО**

ЦИРК ДЕДА МОРОЗА

НОВОГОДНИЙ **БУМ!**

ЕЛКА РОССИЙСКОГО Деда Мороза из Великого Устюга

www.adv-show.ru +7(495)545-37-27

реклама

1 КАНАЛ

- 05.40 Первый дома [S]
- 07.10 **ОПЕРАЦИЯ Ы И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА** (СССР, 1965)
- 08.40, 10.10 **ИРОНИЯ СУДЬБЫ, ИЛИ С ЛЕГКИМ ПАРМОМ!** (СССР, 1975)
- 10.00 Новости с субтитрами
- 12.00 Новости с субтитрами
- 12.15 **БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА** (СССР, 1968)



Режиссер Леонид Гайдай
В ролях: Юрий Никулин, Нина Гребешкова, Андрей Миронов, Анатолий Папанов, Нонна Мордюкова и др.
В южном городке орудует шайка «валютчиков», возглавляемая Шефом и его помощником Графом. Граф по заданию Шефа отправляется в туристическую поездку за рубеж и попадает в компанию тихого и скромного экономиста Семена Семеновича...

- 13.50 **ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ** (СССР, 1971)
- 15.20 Лучшее всех! Новогодний выпуск
- 18.00 Вечерние новости с субтитрами
- 18.15 Клуб Веселых и Находчивых. Юбилейный выпуск [S] 16+
- 20.15 Точь-в-точь. Новогодний выпуск [S] 16+
- 23.31 **ШЕРЛОК ХОЛМС: ШЕСТЬ ТЭТЧЕР** [S] 12+
- 01.00 **ШЕРЛОК ХОЛМС: БЕЗОБРАЗНАЯ НЕВЕСТА** [S] 12+
- 02.30 Мэрилин Монро уверена: Джентльмены предпочитают блондинок 16+
- 04.00 **ОДНАЖДЫ ВЕЧЕРОМ В ПОЕЗДЕ** 16+

Москва *Delafina* ДОВЕРИЕ

- 06.00 **МУЛЬТИТРО** 0+
- 13.05 **ВОЛШЕБНАЯ СИЛА** (СССР, 1971) 0+
Режиссер Наум Бирман
В ролях: Аркадий Райкин, Ирина Гошева, Анна Лисянская, Павел Панков и др.
Бывший ученик помогает старушке учительнице перевоспитать хамов — соседей по коммуналке...
- 14.20 **КОГДА ЕЕ СОВСЕМ НЕ ЖДЕШЬ** 16+
- 20.30 **ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ** (СССР, 1962) 12+
Режиссер Леонид Гайдай
В ролях: Александр Шворин, Владлен Паулус, Ростислав Плятт, Юрий Никулин, Георгий Вицин и др.
Фильм поставлен по новеллам американского писателя О'Генри. Трагикомические истории о незадачливых предпринимателях. Герои каждой отдельной новеллы пытаются поправить свои дела, но всякий раз попадают в непредвиденную ситуацию, которая сводит на нет все их усилия...
- 22.00 **НИНА** 16+

РОССИЯ 1

- 05.00 Лучшие песни. Праздничный концерт
- 06.35 **МАША И МЕДВЕДЬ**
- 07.05 **ЗОЛОТАЯ НЕВЕСТА** (Россия, 2014) 12+
- 08.40 **ДОЯРКА ИЗ ХАЦАПЕТОВКИ** (Россия, 2007) 12+
- 11.40 **ДЕВЧАТА** (СССР, 1961)
- 13.25 Песня года
- 14.00 Вести
- 14.20 Песня года
- 16.40 **КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА** (СССР, 1966)
- 18.15 **ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ** (СССР, 1973)
- 20.00 Вести
- 20.30 Юмор года 16+
- 22.50 **ЕЛКИ-3** (Россия, 2013)
Режиссеры: Дмитрий Киселев, Леван Габриадзе, Екатерина Телегина, Ольга Харина, Александр Котт
В ролях: Иван Ургант, Сергей Светлаков, Гоша Куценко, Валентин Гафт, Татьяна Догилева, Петр Федоров и др.
Если ты сделал добро, тебе не обязательно отвечать добром — это правда жизни. Ты помог кому-то, а тебе помог неизвестный. Случайно? Этот бумеранг добра, который будет запущен героем нашей объединяющей истории, пройдет внутри других новелл...
- 00.30 **ЕЛКИ-2** (Россия, 2011) 12+
- 02.15 **ЧАРОДЕИ** (СССР, 1982)

НТВ

- 05.00 Новогодний хит-парад 0+
- 05.40 **ЖИЗНЬ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ** 12+
- 08.50 Заведем волшебные часы. Концерт детского ансамбля «Домисолька» 0+
- 10.25 **ЛЮБИ МЕНЯ** (Россия, 2005) 12+
Режиссер Вера Сторожева
В ролях: Алена Бабенко, Павел Деревянко, Михаил Ефремов, Илзе Лиепа и др.
Над Шуриком, талантливым художником-дизайнером рекламной компании, нависла угроза увольнения. Начальница — стервозная, амбициозная выпускница одного из американских университетов, — грозитя исполнить свои угрозы до нового года...
- 12.00 «Счастливое утро» 0+
- 13.00 **ПАНСИОНАТ СКАЗКА, ИЛИ ЧУДЕСА ВКЛЮЧЕНЫ** (Россия, 2015) 12+
- 16.20 Однажды. Новогодний выпуск 16+
- 17.10 НТВ-видение. Новогодняя сказка для взрослых. Фильм Елизаветы Листовой 16+
- 18.00 Следствие вели. В Новый год 16+
- 19.00 Сегодня
- 19.20 **В ЗОНЕ ДОСТУПА ЛЮБВИ** (Россия, 2016) 16+
- 21.00 **САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ** (Россия, 2015) 16+
- 22.40 Руки вверх! 20 лет. Юбилейный концерт 12+
- 00.15 **ЗИГЗАГ УДАЧИ** (СССР, 1968) 0+
- 01.40 **АРГЕНТИНА** (Россия, 2015) 16+
- 04.45 **ЧС — ЧРЕЗВЫЧАЙНАЯ СИТУАЦИЯ** 16+

ТВ ЦЕНТР

- 04.40 **12 СТУЛЬЕВ** (Мосфильм, 1971)
- 07.15 **СЕСТРА ЕГО ДВОРЕЦКОГО** (США, 1943) 12+
- 08.50 **НОВОГОДНИЙ МУЛЬТПАРАД**
- 09.30 **НАРУШЕНИЕ ПРАВИЛ** (Россия, 2015) 12+
Режиссер Леонид Мазор
В ролях: Ингрид Олеринская, Софья Хилькова, Евгения Дмитриева и др.
Вера выросла в богатой семье и привыкла, что в жизни ей все доступно и все сходит с рук. Но однажды, отмечая помолвку с женихом, она садится за руль после пары бокалов шампанского и сбивает во дворе дома девочку. Девочка отделяется переломом ноги. Но ее мама требует справедливости и придумывает для Веры необычное наказание: девушка должна целый месяц прожить с ними на правах домработницы...
- 12.30 **ПРИТВОРЩИКИ** (Россия, 2016) 12+
- 14.10 Новый год с доставкой на дом 12+
- 15.05 **ИГРУШКА** (Франция, 1976) 6+
- 16.40 **ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО** (Франция, 1953) 12+
- 19.45 **СНЕЖНЫЙ ЧЕЛОВЕК** (Россия, 2008) 16+
- 21.30 Новый год в Приюте комедиантов 12+
- 23.05 **ШИРЛИ-МЫРЛИ** (Россия, 1995) 16+
- 01.25 **ЗОЛОТОЙ ТЕЛЕНОК** (Мосфильм, 1968)
- 04.15 Лион Измайлов и все-все-все 12+

ДОМАШНИЙ

- 06.30 Джейми: обед за 30 минут 16+
- 07.30 6 кадров 16+
- 07.40 **ЖЕНСКАЯ ИНТУИЦИЯ** (Украина, 2003) 16+
- 10.00 **ЖЕНСКАЯ ИНТУИЦИЯ II** (Украина, 2005) 16+
- 12.35 **ВОЗВРАЩЕНИЕ В ЭДЕМ** (Австралия — США, 1983) 16+
- 18.00 2017: Предсказания 16+
- 19.00 **МОЯ НОВАЯ ЖИЗНЬ** (Украина, 2011) 16+
Режиссер Оксана Байрак
В ролях: Лариса Шахворостова, Андрей Биланов, Дмитрий Миллер и др.
Слава занималась только поддержанием уюта в доме и в жизни своих близких. Ей сорок лет, и она переживает не самые лучшие времена: муж уходит к молодой любовнице, дочь обвиняет в том, что она разрушила ее жизнь, а лучшая подруга сама признается в предательстве. Слава приходит в отчаяние. Но вот появляется мужчина, и он готов ради Славы абсолютно на все...
- 22.40 2017: Предсказания 16+
- 23.40 6 кадров 16+
- 00.30 **ТАРИФ НА ЛЮБОВЬ** (Россия, 2004) 16+
- 02.10 2017: Предсказания 16+
- 05.10 6 кадров 16+
- 05.15 Тайны еды 16+
- 05.30 Джейми: обед за 30 минут 16+

КУЛЬТУРА

- 06.30 Евроньюс
- 10.00 Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфириным
- 10.40 **ЧАРОДЕИ** (Одесская к/ст, 1982)



Режиссер К. Бромберг
В ролях: Александр Яковлева, Александр Абдулов, Екатерина Васильева, Валентин Гафт, Валерий Золотухин и др.
Музыкальная комедия-сказка по мотивам повести братьев Стругацких «Понедельник начинается в субботу»

- 13.15 Мировая премьера. Новогодний концерт Венского филармонического оркестра-2017. Дирижер Густаво Дудамель. Прямая трансляция из Вены
- 15.50 Зимняя сказка. Путешествие полярных сов
- 16.40 **ФОРМУЛА ЛЮБВИ** (Мосфильм, 1984)
- 18.15 Огонек. Нетленка
- 21.20 **МИЛЛИОНЕРША** (Великобритания, 1960) (Россия, 2016) 16+
Лучано Паваротти и друзья. Лучшее
- 00.05 Русские сезоны на Международном фестивале цирка в Монте-Карло
- 01.10 Мультфильмы для взрослых
- 01.55 Зимняя сказка. Путешествие полярных сов
- 02.40 Мировые сокровища. Реймский собор

ЗВЕЗДА

- 06.00 **СОЛОМЕННАЯ ШЛЯПКА** (Ленфильм, 1974)
- 08.45 Новая Звезда. Лучшее
- 10.10 Старые песни о главном. Музыкальный фильм
- 18.00 **ЦИРК** (Мосфильм, 1936)
- 19.55 **УКРОТИТЕЛЬНИЦА ТИГРОВ** (Ленфильм, 1954)
- 22.00 Лучшие цирковые артисты мира на фестивале «Идол» 6+
- 23.55 **ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ТЕТЯ!** (СССР, 1975) 6+
- 02.00 **ЗЕЛЕНый ФУРГОН** (Одесская к/ст, 1983) 12+

МАТЧ-ТВ

- 06.30 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. Финляндия — Швейцария. Трансляция из Канады 0+
- 09.00 **МОРИС РИШАР** (Канада, 2005) 16+
- 11.35 Точка. Специальный репортаж 12+
- 12.05 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. Россия — Словакия. Трансляция из Канады 0+
- 14.35 Специальный репортаж 12+
- 14.55 Лыжный спорт. Тур де ски. Масс-старт. Мужчины. 10 км. Прямая трансляция из Швейцарии
- 15.30 Культ тура. Итоги года 16+
- 16.25 Футбол. Чемпионат Англии. Уотфорд — Тоттенхэм. Прямая трансляция
- 18.25 Лыжный спорт. Тур де ски. Масс-старт. Женщины. 5 км. Трансляция из Швейцарии 0+
- 18.55 Футбол. Чемпионат Англии. Арсенал — Кристалл Пэлс. Прямая трансляция
- 20.55 Все на футбол! Чемпионат Англии. Лица-2016 12+
- 21.25 Айкидо Стивена Сигала 16+
- 22.10 **РОККИ** (США, 1976) 16+
- 00.30 **РОККИ-2** (США, 1979) 16+
- 02.50 **РОККИ-3** (США, 1982) 16+
- 04.40 **РОККИ-4** (США, 1985) 16+

СТС

- 06.00 Ералаш 0+
- 06.45 **ПОДАРОК С ХАРАКТЕРОМ** (Россия, 2014) 0+
- 08.30 **СМЕШАРИКИ** 0+
- 09.00 **РОЖДЕСТВЕНСКИЕ ИСТОРИИ** 6+
- 09.20 **НАЗАД В БУДУЩЕЕ** (США, 1985) 0+
- 11.40 **НАЗАД В БУДУЩЕЕ-2** (США, 1989) 0+
- 13.45 **НАЗАД В БУДУЩЕЕ-3** (США, 1989) 0+
- 16.00 Уральские пельмени. Любимое 16+
- 17.00 Шоу Уральских пельменей. Оливьеды 16+
- 18.30 **ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ** (США, 1997) 12+
- 21.00 **ДЕТСАДОВСКИЙ ПОЛИЦЕЙСКИЙ** (США, 1990) 0+
- 23.10 **ОТПУСК ПО ОБМЕНУ** (США, 2006) 16+
- 01.45 **ПОЛИЦЕЙСКИЙ ИЗ БЕВЕРЛИ-ХИЛЛЗ-2** (США, 1987) 0+
- 03.45 **ПОЛИЦЕЙСКИЙ ИЗ БЕВЕРЛИ-ХИЛЛЗ-3** (США, 1994) 0+
- 05.40 Музыка на СТС 16+

РЕН ТВ

- 05.00 Музыкальный марафон Легенды Ретро FM 16+
- 19.00 Умом Россию никогда. Концерт Михаила Задорнова 16+
- 20.30 **ТРИ БОГАТЫРЯ: ХОД КОНЕМ** 6+
Киевский князь — правитель занятой, но боязливый и чрезмерно наивный. Однажды коварные бояре задумали сместить его с престола. И только придворный конь Юлий, для которого «стратегия», «политика» и «смак-ка» — не просто слова, а стиль жизни, готов пойти на риск и спасти князя...
- 21.40 **ТРИ БОГАТЫРЯ НА ДАЛЬНИХ БЕРЕГАХ** 6+
- 22.45 **ТРИ БОГАТЫРЯ И ШАМАХАНСКАЯ ЦАРИЦА** 12+
Легендарная Шамаханская царица, которая сводила с ума многих царей и простых смертных, положила глаз на киевского князя. Чтобы доставить в целостности и сохранности эту чудо-богиню в Киев-град, срочно из отпуска вызывают всех троих, уже знакомых нам, богатырей: Алешу Поповича, Добрыню Никитича и Илью Муромца. Теперь троица должна решить, как быть дальше. Слухи о царице ходят нелестные, и князя жаль...
- 23.50 **КАРЛИК НОС** 6+
- 01.10 Самые шокирующие гипотезы 16+

360° 360

- 06.00 **ВОЖДЬ РАЗНОКОЖИХ** (Россия, 2012) 16+
- 07.30, 07.55, 08.25, 08.50, 09.15, 09.45, 10.10, 10.35, 11.05, 11.30, 12.20, 12.45, 13.10, 13.40, 14.05, 14.30, 15.10, 15.35, 16.05, 16.30, 16.55, 17.05, 17.30
Все просто! 12+
- 12.00, 15.00, 18.00 Новости 360
- 18.30 **ЛИСЕНОК И ДЕВОЧКА** (Франция, 2007) 0+
- 20.05 **ВОЖДЬ РАЗНОКОЖИХ** (Россия, 2012) 16+
- 21.40 **НЬЮ-ЙОРК, Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ** (США, 2008) 16+
- 23.15, 23.40, 01.50, 02.15, 02.40, 03.10, 03.35, 04.00, 04.25, 04.50, 05.20, 05.30 Самое яркое 16+
- 00.10 **НЕБЕСНЫЙ СУД** (Россия, 2012) 12+

СТОМАТОЛОГИЯ www.dentolux.com
«ДЕНТО-ЛЮКС»
000 «Денто-Люкс» Лиц.70-01-013323
ВЕСЬ СПЕКТР УСЛУГ. НАМ 12 ЛЕТ. АКЦИЯ действительна до 31.01.2017
При высоком качестве – низкие цены! Звоните, приходите и убедитесь!
Цены для предъявителя купона:

• Анестезия 200	150 р.
• Металлокерамическая коронка (ед.) 3300	2500 р.
• Съёмный протез (отеч.) 8500	7000 р.!!!
• Безметалловая керамика (коронка, цирконий) 15000	9900 р.
ИМПЛАНТ (Ю. КОРЕЯ) 24 000 руб. = 18000 р.	ПАНОРАМНЫЙ РЕНТГЕН 478 руб. = 400 р.

Работаем без выходных. Скидки действуют при оплате НАЛИЧНЫМИ!
м. «Медведково» ул. Тихомирова, д.1, (495)656-956-1/-96-85
м. «Медведково» Студеный пр., 14 (495)656-94-42/-94-27
м. «ВДНХ» Ярославское ш., д.6,к.1 (495)656-13-13, (499)183-19-19
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ

Дом



КВАРТИРЫ В НОВОЙ МОСКВЕ
от 1,9 млн. руб*

495 | **241-92-81** www.a101.ru

*Реклама АО «А101 ДЕВЕЛОПМЕНТ». Предложение ограничено. Проектные декларации размещены на сайте a101.ru. Настоящее изображение только для общей информации, не является обязательством.



Поколение
ЖИЛОЙ КВАРТАЛ

СКИДКИ
до 12%

НОВОСТРОЙКИ
— НОВОГО ПОКОЛЕНИЯ —

М КВАРТИРЫ У МЕТРО

от **125 000** Р/М²

ЛИДЕР 495 **995 888 0**

АКЦИЯ ДЕЙСТВУЕТ С 01.12.2016 ПО 31.12.2016. ПОДРОБНОСТИ И ПРОЕКТНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ НА САЙТЕ WWW.DOMPOKOLENIE.RU. ЗАСТРОЙЩИК: ООО «СИГНАЛСТРОЙГРУПП»

Реклама

ВНУКОВО 2017
жилой комплекс

1 ГОД
ипотеки в подарок

495 | **135 44 46** ...самолет

Проектная декларация на сайте vnukovosamolet.ru
Застройщик ООО «Милвертин»

ИПОТЕКА ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ПАО БАНК «ФК ОТКРЫТИЕ». КРЕДИТ «НОВОСТРОЙКА» (С ГОСПОДДЕРЖКОЙ) НА ПРИОБРЕТЕНИЕ КВАРТИРЫ У ЮР. ЛИЦА ПО ДОГОВОРУ УЧАСТИЯ В ДОЛЕВОМ СТРОИТЕЛЬСТВЕ. СТАВКА 11,3% ГОДОВЫХ. ДЛЯ УЧАСТИЯ В АКЦИИ ПЕРВОНАЧАЛЬНЫЙ ВЗНОС ОТ 25% ОТ СТОИМОСТИ ПРИОБРЕТАЕМОЙ КВАРТИРЫ. СРОК КРЕДИТА ОТ 20 ЛЕТ. СУММА КРЕДИТА ДО 3 МЛН РУБ. СТАВКА УКАЗАНА ПРИ НАЛИЧИИ ЛИЧНОГО И ИМУЩЕСТВЕННОГО СТРАХОВАНИЯ. ПОЛНЫЕ ТАРИФЫ И УСЛОВИЯ РАЗМЕЩЕНЫ НА САЙТЕ WWW.OPEN.RU. ПАО БАНК «ФК ОТКРЫТИЕ», 115114, Г. МОСКВА, УЛ. ЛЕТНИКОВСКАЯ, Д. 2, СТР. 4. ГЕНЕРАЛЬНАЯ ЛИЦЕНЗИЯ БАНКА РОССИИ №02209 ОТ 24.11.2014Г. УКАЗАННЫЕ УСЛОВИЯ ДЕЙСТВИТЕЛЬНЫ НА МОМЕНТ СДАЧИ В ПЕЧАТЬ И НЕ ЯВЛЯЮТСЯ ОБЕРТОЙ ИЛИ ПРИГЛАШЕНИЕМ ДЕЛАТЬ ОБЕРТЫ. ПРОЕКТНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ НА САЙТЕ VNUKOVOSAMOLET.RU. ЗАСТРОЙЩИК ООО «МИЛВЕРТИН»

Реклама



РИМСКИЙ
UR КВАРТАЛ

СТАРТ ПРОДАЖ

КВАРТИРЫ ОТ **2,3** МЛН. РУБ.

- Двор без машин
- Детские сады и школа
- Подземный паркинг

М Домодедовская

ЛИДЕР 495 **162 98 89**

ЗАСТРОЙЩИК: ООО «РАЗВИЛКА». ПРОЕКТНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ НА САЙТЕ: WWW.FSK-LIDER.RU

Реклама

Как оценить квартиру и не продешевить?!

За последние два года вместе с рынком недвижимости изменились критерии оценки жилья. Различные категории жилья стали востребованы по-разному. В то же время в Москве и в МО появилось много вариантов квартир по привлекательным ценам для покупки или обмена. Специалисты АН «Кутузовский проспект» помогут выявить те преимущества, которые позволят максимально выгодно продать или обменять Вашу квартиру. Звоните нам и используйте в полной мере новые возможности по решению Вашего квартирного вопроса!

25 лет на рынке!

+7 (499) 322-86-94 www.kutuzov.ru КУТУЗОВСКИЙ АГЕНТСТВО ПРОСПЕКТ

АН «Кутузовский проспект» ОГРН 1047796209636. Реклама.



ЗАСЕЛЕНИЕ

ЖИЛОЙ КОМПЛЕКС
«ЦЕНТР-2»

КВАРТИРЫ
от **2,9** МЛН. РУБ.

М 10 МИНУТ
ДО МЕТРО

*ДО М «НЕКРАСОВКА». ОТКРЫТИЕ СТАНЦИИ М.«НЕКРАСОВКА» ПЛАНИРУЕТСЯ В 2018Г. ПО ДАННЫМ САЙТА WWW.STROI.MOS.RU

1СК
ДОМОСТРОИТЕЛЬНЫЙ КОМБИНАТ №1

495 **432-22-79**

Реклама

пригород 1.0 лесное

1 ГОД
ипотеки в подарок

495 | **135 17 16** ...самолет

www.prigorod77.ru
проектная декларация на сайте застройщик ООО «Пригород Лесное»

ИПОТЕКА ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ПАО БАНК «ФК ОТКРЫТИЕ». КРЕДИТ «НОВОСТРОЙКА» (С ГОСПОДДЕРЖКОЙ) НА ПРИОБРЕТЕНИЕ КВАРТИРЫ У ЮР. ЛИЦА ПО ДОГОВОРУ УЧАСТИЯ В ДОЛЕВОМ СТРОИТЕЛЬСТВЕ. СТАВКА 11,3% ГОДОВЫХ. ДЛЯ УЧАСТИЯ В АКЦИИ ПЕРВОНАЧАЛЬНЫЙ ВЗНОС ОТ 25% ОТ СТОИМОСТИ ПРИОБРЕТАЕМОЙ КВАРТИРЫ. СРОК КРЕДИТА ОТ 20 ЛЕТ. СУММА КРЕДИТА ДО 3 МЛН РУБ. СТАВКА УКАЗАНА ПРИ НАЛИЧИИ ЛИЧНОГО И ИМУЩЕСТВЕННОГО СТРАХОВАНИЯ. ПОЛНЫЕ ТАРИФЫ И УСЛОВИЯ РАЗМЕЩЕНЫ НА САЙТЕ WWW.OPEN.RU. ПАО БАНК «ФК ОТКРЫТИЕ», 115114, Г. МОСКВА, УЛ. ЛЕТНИКОВСКАЯ, Д. 2, СТР. 4. ГЕНЕРАЛЬНАЯ ЛИЦЕНЗИЯ БАНКА РОССИИ №02209 ОТ 24.11.2014 Г. УКАЗАННЫЕ УСЛОВИЯ ДЕЙСТВИТЕЛЬНЫ НА МОМЕНТ СДАЧИ В ПЕЧАТЬ И НЕ ЯВЛЯЮТСЯ ОБЕРТОЙ ИЛИ ПРИГЛАШЕНИЕМ ДЕЛАТЬ ОБЕРТЫ. ПРОЕКТНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ НА САЙТЕ PRIGOROD77.RU. ЗАСТРОЙЩИК ООО «ПРИГОРОД ЛЕСНОЕ»

Реклама



Квартиры в Новой Москве

ФЕЙЕРВЕРК НОВОГОДНИХ ПОДАРОКОВ ОТ ЗАСТРОЙЩИКА!

- ОФОРМЛЕНИЕ В ПОДАРОК
- СКИДКИ И АКЦИИ
- ПОДРОБНОСТИ ПО ТЕЛЕФОНУ И В ОФИСЕ ПРОДАЖ

34,8 м²
ЗА **1,8** МЛН РУБ.


495 **135 11 16**

Застройщик ООО «Апрелевка С2» Проектная декларация на сайте: www.sit-company.ru

Реклама

Дом

МАШИНОМЕСТО В ПОДАРОК В ЖИЛОМ КОМПЛЕКСЕ «ЛЕСНОЙ ГОРОДОК» около Одинцово



ТОЛЬКО ДО 31.12.2016 ПРИ ПОКУПКЕ ТРЁХКОМНАТНОЙ КВАРТИРЫ В ПОЗИЦИИ № 8, 9, 10 В ЖК «ЛЕСНОЙ ГОРОДОК» СО 100% ОПЛАТОЙ ИЛИ В ИПОТЕКУ — МАШИНОМЕСТО НА ПОДЗЕМНОМ ПАРКИНГЕ В ПОДАРОК! ЗАСТРОЙЩИК — АО «ТРЕСТ МОСОБЛСТРОЙ №6». ПРОЕКТНЫЕ ДЕКЛАРАЦИИ: WWW.TM-6.RU. РЕКЛАМА

WWW.TM-6.RU **ДОМ УЖЕ ПОСТРОЕН!** +7 495 249-48-07

люберцы²⁰¹⁷
жилой комплекс

1 год ипотеки в подарок

181 43 62 ...самолет
девелопмент

www.lubercysamolet.ru
Застройщик ООО «Самолет Девелопмент». На правах рекламы.

ИПОТЕКА ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ПАО БАНК «ФК ОТКРЫТИЕ», КРЕДИТ «НОВОСТРОЙКА» (СГОС ПОДДЕРЖКОЙ) НА ПРИОБРЕТЕНИЕ КВАРТИРЫ У ЮР. ЛИЦА ПО ДОГОВОРУ УЧАСТИЯ В ДОЛЕВОМ СТРОИТЕЛЬСТВЕ. СТАВКА 11,3% ГОДОВЫХ. ДЛЯ УЧАСТИЯ В АКЦИИ: ПЕРВОНАЧАЛЬНЫЙ ВЗНОС ОТ 25% ОТ СТОИМОСТИ ПРИОБРЕТАЕМОЙ КВАРТИРЫ; СРОК КРЕДИТА ОТ 20 ЛЕТ; СУММА КРЕДИТА ДО 3 МЛН РУБ. СТАВКА УКАЗАНА ПРИ НАЛИЧИИ ЛИЧНОГО И ИМУЩЕСТВЕННОГО СТРАХОВАНИЯ. ПОЛНЫЕ ТАРИФЫ И УСЛОВИЯ РАЗМЕЩЕНЫ НА САЙТЕ WWW.OPEN.RU. ПАО БАНК «ФК ОТКРЫТИЕ», 115114, Г. МОСКВА, УЛ. ЛЕТНИКОВСКАЯ, Д. 2, СТР. 4. ГЕНЕРАЛЬНАЯ ЛИЦЕНЗИЯ БАНКА РОССИИ NO2209 ОТ 24.11.2014 Г. УКАЗАННЫЕ УСЛОВИЯ ДЕЙСТВИТЕЛЬНЫ НА МОМЕНТ СДАЧИ В ПЕЧАТЬ И НЕ ЯВЛЯЮТСЯ ОФЕРТОЙ ИЛИ ПРИГЛАШЕНИЕМ ДЕЛАТЬ ОФЕРТЫ. ПРОЕКТНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ НА САЙТЕ LUBERCYSAMOLET.RU. ЗАСТРОЙЩИК ООО «САМОЛЕТ ДЕВЕЛОПМЕНТ»

Квартиры от 1,7 млн.

Зелёные кварталы
Новокрасково

- 300м. от ст. Коренево
- Люберецкий район
- Пешеходные бульвары
- Зона для активного отдыха
- Водоем и лес под окнами
- Двор без машин

На правах рекламы

Застройщик ООО «ЖСИ-проект» +7 (499) 110-79-74
Проектная декларация на сайте www.novokraskovo.ru
Тройка РЭД

ЖК «СОЛНЕЧНЫЙ ГРАД»
Рассрочку предоставляет застройщик
ООО «УК РАДОГРАД»
проектная декларация на сайте

КВАРТИРЫ ОТ 539 500руб!

беспроцентная рассрочка

Московская область, Раменский район, Воскресенский район
8 (977) 566-36-77 www.realty-01.ru

РЕМОНТ КВАРТИР И ВАННЫХ КОМНАТ

ЭКСКЛЮЗИВНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ
ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ ДО 15 ЯНВАРЯ

МОСГОРРЕМОНТ
проверено временем

услуги по ремонту от 450 р. кв. м.
поклейка обоев 80 р. кв. м.

8 (499) 110-37-23
НАДЕЖНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ - РАЗУМНЫЙ ВЫБОР!!!

ЗАВОД МЕТАЛЛОКОНСТРУКЦИЙ ОТ 3400 Р

СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ

ГАРАЖНЫЕ ВОРОТА • РЕШЕТКИ
СТАВНИ • КОЗЫРЬКИ • ОГРАДЫ

ОТДЕЛКА: порошковое напыление
NEW! КРОКОДИЛ, винилискожа,
ламинат, МДФ, шпон, филленка
массив дуба, кованые изделия

ПРОТИВОПОЖАРНЫЕ ДВЕРИ

ЗАМЕР, доставка, установка — БЕСПЛАТНО

КИТАЙСКИХ ДВЕРЕЙ НЕТ. СПЕЦУСЛОВИЯ ОПТОВИКАМ И ДИЛЕРАМ

8-495-792-29-89 • 8-495-960-52-72 • 24 ч

Льготы ПЕНСИОНЕРАМ И НОВОСЕЛАМ!

РЕМОНТ КВАРТИР, КУХОНЬ И ВАННЫХ КОМНАТ
ДИЗАЙН-ПРОЕКТЫ

- Договор • Гарантия
- Доставка материалов

Позвоните и запишитесь
в очередь на бесплатный
выезд нашего специалиста!

Если Вы - пенсионер, то Вы заслужили жить в красивой квартире!
Мы бережем Вас, поэтому все заботы по ремонту берем на себя!

8(495) 211-36-84 с 9.00 до 21.00

ПЕНСИОНЕРАМ - ЛЬГОТНЫЕ ЦЕНЫ

РЕМОНТ

КВАРТИР, КУХОНЬ И ВАННЫХ КОМНАТ В ВАШЕМ РАЙОНЕ!

НАШ СПЕЦИАЛИСТ ПРИЕДЕТ
К ВАМ БЕСПЛАТНО!

Договор. Смета. Гарантия.

НЕ ПЕРЕПЛАЧИВАЙТЕ
ЗА РЕМОНТ!

СКИДКИ до 50%*

Наш мастер Федор И. Более 6 лет опыта, более 1000 довольных клиентов!

8(495) 928-46-71 eraremont.ru

НОВОГОДНИЕ СКИДКИ ОТ ЗАВОДА

ДВЕРИ межкомнатные ламинат АКЦИЯ* от 2499р

ДВЕРИ входные стальные АКЦИЯ* от 3500р

ДВЕРИ межкомнатные экошпон, натуральный шпон АКЦИЯ* от 6499р

ДВЕРИ межкомнатные ПВХ АКЦИЯ* от 4499р

5-я дверь - бесплатно!
Замер, доставка, установка

ПЕНСИОНЕРАМ - СКИДКИ!

8-499-381-18-87, 8-925-401-51-75

завод металлоконструкций

СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ

ВИНИЛ, ПОРОШОК, ЛАМИНАТ, МДФ, ШПОН, ПЛАСТИК, МАССИВ

- ГАРАЖНЫЕ ВОРОТА
- КОЗЫРЬКИ и НАВЕСЫ
- РЕШЕТКИ (сварные, кованые) ◆ ОГРАДЫ

БЕСПЛАТНО: ЗАМЕР, ДОСТАВКА, УСТАНОВКА

8 (499) 136-00-54, 8 (499) 136-00-56

НОВЫЙ ПОЛ (за 1 день)
РАБОТЫ по ДОГОВОРУ. ГАРАНТИЯ.

Ремонт **ПОЛОВ**

Ремонт **СТЕН** НИЗКИЕ ЦЕНЫ ЧЕСТНО

Ремонт **ПОТОЛКОВ**

Ремонт **ВАННЫХ КОМНАТ**. Электрика.

НОВОСЕЛАМ, ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 30%

8(962) 9-0000-91

ВЫЕЗД СПЕЦИАЛИСТА-БЕСПЛАТНО
ДОСТАВИМ МАТЕРИАЛЫ. ПЕРЕВЬЕЗЕМ МЕБЕЛЬ.
УСТРАНИМ НЕРОВНОСТИ. ВЬЕЗЕМ МУСОР.

РЕМОНТ КВАРТИР ВАННЫХ КОМНАТ КУХОНЬ

БЕСПЛАТНЫЙ выезд к Вам нашего специалиста.

Пенсионерам (скидки) до 30%
Звоните ежедневно:
8(495)135-50-60
umas-stroy.ru

ГАРАНТИЯ НА РАБОТЫ.
Опыт. Профессионализм.
Индивидуальный подход!

цены 2014 года!

ОКНА УТЕПЛЕНИЕ РЕМОНТ
РЕСТАВРАЦИЯ
ШВЕДСКАЯ ТЕХНОЛОГИЯ

Компания «Теплые окна»
15 ЛЕТ РАБОТЫ

тепло-, пыле-, шумоизоляция
ОТКОСЫ, ПОДОКОННИКИ,
МОСКИТНЫЕ СЕТКИ

Гарантия Договор

скидки до **50%**

8 (495) 773-00-93

ЗАМЕР БЕСПЛАТНО, по Москве и МО, без выходных

ВЫБИРАЙТЕ НАС! СВОЕ ПРОИЗВОДСТВО, МАГАЗИНЫ ЧЕСТНЫЕ ЦЕНЫ И СКИДКИ, КАЧЕСТВО ГАРАНТИРУЕМ

ДВЕРИ

ВОХДНЫЕ СТАЛЬНЫЕ МЕЖКОМНАТНЫЕ ДЛЯ КУХНИ И ВАННОЙ И ТУАЛЕТА!

ЗАВОД-ПРОИЗВОДИТЕЛЬ

ШКАФЫ-КУПЕ ОКНА ПВХ

Магазины: **8(495) 973-12-92**

Бабушкинская, Ярославское ш, 19, 3-эт, лифт, налево
Сходненская, ул. Свободы, 29, цок. этаж
Молодежная, ул. Горбунова, 12/2, стр. 22
Технопарк, пр-т Андропова, 8, 1-эт., № 87
Бул. Рокоссовского, Открытое ш., 9/1 холл


Интернет-магазин: www.zakaz-dverei.ru

БОЛЕЕ 1000 МОДЕЛЕЙ

БЕСПЛАТНО: ЗАМЕР И ДОСТАВКА

КУПОН скидка "НОВЫЙ ГОД" - 15% до 15/01

Телефон рекламной службы
(499) 557-04-04



Недвижимость

КВАРТИРЫ В НОВОЙ МОСКВЕ

ВИЗЕРЕК
НОВОГОДНИК ПОДАРОК
ОТ ЗАСТРОЙЩИКА!

• ОБОРУДОВАНИЕ
В ПОДАРОК, СКИДКИ
И АКЦИИ

34,8 м²
за 1,8 млн руб.

495 135 22 23

Застройщик: ООО «Идеальная СД» Проектная декларация на сайте: www.ideal-sd.com

BARCLI медовая долина

от 1.8 млн руб.

Выгода до 500 000 Р

КВАРТИРЫ С ОТДЕЛКОЙ

495 162-50-50

Новая Москва, Крепостино

Застройщик: ООО «ЛОГИТЕК». Проектная декларация, сроки проведения и условия акции на сайте barkli-md.ru

SREDA

Квартиры с отделкой от 4 млн Р

Скидка 1 млн Р**

125 16 95 sreda-kvartal.ru

PSN

Сроки проведения акции: 17.11.2016 – 31.12.2016. Источники информации об организаторе акции, ее правилах, ее проведении и подарках: сайт sreda-kvartal.ru. **Группа ПСН, Застройщик – ООО «ПСН Стройстанд».

Нас выбирают, потому что мы работаем быстро и без скрытых комиссий!

INVEST GARANT www.investgarant.vip

СРОЧНЫЙ ВЫКУП НЕДВИЖИМОСТИ*

- решение за 1 день
- до 80% от рыночной стоимости
- работа с проблемными долями
- выкуп с зарегистрированными лицами

ПОКУПКА-ПРОДАЖА НЕДВИЖИМОСТИ

8 (495) 955-76-06

Малый Ивановский пер., 7-9, стр. 1, м. Китай-Город

*Условия обсуждаются с каждым клиентом индивидуально. Предложение не является публичной офертой. ООО «Инвест-Гарант».

Новогодние скидки на квартиры до 10%*

Домашний 495 280 03 00

Микрорайон Марьино

*Условия акции и проектная декларация на сайте: domashniyrf.ru. Акция действует с 16.11.2016 по 31.12.2016 г. Группа ПСН, Застройщик: АО «Мосстройтранс».

- **Продается дом** в городе на р. Волге. Т. 8 (495) 396-34-57
- **Быстро Выгодно сдать/снять**, купить/продать комнату/квартиру в любом районе. Хозяевам премия. Алена. Т. 8 (926) 257-65-49
- **Участок за 119 тыс. руб.** с коммуникациями продан в СНТ. Без доплат. Минское шоссе, 96-й км, Можайский район. Рядом лес, река. Тихое, экологически чистое место. Т. 8 (495) 231-92-04
- Сниму комнату. Т. (495) 589-02-33
- Сниму комнату. Т. (925) 325-66-10
- Сниму комнату. Т. 8 (495) 542-10-55

Строительство и ремонт

ЗАВОД МЕТАЛЛОКОНСТРУКЦИИ

ДВЕРИ от 3400 Р

СТАЛЬНЫЕ

КИТАЙСКИХ ДВЕРЕЙ - НЕТ!

АКЦИЯ! Задвижка + утеплитель в подарок

ОТДЕЛКА: ОТ ЭКОНОМ ДО VIP

- ГАРАЖНЫЕ ВОРОТА
- РЕШЕТКИ

ЗАМЕР, ДОСТАВКА, УСТАНОВКА - БЕСПЛАТНО

8-495-792-29-89 24ч

8-495-960-52-72

ЭМАЛИРОВКА ВАНН

от завода-производителя

КОМ. ЗОНТ+

КОРАБЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

8 (495) 782-63-86

8 (495) 782-51-63

Льготы ПЕНСИОНЕРАМ РЕМОНТ

КОМНАТ КУХОНЬ ВАННОЙ

Выгода 50%

от мелкого до капитального запишитесь в очередь на **БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД СПЕЦИАЛИСТА**

мы - ЭКСПЕРТЫ ТЕЛЕКАНАЛА «РОССИЯ-1»

8 (495) 211-36-84

РЕМОНТ КВАРТИР

- КОМНАТ • САН.УЗЛОВ
- ОКНА • НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
- ЦИКЛЕВКА ПАРКЕТА лак, без пыли

Сантехника. Электрика. ВЫЕЗД СПЕЦИАЛИСТА БЕСПЛАТНО! Работаем и с маленькими заказами!

8 (800) 555-66-50

8 (495) 580-54-47

www.za-servis.rf

9 лет на рынке

КОНДИЦИОНЕРЫ НИЗКИЕ ЦЕНЫ

МОНТАЖ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ

ГЕРМЕТИЗАЦИЯ МЕЖПАНЕЛЬНЫХ ШВОВ, ЛОДЖИЙ, БАЛКОНОВ И ОКОН

ЛЮБЫЕ КРОВЕЛЬНЫЕ РАБОТЫ

ЛЮБЫЕ ВЫСОТНЫЕ РАБОТЫ

(495) 723-36-03, 995-27-24

ежедневно с 9:00 до 19:00 кроме воскресенья

www.builders-sp.ru

- **Несгораемые каменные дома** по цене деревянных. Супертеплоэффективные и энергонезависимые. Технология признана лучшей в мире. Строим и деревянные дома без трещин, синевы, гнили, плесени в стенах даже в будущем и без всякой химии. Цены ниже рыночных! Т.: 8 (495) 755-21-28, 8 (916) 717-04-44
- Ремонт квартир. Т. 8 (916) 808-66-90

СТАНКОЗ4ВОД

ДВЕРИ СТАЛЬНЫЕ

РЕШЕТКИ

ВОРОТА

ЗАБОРЫ

РЕМОНТ ЗАМКОВ

Скидки пенсионерам и инвалидам!

от 3300 руб.

8 (495) 517-55-46

8 (967) 128-30-37

www.doorgood.ru

ЗАВОД ИЗГОТОВИТЕЛЬ

СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ

от 3 450 Р.

БЕСПЛАТНО: замер, доставка, установка.

(495) 789-00-84

Задвижка в подарок! Пенсионерам скидка!

(495) 723-30-54

ОКНА РЕНАУ

от производителя БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ + ПОДАРОК

ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ «под ключ»

Вынос, шкафы, крыши, отделка

Пенсионерам – скидки

8 (495) 649-97-67

8 (499) 394-31-94

www.lineokna.ru

ЗАМКИ

ВСКРЫТИЕ

РЕМОНТ

УСТАНОВКА

8(495)921-10-13

круглосуточно

МОСГОРРЕМОНТ проверенно временем

РЕМОНТ КВАРТИР и ванных комнат

ремонтная часть без доп. работ!

уникальное предложение для пенсионеров до 15 января

эксклюзивное предложение для пенсионеров до 15 января

8(499)110-29-28

РАЗУМНЫЙ ВЫБОР!!!

ОБИВКА УТЕПЛЕНИЕ ШУМОИЗОЛЯЦИЯ ДВЕРЕЙ ЗАМКИ

8 (499) 207-95-28

8 (495) 724-63-00

РЕМОНТ КВАРТИР

КУХОНЬ

ВАННЫХ

БАЛКОНОВ, ДОМОВ, Дач

ПЕЧИ • КАМИНЫ • БАРБЕКЮ

Все виды ремонтных работ!

НАТЯЖНЫЙ ПОТОЛОК

ЦИКЛЕВКА ПОЛА

скидка до 30%

8 495 647-80-24

ДОСТАВКА МАТЕРИАЛА

РЕМОНТ

КВАРТИР, ВАННЫХ, КУХОНЬ, КОМНАТ

Натяжные потолки

Доставка материала

(495) 796-74-88

ПЕНСИОНЕРАМ ЛЬГОТЫ

РЕМОНТ

КВАРТИР, ВАННЫХ, КУХОНЬ, КОМНАТ

Натяжные потолки

Доставка материала

(495) 796-74-88

ПЕНСИОНЕРАМ ЛЬГОТЫ

НОВАЯ ЖИЗНЬ ВАННЫ

Жидкий Акрил

8 (495) 109-00-13

eco-akril.ru

Акриловый вкладыш. Ремонт ванных комнат, панели ПВХ, плитка, сантехника. Недорого.

8 (495) 761-36-10

акрил-ремонт.rf

- Авто, запчасти, транспортные услуги**
- Автопереезды. Т. 8 (495) 728-87-42
 - Автовывкуп. Т. 8 (495) 995-06-07
 - Выкуп авто 24 ч. Т. (925) 575-69-86
 - Авто + грузчики. Т. 8 (495) 589-00-78
 - Грузоперевозки. Т. 8 (903) 725-95-94
 - Автопереезды. Т. 8 (495) 728-69-81
 - Перевозка и др. Т. 8 (968) 058-66-78
 - Грузоперевозки. Т. 8 (495) 744-78-52
 - Автовывкуп. Т. 8 (495) 772-55-88
- Работа и образование**
- Работа. 68 000 р. Т. 8 (917) 537-35-99
 - Офис, от 40 т. р. Т. 8 (917) 573-54-06

Кредиты, ссуды

ДЕНЬГИ для ВАС

Гражданам РФ нужен только ПАСПОРТ!

8 (926) 336-37-34

Посредник Демидов В.В.

ДЕНЬГИ

помощь в получении в день обращения всем гражданам РФ

Спецпредложение пенсионерам

Без предоплат и поручителей

8(985) 316-25-85

Посредник Пьянков А.Н.

ЗАЙМЫ

до 100 000 Р

от 0,3% в день

8-800-333-48-48

www.pozai.ru

Тарифный план «Свои люди»: сумма займа — от 30 000 до 100 000 рублей. Срок займа от 61 до 180 календарных дней. Процентная ставка по займу — 0,3% в день (108,2% годовая). Гарантийный залог предоставляется ИП и гражданами РФ (от 18 до 75 лет), проживающими и имеющими постоянную регистрацию в регионе обслуживания компании, не имеющими трудовых отношений с кредитором, являющимися полностью дееспособными, лицами, пользующимися гарантиями потребительским займом не менее 15 дней и возмещающими на момент заключения займа кредитору, а также выплатами кредитору задолженность по ранее оформленному договору потребительского займа в сроки и на условиях, определенных ранее заключенным договором. Комиссия за выдачу и открытие процентов нет. Услуги предоставляются ООО «Мир» «Русские деньги», ООО «Дет. Ресурс» МФО №2120148001531 от 25.05.12 г. ОГРН 1114823018100, ЧИН СРО «Мир» рег. №48 800555. Кредитор вправе запросить любую дополнительную информацию и документы от заемщика.

Быстрые деньги. За 20 минут! Суммы от 60 тыс. руб. до 1 млн руб. Кредит нетоварный, без предоплат, залога и поручителей. Помощь. В т.ч. лицам с невысоким доходом, плохой кредитной историей. Помощь в получении ипотеки и автокредита. У нас реально получают! Посредник Журавлева Л. К. Т. 8 (909) 643-30-63

- Юридические услуги**
- Бесплатная юридическая помощь жителям Москвы и МО от ведущих юристов с многолетним опытом работы. Звоните! Т. 8 (495) 664-39-67
- **Московская социальная** юридическая служба. Бесплатные консультации. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т.ч. вернем или расслужебим квартиру. Выпишем из квартиры. Наследство. Семейные споры. Банкротство физлиц. Т. 8 (499) 409-91-42
 - **Социальный юридический центр.** Правовое содействие населению Москвы и МО. Бесплатная консультация. Ведущие юристы и адвокаты Москвы. Опыт работы более 15 лет! Льготы пенсионерам, инвалидам и многодетным семьям. Т. 8 (495) 115-02-51
 - Банкротство Т. 8 (925) 207-17-72
 - Юристы. Т. 8 (495) 22-319-22
 - Возв. кв-р. Адвокат. Т. (495) 210-25-63
- Товары и услуги**
- Сиделки. Т. 8 (999) 801-03-03
 - Дед Мороз! Т. 8 (977) 847-49-19
 - Антенный мастер. Т. (495) 226-42-25

«Альянс Сервис» (на рынке с 2006 г.)

РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ И СТИРАЛЬНЫХ МАШИН

Выезд и диагностика **БЕСПЛАТНО**

Гарантия качества

скидка до 30%

8 (495) 744-36-25

www.alianceservice.ru

КРАСИВЫЕ КОВРЫ

В АССОРТИМЕНТЕ МАГАЗИНА

- КОВРЫ
- ДОРОЖКИ
- КОВРОЛИН
- ЛИНОЛЕУМ

ПРЕДЪЯВИТЕЛИ КУПОНА

скидка 10%

8(495)744-39-61

8(977)880-10-14

ТЦ «СТРОЙВОД», павильон №18 Ст. м. «Водный Стадион» Кронштадтский бульвар, д.9 с 10.00 до 21.00

«Рем.быт.техника»

РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, ПЛИТ

Гарантия. Скидки

Без выходных

8(499) 146-21-19

Срочный ремонт стиральных машин любой сложности. Любая работа — 500 руб. Выезд, диагностика — бесплатно. Гарантия до трех лет. Скидки пенсионерам! www.mosrem24.ru. Т. 8 (495) 545-15-79

- Рем. TV и антенн. Т. 8 (495) 960-12-73
- Ремонт стир. маш. Т. 8 (916) 039-99-87
- Радиодетали б/у. Т. 8 (903) 125-40-10

Мебель

Мебелис МЕБЕЛЬ КАК ИСКУССТВО

скидка до 30%

Мебель по Вашим размерам

- ШКАФЫ-КУПЕ
- КУХНИ
- БИБЛИОТЕКИ
- ДЕТСКИЕ КОМНАТЫ
- ГАРДЕРОБНЫЕ
- ПРИХОЖИЕ
- ЗАМЕНА ФАСАДОВ

www.mir-mebely.su

(495)589-57-82

(495)589-57-83

ЗАМЕРЫ БЕСПЛАТНО

ШКАФЫ-КУПЕ

ГАРАНТИЯ 3 ГОДА

КУХНИ

МЕБЕЛЬ НА ЗАКАЗ

цена 2014 г.

гардеробная, прихожая, библиотеки и др.

БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ. ИЗГОТОВЛЕНИЕ 1-3 ДНЯ

ПРОИЗВОДИТЕЛЬ-ПОСРЕДНИКАМ ДВЕРИ-КУПЕ

Услуга «Сделай шкаф своими руками»

(495) 226-04-86 • (495) 995-87-81

www.kupestil.ru

- Ремонт мебели. Т. 8 (925) 504-54-71

Медицинские услуги

МЕДИЦИНСКИЙ НАРКОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР
ПОМОЩЬ ПРИ ЗАПОЯХ
 БЫСТРО ЭФФЕКТИВНО
 Москва и МО
24 часа
(495) 221-11-03
 Лич. № 77-01-00231
 ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

НАРКОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ 24 ЧАСА
АЛКОГОЛИЗМ ЗАПОИ
(495) 776-76-03
968-22-03
Наркология, психиатрия, психотерапия, неврология
 Быстро, квалифицированно, недорого.
www.DOKTOR-KASHIN.RU
 ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

МЦ «АлкоСпас»
 Москва и Московская область
 Личный №ЛО 77-01-007751
НАРКОЛОГ НА ДОМ 24 ЧАСА
(495) 781-43-06
 Бесплатная консультация
 Анонимная помощь специалиста при АЛКОГОЛЬНЫХ и НАРКОТИЧЕСКИХ ЗАВИСИМОСТЯХ, ПОХМЕЛЬЕ и ЗАПОИ. ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

АЛКОГОЛИЗМ
 ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ВЛЕЧЕНИЕ К СПИРТНОМУ, НЕПЕРЕНОСИМОСТЬ СПИРТНОГО.
 Прием в кабинете, выезд на дом
8 (495) 760-96-49
www.narco-logic.com
 Лич. № ФС-99-01-007749
 ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

НАРКОЛОГ НА ДОМ
ООО «ГИПОКРАТ»
ЗАПОИ. КОД 24ч АНОНИМНО
ЛУЧШИЕ ЦЕНЫ
www.hippocrat.info
8(495) 223-23-63
 О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

Астрология, магия, гадания
 ● **Сельская провидица из Болгарии.** Обладает секретами обрядов слепой Ванги. Соединит распавшуюся семью. Откроет каналы судьбы на все удачи. Старообрядное гадание. Называет имена. Прием 500 руб. Пенсионерам скидка. Т. 8 (968) 633-40-61

МАРИКА
 Впервые в Москве
 Сильнейшие молитвы Сектой Матроны в действии. Помогу наладить отношения в семье. Верну любимых. Глажу как в воду!
СТРОГО ПО ЗАПИСИ
8-495-799-80-69,
8-903-799-80-69

ПРОВИДИЦА ЕЛИЗАВЕТА НИКОЛАЕВНА
 Работу проводит бесплатно! Обладает божьим даром. Снимет порчу, сглаз, проклятье. Виноотворот. Вернет мир в ваш дом. Помощь детям. Приворот, отворот. Быстро! Эффективно! Гарантированно!
8 909 291 31 19

Старинное гадание по линиям руки, и старинным картам
8 906 746 14 88
8 903 589 23 29

Вам поможет болгарская ясновидящая Матушка - Паломница
 Наладит отношения родителей и детей, избавит от любой зависимости, пьянства. Поможет избавиться от боли в суставах. Предскажет по линиям руки и по фотографиям любимых и близких, детей. Предновогоднее и рождественское гадание. Предсказание судьбы на всю семью. Не теряйте надежды!
 Результат в день обращения.
т. 8-916-478-95-06

МАРИЯ ЯСНОВИДЯЩАЯ ПРЕДСКАЗАТЕЛЬНИЦА
УЧАСТНИЦА ШОУ «БИТВА ЭКСТРАСЕНСОВ»
 Результат в день обращения. Более 900 обрядов для решения любых проблем. ПОМОЩЬ ПО ТЕЛЕФОНУ НА ЛЮБОМ РАССТОЯНИИ
 Предсказать будущее могут многие, изменить его - только избранные.
8-905-542-07-61

Любовь Владимировна
8(495) 386-3842
8(910) 455-6666
www.gospozhaluba.ru
 ст.м. «Пражская», «Кузнецкая»
 Пенсионерам скидки до 30 декабря
 ● Предсказываю судьбу
 ● Верну мужа и мир в семью
 ● Сниму порчу, сглаз, венец безбрачия
 ● Помощь в привлечении удачи в бизнесе, в коррекции поведения трудных детей, в улучшении душевного состояния
 ● ТАЛИСМАН НА УДАЧУ

Ясновидящая бабушка Аня
 ● СИЛЬНЕЙШАЯ ИЗ МНОГИХ
 ● ИЗВЕСТНАЯ В РОССИИ И ЗА РУБЕЖОМ
 ● ХОРОШО ГАДАЮ, ПРЕДСКАЗЫВАЮ
 ● ОТВЕЧУ НА ЛЮБОЙ ВОПРОС, РЕШУ САМУЮ СЛОЖНУЮ ПРОБЛЕМУ
 ● МОМЕНТАЛЬНЫЙ ПРИВОРОТ (ОТВОРОТ)
 ● ИЗБАВЛЮ ОТ ДУРНЫХ ПРИСТРАСТИЙ
 ● 100% ГАРАНТИЯ РЕЗУЛЬТАТА ЗА 3 ДНЯ
 ● НЕДОРОГО!!!
Т. 8 (968) 946-78-64

Известная предсказательница Тереза обладает невероятными способностями видеть, исцелять, предсказывать и предостерегать. Владеет святыми таинствами.
 Проводит следующие обряды:
 ♦ снятие порчи,
 ♦ родовых проклятий,
 ♦ открывает денежный поток.
8 (926) 970-99-90

Духовная практика ПЕЛАГЕЯ
 Наследница старинного рода Горюновых. МАГИСТР МИРА, ПРОВИДИЦА XXI ВЕКА, РИТУАЛЬНАЯ ЖРИЦА.
СОХРАНЕНИЕ СЕМЬИ ЗАЩИТА ОТ ПАГУБНЫХ ПРИВЫЧЕК
СНЯТИЕ РОДОВЫХ ПРОКЛЯТИЙ И ПОРЧИ ПОМОЩЬ БЛИЗКИМ И ДЕТЯМ ПО ФОТО
 Ритуал проводится один раз
8(495) 364-28-00
8-916-184-91-11
 м. Коломенская

Сильнейший ясновидящий ПРАКСИН Вадим Германович
20 лет практики
 ● Возвращаю любимых
 ● Воссоединяю семьи
 ● Снимаю венец безбрачия, порчу, сглаз (ставлю сильнейшую защиту)
 ● Помогаю в сложных жизненных ситуациях
8 (495) 766-67-78

ПОТОМСТВЕННАЯ ПРОВИДИЦА ИЗ СИБИРИ
 ОПЫТ РАБОТЫ БОЛЕЕ 45 ЛЕТ
НЕРАЗРЕШИМЫХ ПРОБЛЕМ НЕТ. ОБРАЩАЙТЕСЬ! ПОМОГУ ВЫБРАТЬСЯ ИЗ СИТУАЦИИ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ.
8 (985) 218-09-65
8 (968) 919-83-58

ПАЛОМНИЦА
 Матушка служит при храме
 ● Рождественские святки, гадание на воске
 ● Владеет всеми секретами, молитвами, заговорами.
 ● Стоит ей взглянуть на вас на расстоянии и она расскажет что было, будет и чего ждать
 ● Ставит сильнейшую защиту
8(926) 999-67-67

Матушка Дарья работает при 3 монастырях. Назовет имена ваших врагов и недоброжелателей, соединит распавшуюся семью, вернет любимого по фото, поможет увидеть ваше будущее и прошлое, снять сглаз и порчу, венец безбрачия. Все в вашей жизни не случайно!
8 (966) 052-13-37

Высшая магия. Сильнейший любовный приворот. Снятие порчи и венец безбрачия. Гадания на магических картах и по старинной книге. Помогу вернуть удачу. Вера Владимировна.
8 (963) 671-79-88
8 (925) 701-95-68
8 (495) 316-88-18

Софья Михайловна (г. Кольчугино, Владимирская область). Принимаю в Москве. Сохранение семьи, помощь близким и детям. Охранение от колдовства. Работа со сложными случаями. При себе иметь бутылку воды и яйцо. Т. 8 (495) 508-15-71

- **Фатима, сильный экстрасенс,** решит семейные проблемы, привлечет финансовую удачу. Работает на расстоянии! Т. 8 (915) 124-36-94.
 - **Тамара Георгиевна,** маг в 7-м поколении. Работаю с силой рода. Привлекаю удачу! Снимаю все виды порчи и проклятий. Соединяю судьбы. Ставлю защиту. Т. 8 (926) 364-97-14
 - **Избавлю от вредных зависимостей и пагубных привычек!!!** Верну мужа в семью!!! 100% результат! Т. 8 (929) 558-19-03.
 - **Коррекция судьбы.** Привлечение удачи. Возврат любимой (ого). Запрет на пагубные привычки! Т. 8 (910) 081-89-03
 - **Баженова Мария Петровна.** 20 лет безупречной репутации! И 1000 благодарных сердец. Настоящая колдунья денег не берет! Сохраню семью, приворожу любимых. Сниму порчу, сглаз. Избавлю от зависимостей. Реальная помощь! Результат за 7 дней на любом расстоянии. Т. 8 (968) 711-12-12
 - **Бабушка Серафима.** 85 лет. Ясновидящая. Дар тайных знаний передан мне по наследству. Верну блудных жен и мужей. Верну мужскую силу, любовь, удачу. Сниму венец безбрачия, порчу, сглаз. Виноотворот. Помощь 100%. Т.: 8 (903) 178-34-48, 8 (963) 640-70-24
 - **Потомственная гадалка Лариса.** Гадаю на картах таро и по руке. Сниму порчу, сглаз, венец безбрачия. Решаю семейные проблемы и воссоединяю разбитые сердца. Обладаю обрядами (700 для мужчин и 900 для женщин). Без греха и вреда для здоровья. Т. 8 (925) 123-24-44
 - Гадаю, 1000 руб. Т. 8 (495) 969-53-25
 - Черная магия. Т. 8 (906) 793-30-60
 - Маг, люб. помощь. Т. 8 (917) 585-85-25
- Знакомства**
 ● **Абсолютно надежно!!!** Профессиональная сваха. Знакомства (серьезные). Гарантированно!! До результата!! Строго для славян. Т. 8 (926) 738-94-99
 ● Встречи. Дама 49 л. Т. 8 (925) 445-05-88

Искусство и коллекционирование

АНТИКВАРИАТ ДОРОГО КУПЛЮ!
МЕБЕЛЬ · ИКОНЫ
КАРТИНЫ
ФАРФОР · БРОНЗУ
СЕРЕБРО · ЧАСЫ
КНИГИ (до 1930 г.)
ВЫЕЗД И ОЦЕНКА БЕСПЛАТНО!
8(495)410-25-01

Антикварный магазин «Стиль», пр-т Мира, 124, корп. 1, дорого купит или примет на комиссию старинные предметы: мебель, картины, иконы, ювелирные изделия, часы, фарфор, люстры, монеты, награжденные знаки, бронзу, серебро и мн. др. Беспл. оценка и выезд. Т. 8 (495) 683-44-68

Книжная лавка «Арбат, д. 20» осуществляет закупку книг у населения по договорной цене. Возможна покупка всей библиотеки. Вывоз за наш счет. Закупка в магазине осуществляется с 15:00 до 19:00. Юрий Викторович. Т. 8 (495) 921-89-90

Янтарь куплю дорого, статуэтки, подстаканники, самовары угольные, портсигары, значки, серебро столовое, иконы, монеты. Т. 8 (495) 643-72-12

- **Куплю: янтарь**, янтарные бусы, фарфоровые статуэтки, значки, серебро, иконы, подстаканники, самовары угольные, портсигары, монеты, детские игрушки до 80-х годов, мебель и многое другое! Дорого! Т. 8 (499) 391-90-25
- **Купим:** картины, иконы, открытки, значки, марки, монеты, банкноты, статуэтки, бижутерию, часы, самовары, елочные игрушки, кинофотоаппаратуру, документы, акции, золото, серебро, бронзу, янтарь, кукол, солдатиков и др. Т. 8 (495) 641-67-21
- **Куплю грампластинки**, аудиотехнику, ламповый радиоприемник, патефон, магнитолы из «Березки». Акстику, колонки, усилитель. Проигрыватель винила. Старинные фотоаппараты. Sony, Panasonic, Sharp, Technics. Т. 8 (985) 979-56-09
- **Антикварные книги**, открытки, фотографии, фарфор, значки, иконы, чугунное и бронзовое литье, бонны, монеты и многое другое покупаем дорого. Возможен выезд специалиста на дом. Т.: 8 (910) 409-07-68, 8 (916) 694-48-39
- **Покупаем книги**, книжные полки, техническую литературу, библиотеки, архивы, фарфор, статуэтки, самовар, бронзу, старинную мебель и игрушки, старые фотографии, значки, открытки, картины, иудаику и любой антиквариат. Выезд. Т. 8 (495) 585-40-56
- **Библиотеку домашнюю:** собрание сочинений русских и зарубежных авторов, любую научную и техническую лит-ру, книги по истории, философии, архитектуре и искусству, географии, а также книги до 1917 г. и мн. др. Куплю. Выезд. Т. 8 (495) 721-41-46
- **Куплю модельки авто**, железн. дорогу, солдатиков, старые игрушки, хронометр, фотоаппараты, старые фото, военные вещи, значки, часы, монеты, книги до 1960 г., марки, открытки, фарфор, янтарь, самовар, жетоны, пластинки, кукол. Т. 8 (495) 508-53-59
- Куплю грампластинки. Т. 318-69-82
- Картины СССР. Т. 8 (916) 993-36-64

- **Дорого награды, иконы**, статуэтки производства Кузнецова, Попова, Гарднер, СССР, ЛФЗ, Дулево, Германия с любимыми дефектами, янтарь, значки, знаки, серебро, изделия из кости, предметы военных времен. Выезд Москва и область. Т. 8 (985) 778-79-69
- Часы, иконы, янтарь. Т. (965) 397-31-37
- Купим книги. Т. 8 (499) 136-27-60

Животные и растения

24 часа Ветеринарная клиника **МОСКОВСКИЙ АЙБОЛИТ**
Весь спектр ветеринарных услуг на дому и в клинике
стрижка
УЗИ, ЭКГ, рентген.
Безболезненное усыпление животных, кремация (с присутствием)
www.mosvet24.ru
8(495)2310558

Размещение рекламы

(499) 557-04-04
доб. 132, 138

Пункты приема рекламных объявлений

- **«Бауманская»**
8 (495) 647-00-15
8 (495) 670-08-11
- **«Волгоградский проспект»**
8 (495) 670-08-11
- **«Динамо»**
8 (495) 785-19-19
- **«Дмитровская»**
8 (495) 787-34-67
- **«Киевская»**
8 (495) 972-89-16
- **«Красносельская»**
8 (495) 660-07-57, доб. 130
- **«Кузнецкий Мост»**
8 (495) 933-35-72
- **«Ленинский проспект»**
8 (495) 543-99-11, 956-78-62
- **«Лубянка»**
8 (495) 628-95-40
- **«Нагатинская»**
8 (495) 287-97-60
- **«Нагорная»**
8 (495) 979-39-68,
- **«Октябрьская»**
8 (495) 662-00-00
- **«Планерная»**
8 (495) 944-22-07
- **«Полежаевская»**
8 (495) 745-60-45
- **«Таганская»**
8 (495) 911-30-10
- **«Тверская»**
8 (495) 134-33-00
- **«Текстильщики»**
8 (901) 517-33-81

РУССКОМУ САХАРУ
ИСПОЛНИЛОСЬ 215 ЛЕТ. ОСЕНЬЮ 1801 ГОДА ПОМЕЩИК ЯКОВ ЕСИПОВ ВПЕРВЫЕ В РОССИИ ПРОИЗВЕЛ СЛАДКИЙ ПЕСОК — ИЗ ОБЫЧНОЙ СВЕКЛЫ, А НЕ ИЗ ПРИВОЗНОГО ТРОСТНИКА

ДЕВИЧЬЯ КОЖА СЛАЩЕ МЕДА



Мария Раевская
maria.raevskaya@vm.ru

Вплоть до 1870-х годов позволить себе сладкую жизнь могли только состоятельные люди. До 80 процентов потребляемого в стране сахара приходилось на очень твердый рафинад, который кололи на кусочки вроде леденцов. С ним можно было экономично пить чай вприкуску: крохотного осколка, зажатого между зубами и медленно растворявшегося, хватало на несколько стаканов. Такой сахар продавали в виде «голов» (закругленных конусов), завернутых в синюю

бумагу. Вид упаковки был таким привычным, что название использовали для сравнений: у Ивана Бунина в рассказе «Апрель» (1938) стены выкрашены «синей, как сахарная бумага, краской».

Какие слова звучали сладкой музыкой для гурманов XIX века?

Баба — высокий сдобный кулич, выпеченный в форме. Сегодня кое-где встречается только «ромовая баба», а вот поваренная книга Елены Молоховец (издание 1901 года) учит выпекать еще и «кружевную», «прозрачную», «капризную» и даже «бабу для приятелей».

Девичья кожа — белые плитки из алтейного корня

МОСКОВСКИЙ ГОВОР



«Утренний натюрморт». Художник Кузьма Петров-Водкин, 1918 год

в долги: «Моя мать услышала мои рыдания и поспешила принести мне стакан сахарной воды. Это меня несколько успокоило». Этим напитком промачивали горло при выступлениях. Петр Боборыкин в 1879 году описывал обстановку типичных литературных чтений: «Стол, две свечи, стакан сахарной воды».

Пирожное — употреблялось и в значении «десерт». В «Войне и мире» (1865) Наташа спрашивает, «какое пирожное будет», и слышит в ответ: «Мороженое». В рассказе Надежды Тэффи «Приготовишка» (опубликован в 1921 году, действие происходит до революции) говорится: «На пирожное подали компот».

Туризм и отдых

РЕКЛАМА

ПАНСИОНАТ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ ДОМ «ДОЛГОЛЕТИЕ»

Мы предлагаем:

- размещение в комфортабельных апартаментах в экологически чистом районе столицы
- вкусную и полезную еду
- круглосуточный уход сертифицированных сестер заботы и медицинских сестер
- профессиональную психологическую поддержку
- комплексные программы реабилитации после заболеваний
- интересный разнообразный досуг
- медицинское обслуживание (включая стоматологию)
- специалистами ведущих московских клиник

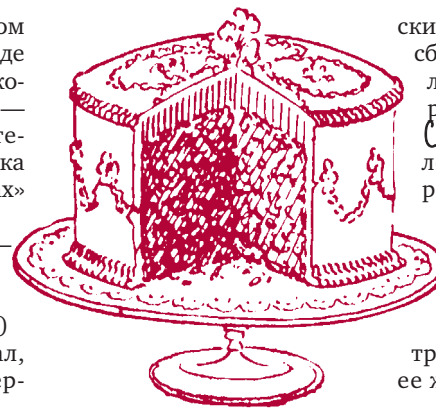
Элитный дом «ДОЛГОЛЕТИЕ» расположен г. Москва (ст.м. Румянцево) деревня Дудкино СНТ «Круиз» д. 8

Наш сайт: Domdolgoletie.com

Телефон: 8-962-937-48-82, 8-916-913-63-26

с сахаром, гуммиарабиком и яичным белком. «Прежде мы одни делали девичью кожу и нугу с фисташками — и к нам ходили покупатели», — вспоминает хозяйка магазина в «Вешних водах» Тургенева (1871).

Кондитерский пирог — торт. В повести «Лето господне» (1948, действие — в 1870-х годах) Иван Шмелев вспоминал, что «розочки с кондитер-



ских пирогов, из сахара» сберегали и на зиму клали между оконными рамами. **Сахарная вода** — легкий сироп, который пили на ночь или при волнении. Анна Григорьевна, вдова Достоевского, вспоминала, как была в 1866 году потрясена известием, что ее жених часто влезает



НОВЫЙ ГОД

Новогодний круиз для детей и их родителей

Новогодние каникулы — время окунуться в зимнюю сказку!

Необычный вариант привычной «елки» — новогодний праздник на воде. Настоящим приключением для детей и их родителей станет путешествие на белоснежной яхте по заснеженной Москве-реке вдоль таинственно сверкающего новогодними огнями города. Такой вариант елки предлагает Флотилия «Рэдиссон Ройал» и приглашает всех на «Елочные рейсы»!

Гостей ждет новогодняя веселая интерактивная программа с Дедом Моро-

зом для детей 5–10 лет, необычная сказка-спектакль «Дедушка Мороз и Снежная Баба» продолжительностью 1 час 20 минут. Все дети получат подарок от Деда Мороза. Один билет дает право пройти на яхту одному ребенку с одним сопровождающим взрослым.

На яхте есть ресторан с отличной кухней и бар с большим выбором напитков. Елочные рейсы будут отправляться 2–8 января два раза в день: с 11:30 и 15:30 от причала «Гостиница «Украина». Продолжительность «Елочных рейсов» — два часа.

Ксения Ракитянская
nedelya@vm.ru



19 декабря 2016 года. Флотилия «Рэдиссон Ройал» приглашает всех на «Елочные рейсы»

ГАМА
м. Речной вокзал (499) 110-55-05
м. Кузнецкий мост (495) 212-07-14
www.gama-mn.ru

СКИДКИ ДО 20%

2017
из Москвы
речные круизы

в Астрахань, Пермь, Елабугу, Уфу, на Валаам, Кизи, Соловки

Реклама

НАША ЗВЕЗДА



**КОЛОНКА
ГУРМАНА**

Анатолий Гендин
гастрономический
журналист и писатель
nedelya@vm.ru

Хорошие новости на нашем ресторанном рынке случаются не так уж часто. Тем приятнее бывает каждая из них. Вот недавняя: работающий в Москве и хорошо у нас известный испанский шеф-повар аргентинского происхождения Адриан Кетглас (Adrian Quetglas) заработал мишленовскую звезду для своего ресторана. Нет, за шапанским не торопитесь, столицу нашей родины знаменитый и безжалостный ресторанный путешественник все еще не обладал. Речь не о тех московских ресторанах, где Адриан трудится шеф-поваром и совладельцем. У него есть еще собственное заведение на испанском курортном острове Майорке, вот оно и увенчано.

Как ни странно на первый взгляд, но присутствие на столичном ресторанном рынке звездного шефа полезно в первую очередь даже не посетителям его заведений (все-таки еда здесь, даже в его исполнении, не совсем та, что там), а собратям-поварам, то есть конкурентам.

И в самом деле, вот вам реальный профессионал, чей ресторан, пусть не у нас, но заработал желанную многими звездой. Сходите и посмотрите, как он работает. С какими продуктами и поставщиками. Как выглядит его меню, как часто оно меняется и что означают эти перемены. Каким образом он учитывает кулинарные приемы и гастрономические обычаи страны пребывания, не видит ли в традиционной русской кухне нечто такое, на что мы не обращаем

внимания. Как он сотрудничает со своими сомелье, потому что мишленовские лавры — это не только про еду. А на наших глазах разворачивается совершенно незапамятная, но оттого еще более азартная интрига: получит ли опытный и креативный испанский шеф мишленовскую звезду еще и для своего московского ресторана раньше, чем хотя бы кто-нибудь из его российских коллег. Все-таки на фоне наших ежегодных рейтингов-междусобойчиков, отражающих скорее гламурную возню околоресторанной тусовки, чем реальный уровень заведений, признание анонимных инспекторов от Мишлена выглядит верхом отраслевой справедливости.

Свою звезду еще и для своего московского ресторана раньше, чем хотя бы кто-нибудь из его российских коллег. Все-таки на фоне наших ежегодных рейтингов-междусобойчиков, отражающих скорее гламурную возню околоресторанной тусовки, чем реальный уровень заведений, признание анонимных инспекторов от Мишлена выглядит верхом отраслевой справедливости.



**Я так
думаю**

ПРАЗДНИЧНАЯ ВЫПЕЧКА ЕЩЕ НА СТАДИИ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЕЗОТКАЗНО УЛУЧШАЕТ НАСТРОЕНИЕ. НОВОГОДНИЙ СТОЛ БЕЗ НЕЕ НИКАК

ПИРОГИ И ПРЯНИКИ

Мы не одиноки в своем стремлении украсить долгожданные зимние посиделки оригинальной и вкусной выпечкой. Наши финские соседи к праздникам готовят слоеные кондитерские изделия с начинкой из варенья. Называются они новогодний торт (Joulutortut), хотя часто выглядят вовсе не как торт в нашем понимании, а как трогательные пирожные-звездочки.

У немецких кондитеров свой шедевр на этот случай, тоже, впрочем, на торт не похожий, — легендарное рождественское полено из Дрездена (Dresdner Christstollen). Можете попытаться и на своей кухне испечь нечто похожее, хотя саксонские хозяйки и профессиональные кондитеры трепетно берегут некоторые детали классического рецепта. В дрожжевое тесто они добавляют много изюма и разноцветных цукатов, а также разнообразные пряности в секретных пропор-

циях. Впрочем, дрезденский шедевр сами немцы нередко называют «калорийной бомбой», содержание сливочного масла в этой симпатичной выпечке очень велико. Еще один знаменитый саксонский специалитет, имбирные пряники, удобен тем, что эти изделия можно расписывать всякими узорами или писать на них глазурью короткие поздравления и пожелания. Австрийцы выставляют на праздничный стол

свой фирменный штрудель. Вернее, много разных штруделей, с разной начинкой, в основном сладкой. К яблочному, вишневому, маковому и прочим штруделям по традиции подают ванильный соус и ванильное же мороженое. В отечественных кулинарных закромах и свои сезонные придумки на этот счет имеются. Пироги — давний и любимый жанр тра-

диционной русской кухни. И по содержанию они все больше не легкомысленного десертного характера, а капитальная сытная еда. Для начинки годятся грибы, капуста, картошка, лук, крутые яйца, рис, разные сорта мяса и рыбы — сочиняйте сами, помимо традиционных комбинаций возможны и фантазийные. Заодно и пряников напеките к чаю, в форме птичек, зверушек и сказочных домиков. Да побольше, они все равно быстро исчезнут.



Страницу подготовил
Анатолий Гендин
nedelya@vm.ru

ПРАКТИКУМ | Как грамотно смешать кое-что и заодно согреться

Бесконечно разнообразные коктейли уместны круглый год. Только в летнюю жару они должны быть прохладительными, а в зимнюю стужу — горячими.

Начните с безалкогольных. Достаточно на стакан клюквенного морса добавить по паре столовых ложек апельсинового и грейпфрутового сока, слегка выжать туда же лимон, размешать и подогреть (не кипятить!) полученную смесь. Выйдет три в одном — вкусно, тепло и полезно, все-таки дополнительная порция правильных

витаминов и необходимых нашему организму минеральных веществ в студеную зимнюю пору не помешает. В эту же или подобную фруктово-ягодную смесь можно добавить немного алкоголя. Здесь очень важно соблюсти два несложных правила. Во-первых, алкоголь должен быть крепким; горячие напитки на основе вина уведут нас в область глинтвейнов, они тоже согревают, но сейчас речь не о них. Во-вторых, алкоголя в этой ситуации должно быть мало. Смысл его присутствия в горячем коктейле не в немедленном опьянении, а в тонком нюансе вкуса. И аромата тоже, если



Горячие зимние коктейли вкусны и даже полезны

это не водка, любимая всеми барменами мира именно за свой нейтралитет, а какие-нибудь ром, текила

или граппа. Светлый или темный ром дает возможность поиграть еще и с цветом. С этой же целью припа-

сите бутылочку вишневого сиропа. Мякоть спелого банана позволяет довести до желаемой консистенции конечного продукта. Чтобы сделать его послаще, вместо банального сахара добавьте немного меда. Горячие коктейли тоже принято украшать перед подачей. Совсем не обязательно каждый раз сооружать какие-то сложные конструкции с зонтиками и бенгальскими огнями, хотя они прекрасно вписываются, скажем, в сценарий вечеринки в честь дня рождения. Ломтик апельсина или лимона, палочка корицы, крупная вишенка удачно и стильно завершат

композицию. Маленький шарик (заметьте — маленький!) ванильного мороженого, аккуратно опущенный в горячий коктейль уже на столе, заставит всех присутствующих внимательно наблюдать за его эффектным исчезновением. Кстати, о красоте. Горячие коктейли принято подавать в специальных высоких стаканах толстого стекла с удобной ручкой сбоку. Но еще душевнее они будут из разнокалиберных керамических кружек, особенно если каждая из них привезена из какого-нибудь дальнего или ближнего путешествия и напоминает о приятных моментах вашей жизни.

PHOTOPRESS

ОСВОИТЬ НОВОЕ ДЕЛО
ВНОВЬ РЕШИЛ
КОРРЕСПОНДЕНТ «ВМ»
АНАТОЛИЙ СИДОРОВ.
НА ЭТОТ РАЗ ОН
С ПОМОЩЬЮ ОПЫТНЫХ
НАСТАВНИКОВ
ОБУЧАЛСЯ
ПЛОТНИЦКОМУ
МАСТЕРСТВУ

СИДОРОВ, ПЛОТНИК



Анатолий Сидоров
nedelya@vm.ru

Опытный плотник в коммунальном хозяйстве на расхват. Еще бы! В нашем городе сотни многоэтажных домов старой и современной постройки имеют скатные крыши. Все их внутреннее устройство сделано руками плотников. Они же устанавливают и обслуживают миллионы московских окон, люющих по вечерам свой «негасимый свет», а также дверей и прочих деревянных конструкций. В каждом из 125 городских ГБУ «Жилищник» обязательно работает один, а то и несколько специалистов этого профиля. Готовят таких мастеров в колледже — ГБПОУ ОКГ «Столица». Туда я и отправился поднабраться ума-разума и плотницкого мастерства.

Самодельным вход воспрещен

Столярные мастерские поразили меня обилием техники — деревообрабатывающих станков, сложных приспособлений для разделки древесного материала и множеством... взрослых мужиков, которые сосредоточенно работали над изготовлением каких-то предметов мебели.

— Мастера-наставники вместо студентов пахнут? — съехидничал я в адрес Сергея Асташко, старшего мастера и наставника юных плотников. — Не вместо, а вместе, — не принял юмора Сергей Петрович и добавил: — настоящего плотника можно вырастить только в деле, а не в классе по книжкам. Поэтому у нас здесь, в производственных мастерских, студенты вместе с производственными мастерами-наставниками изготавливают

предметы домашнего обихода, мебель, полки, подставки — все то, что нам заказывают московские предприятия и организации. Объемы таких заказов невелики, но вполне достаточны для того, чтобы молодые люди, ощутив вкус будущей профессии, утвердились в правильности выбора.

— А что, есть студенты, которые в процессе обучения разочаровываются в выбранной профессии? — спросил я, с интересом глядя, как два молодых человека, очевидно, первокурсника, пытаются впихнуть учебную деревянную

раму в учебный же оконный проем.

— Бывает и такое, — невозмутимо ответил старший мастер. — Поэтому мы предлагаем столичной молодежи обучение не по узкой специальности — плотник, а выпускаем мастеров столярно-плотничных и паркетных работ. Уже в конце первого курса они начинают понимать, за то ли дело взялись. На втором же курсе определяется их окончательный выбор.

Душа моя жаждала настоящего дела, а руки тянулись к топору. К сожалению, ни

подходящего бревна, ни объемного заказа на деревянный сруб у Сергея Асташко не нашлось — производственная площадка для воспитания плотников находилась в стадии организации. Я попросил хоть какое-нибудь полено, чтобы топором по нему потюкать, но мастер не пошел мне навстречу:

— Топором не балуются, — сказал как отрубил. — Чтобы плотницкая работа не была топорной, надо хоро-



Анатолий Сидоров (в центре) берет уроки у плотников Бозорбоева (слева) и Эргашбоева Дадаждоновых (1). Старший мастер и опытный наставник будущих плотников Сергей Асташко (2)

шенько освоить математику, геометрию (в том числе — начертательную, пространственную), познакомиться с основами материаловедения и техникой безопасности. В общем, два с половиной года у нас поучиться. А Самодельным доступ к топору категорически запрещен! Тридцати месяцев у меня в запасе не было, а руки продолжали чесаться.

Дело мастера боится

Вот и рванул я в ближайшее Подмосковье постигать таинство плотницкого мастерства в бригаде знакомого мне гастарбайтера Эргашбоева Дадаждонова (по-русски Иргаш), который строит деревянные дома вместе с братом Бозорбоевым (по-русски Борис).

Мужики встретили меня с величайшей радостью и поручили мне наисложнейшее дело — гвозди дергать из старых досок.

— Парни! — возопил я. — Вы, как Асташко, два года, что ли, учить меня будете?! — Кто доску не жалеет, гвоздь не любит, тот плотником никогда не будет! — сказали мне братья на чистом русском с узбекским проносом.

Короче говоря, два выходных дергал я гвозди (три пальца на левой руке — долой из рабочего состояния), точил старый плотницкий топор (брюки испорчены горячими металлическими искрами), осваивал ру-



Я так работаю

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Сергей Асташко
старший мастер

Сегодня на трех курсах нашего колледжа на мастеров столярно-плотничных и паркетных работ обучаются 68 студентов. В январе 2017 года 20 из них закончат обучение. По результатам государственной итоговой аттестации им присвоят 3-й разряд (особенно способным — 4-й повышенный). Нашим студентам легко почувствовать себя в деле — в колледже есть производственные помещения, где установлено самое современное оборудование. Ребята участвуют в производстве различной продукции — от табурета до мебельных гарнитуров. Мы сотрудничаем со строительными организациями, которые берут наших студентов для прохождения практики. Кстати, эти ребята затем бывают очень востребованы работодателями.

ЦЕНА ВОПРОСА

- Плотник-выпускник 3-го разряда зарабатывает сегодня около 30–40 тысяч рублей в месяц.
- С 4-м разрядом — до 50 тысяч рублей.
- Зарботки опытных мастеров начинаются от 60 тысяч рублей в зависимости от сложности выполняемых работ.

банок (две занозы прямо под самые ногти загнал). Апофеозом моих краткосрочных плотничьих курсов стали четыре пары отверстий на брусе под специальные деревянные колышки (нагели), которыми плотники соединяют брусья или бревна в процессе возведения сруба, чтобы деревянные детали не елозили. Конечно, я старался не ударить лицом в грязь перед узбекскими мастерами. Но и мои наставники были деликатны: постарались не заметить моего «косяка» — смещение брусьев на три миллиметра. Уверен, что после моего отбытия с «плотничьего полигона» они мою работу переделали. Потому что ни один настоящий мастер не позволит себе малейшей ошибки в работе.

Вместо послесловия

Теперь мне понятна шуточная присказка нашего сельского плотника дяди Коли: «Топор, рукавица — жена мужа не боится, рукавица и топор — жена мужа об забор». Она была сочинена про такого мастера, как я, который чаще бьет молотком по пальцам, чем по гвоздям. Таких «плотников» (именно так, с ударением на «я», дразнят таких го-

ДЕЛУ — ВЕНЕЦ

Строительство дома на Руси начинали с определения середины будущего жилища, или его красного угла. На это место втыкали молодое деревце с иконой или крест. Здесь рубили и закапывали петуха или зерно, денежку, чтобы приносили хозяевам достаток. Затем клали первый венец. Плотников приглашали на «окладное» угощение. Укладывая матицу — брус, служащий основанием для потолка, плотник обходил верхнее бревно (черепной

ре-мастеров) и жена не уважает, и комары не боятся. Мастеровитых же плотников на Руси испокон века высоко ценили. Потому что построить дом — большое искусство. Плотничье ремесло, оно только на вид незатейливое, а на самом деле требует от человека и точного знания материала, с которым он работает, и сноровки в деле, и опыта. Плотник, обслуживающий верх крыши многоэтажного дома в центре столицы, должен знать и породу дерева, из которого сделаны стропила, и его прочность, и качество.

Он обязан так организовать проветривание чердака, чтобы все деревянные детали этого сооружения на высоте в несколько десятков метров служили долго, как легендарные Кижы. Даже самый простой рубанок в руках одного плотника хрипит, как придушенный, а у другого — довольно пощипывает, словно младенец. Это уже не просто мастерство, а признак большого таланта.

Так что совершенно верно подметил старший мастер Сергей Асташко: «Топором не балуются».

МАСТЕРА НА ДОРОГЕ НЕ ВАЛЯЮТСЯ

О том, как отличить хорошего плотника от халтурщика, рассказал Александр Поляев (на фото), бригадир плотников с 40-летним стажем. **Александр Михайлович, вот вы набираете рабочих в свою бригаду. По каким признакам определяете их квалификацию?**



Раньше рынок рабочих рук в Москве размещался на пересечении Ярославского шоссе и МКАД. Приезжаю туда и объявляю: мне нужны плотники. Десяток гастарбайтеров всех национальностей тут же заявляют, что они владеют такой специальностью. Задаю вопрос: за сколько дней можно поставить брусовой дом? Ответы, как правило, разные: за две недели,

неделю, некоторые готовы и за три дня управиться. В результате чего делаю вывод, что передо мной даже не подмастерья, а бессовестные халтурщики. Потому что брусовой и бревенчатый дома требуют не менее двух лет усадки. При этом их надо периодически тщательно конопатить. Только потом можно приступать к вертикальной обшивке. Сейчас многие скороспелые строители скрепляют брус или бревна большими гвоздями, иногда оставляя небольшое пространство на усадку. Это тоже некачественная работа. У меня гвоздем служит традиционный деревянный нагель — круглая палочка диаметром 12–15 миллиметров и длиной 10 сантиметров. Она не разрушает структуру

дерева, и сруб служит долго. Так что в «трехдневных специалистах» я не нуждаюсь. **В колледже обучение столяров-плотников длится три года. Этого времени достаточно, чтобы подготовить мастера?**

Хороший плотник должен не только уметь правильно заточить топор в зависимости от вида предстоящей работы, но и точно рассчитать размеры конструкции, знать свойства материала, с которым он работает. К примеру, лучший лес для сруба — зимний. Потому что он полон смолы и оттого долговечен. Лесопиломатериал, заготовленный летом, имеет рыхлую структуру и служит недолго. Как отличить зимний лес от летнего? Что выбрать для деревянного дома — брус или бревно? Мастер обязан знать ответы. Так что классным плотником с наскоку не станешь.

Театральная афиша



МХАТ им. М. Горького

Тверской бул., 22, © (495) 697-85-86

Основная сцена. 22/XII Дикарка. 23/XII премьера Варвары. 24/XII в 18 ч. 30 м. премьера Пигмалион. 25/XII днем Ее друзья, в 18 ч. 30 м. Как боги... 26/XII днем Весь ваш Антоша Чехонте, веч. Ромео и Джульетта. 27/XII днем Синяя птица, веч. Укрощение строптивой. 28/XII днем Ее друзья, веч. премьера Варвары. 29/XII днем Сокровища Петера, веч. премьера Пигмалион. 30/XII днем Ее друзья, веч. Мастер и Маргарита. 31/XII днем Синяя птица, в 18 ч. 30 м. Полоумный Журден.

Малая сцена. 22/XII Жорж Данден, или Сон одуряченного мужа. 24/XII Любовь взаимны. 27/XII Домик на окраине. 28/XII Мой бедный Марат. 30/XII Не все коту масленица.

Гос. акад. театр им. Евг. Вахтангова

Ул. Арбат, 26,

© (499) 241-16-79

22/XII премьера Мнимый больной. 23/XII премьера Бег. 24/XII Улыбнитесь нам, Господи. 25/XII днем Кот в сапогах, веч. К юбилею народного артиста СССР В. Этуша. Окаемовы дни. 26/XII Евгений Онегин. 27/XII Дядюшкин сон. 28/XII премьера Мнимый больной. 29/XII К 90-летию Театра имени Евг. Вахтангова. Пристань. 30/XII Маскарад.

Новая сцена. Ул. Арбат, 24.

23/XII в 19 ч. 30 м. Возьмите зонт, мадам Готье! 24/XII в 19 ч. 30 м. Ревнивая к себе самой. 25/XII в 19 ч. 30 м. Минетти. 26/XII в 19 ч. 30 м. премьера Наш класс. 27/XII в 19 ч. 30 м. Мужчины и женщины. 31/XII днем премьера Питер Пэн.

Первая студия Вахтанговского театра. 24/XII в 19 ч. 30 м. Записки сумасшедшего. 27/XII в 19 ч. 30 м. Мисс Никто из Алабамы.

Арт-кафе. 23/XII в 20 ч. Вечер Юлии Рутберг.

Экскурсии. Фойе театра. Новая сцена. 25/XII в 12 ч. 30 м. Вахтанговское закулисье.

Музей-квартира Е. Б. Вахтангова. Денежный пер., 12.

24/XII в 13 ч. Мемориальный музей.

ЛЕНКОМ Московский гос. театр

Ул. М. Дмитрова, 6,

© (495) 699-96-68

22/XII Аквитанская львица. 23/XII Пер Гюнт. 24/XII Tout ou rien, или Все оплачено. 25/XII Безумный день, или Женитьба Фигаро. 27/XII премьера День опричника. 28/XII в 13 и 18 ч. премьера Странный народ эти взрослые. 29/XII Ва-банк. 30/XII Королевские игры.

РАМТ

Театральная пл., 2,

© (495) 692-00-69

Большая сцена. 23/XII веч. премьера Демократия. 24/XII в 12 ч. Незнайка-путешественник, веч. Алые паруса. 25/XII в 12 ч.

Приключения Тома Соiera, веч. Как я стал идиотом. 27/XII веч. Нюрнберг. 28/XII в 12 ч. премьера Кролик Эдвард, веч. Мушкетеры. 29/XII в 12 ч. Чисто английское приключение, веч. Инь и Ян (Черная версия). 30/XII в 12 ч. Денискины рассказы, веч. Цветы для Элджернона.

Маленькая сцена. 25/XII в 19 ч. 30 м. премьера Свои люди — сочтемся. 27/XII в 12 и 15 ч. Сказки на всякий случай. 28/XII в 18 ч. Людоедик. 29/XII в 12 ч. 30 м. и 18 ч. Сказки на всякий случай. 30/XII в 18 ч. Леля и Минька. 31/XII в 12 ч. и 15 ч. 30 м. Волшебное кольцо.

Черная комната. 22/XII веч. премьера В пылающей тьме. 24/XII в 15 ч. 30 м. Как кот гулял, где ему вздумается. 25/XII в 15 ч. 30 м. Как кот гулял, где ему вздумается. 26/XII в 12 и 15 ч. Бесстрашный барин. 28/XII в 15 ч. 30 м. Как кот гулял, где ему вздумается. 30/XII в 15 ч. 30 м. Бесстрашный барин.

Сцена ДК МАИ. 28/XII веч. Сотворившая чудо.

Муз. театр п/р Геннадия Чихачева

Ул. 1-я Новокузьминская, 1,

© (495) 371-73-33

На сцене ДК «Заречье» Некрасовка. Ул. 1-я Вольская, 11. 24/XII днем, в 15 ч. и 17 ч. 30 м., 27/XII днем и в 15 ч., 31/XII днем Подводная тайна Змея-Горыныча.

Театр Романа Виктюка

Ул. Стромынка, 6.

22/XII премьера И вдруг минувшим летом. 23/XII премьера Венецианка. 24/XII днем Кот в сапогах, веч. Сергей и Айседора. 25/XII Мастер и Маргарита. 26/XII Путаны. 27/XII Федра. 28/XII премьера И вдруг минувшим летом. 29/XII Служанки. 30/XII Саломея. 31/XII в 18 ч. Несравненная!

Театр иллюзии

Ул. Вешняковская, 16а,

© (499) 786-35-90

23/XII в 11 и 13 ч., 24/XII и 25/XII в 11, 13 и 15 ч., 27/XII, 28/XII, 29/XII и 30/XII в 11 и 13 ч. Путешествие в Страну чудес.



Московская консерватория

Ул. Б. Никитская, 13,

© (495) 629-94-01

Большой зал. 25/XII в 14 ч. «Новогодняя история». Симфонический оркестр Московской консерватории. Дирижер и рессказчик — В. Валеев.

Малый зал. 23/XII Киномузыка. 2016 — год российского кино. Музыкальные кумиры экрана. М. Таривердиев. К 85-летию со дня рождения — И. Шварц. Н. Петровичка (сопрано), Б. Пинхасович (баритон), Р. Комачов (виолончель), А. Гориболь,

П. Коновалов (фортепиано). Таривердиев, Шварц.

Рахманиновский зал. 22/XII Вечер виолончельной музыки. М. Чайковская (виолончель), Л. Дараселия (фортепиано). В концерте принимает участие А. Марджанян (скрипка). Моцарт, Равель, Рахманинов. 23/XII XVIII Международный музыкальный фестиваль «Душа Японии». Заккрытие. Концерт ко дню рождения Его Величества Императора Японии Акихито. 24/XII Кафедра современного хорового исполнительского искусства. Камерный хор Московской консерватории. Главный дирижер — А. Соловьев. Дирижируют — студенты V курса.

Благотворительный фонд «Бельканто»

Евангелическо-лютеранский кафедральный собор Св. Петра и Павла.

Старосадский пер., 7/10.

www.belcantofund.com,

© (965) 312-53-71

23/XII в 20 ч. «Времена года: Вивальди и Чайковский». Вивальди, Чайковский. 29/XII в 20 ч. «Звучащие полотна. Импрессионисты. Концерт для трех органов». Бах, Альбиниони, Нарро, Пьяцца, Меркель, Ферреньяк. 30/XII в 20 ч. Christmas around the world. Вайс, Бадельт, Манчини, Лоу, Косма, Уильямс, рождественские мелодии.

Концертный зал «Москонцерт»

Пушечная, 4, стр. 2.

Театральный зал. 25/XII в 16 ч. Песочная елка «В пещере горного короля». Григ.

Зеркальный зал. 25/XII в 19 ч. «Рождество в Ирландии». Берд, Эллок, традиционные ирландские и шотландские мелодии. 30/XII в 18 ч. «Звучащие полотна. Николай Рерих. Орган, дудук и саксофон». Бах, Вивальди, Шуберт, армянские традиционные мелодии.

Кинотеатр «Иллюзион»

Котельническая наб., 1/15.

24/XII в 19 ч. «Год Кино. Великая музыка мирового кино». Рота, Гардель, Пьяццолла, Морриконе, Хорнер, Петров.

Музей Ар Деко

Лужнецкая наб., 2/4, стр. 4.

25/XII в 19 ч. «Магия танца. Viva Tango». Пьяццолла, Плаза, Барди, Гардель.

Дарвиновский музей

Ул. Вавилова, 57.

24/XII в 17 ч. Песочная сказка «Снежная королева». Бах, Моцарт, Шуман, Франк, Райнбергер, Видор. 25/XII в 17 ч. Песочная сказка «Кот в сапогах». Вивальди, Видерманн, Мендельсон, Бозльман.

Малый зал Московской консерватории

Ул. Б. Никитская, 11/4, стр. 1.

24/XII в 15 ч. «Щелкунчик». Чайковский.

КУРСАНТ ВОЕННОЙ АКАДЕМИИ РАКЕТНЫХ ВОЙСК СТРАТЕГИЧЕСКОГО НАЗНАЧЕНИЯ АЛЕКСЕЙ УЛАНОВСКИЙ ГОВОРIT, ЧТО ВЫБОРОМ ПРОФЕССИИ НЕ РАЗОЧАРОВАН, ХОТЯ МАМА ПОНАЧАЛУ ОЧЕНЬ ПЕРЕЖИВАЛА...



Александр Хохлов
nedelya@vm.ru

О Хороший сын, он все-таки довел мать до слез дважды. В первый раз в 11-м классе, когда сказал, что будет поступать не в МАИ или «Станкин», а в Военную академию Ракетных войск стратегического назначения (РВСН) имени Петра Великого...

Нет, Виктория Викторовна, учительница русского языка и литературы, конечно, смирилась с тем, что сын — по складу ума сугубый технарь и единственная среди отличных оценок «четверка» у него именно по русскому. Но чтобы на всю жизнь в армию...

Хотя чего надо было ждать от ученика кадетской школы № 1702 «Петровский кадетский корпус»?

Второй раз мама плакала на присяге. Сын после курса молодого бойца сбросил несколько килограммов, и военная форма на его гвардейских 194-х сантиметрах роста висела мешковато.

— А теперь мама за меня только рада, — говорит курсант четвертого курса

Алексей Улановский. 17 декабря он отметил профессиональный праздник — День Ракетных войск стратегического назначения.

В чем сила, курсант?

О Он и сам не разочаровался в выборе профессии и судьбы.

Улановский считает, что стартовые позиции стратегических ракет — хорошее место и для жизненного старта.

Первая курсантская стажировка — технологическая — у Алексея была на столичных предприятиях и в научно-исследовательских институтах, где создается ракетный щит нашей страны.

— В Московском институте теплотехники и Конструкторском бюро транспортно-химического машиностроения поразили прорывные технологии, которые используются при конструировании российской ракетной техники, — говорит Улановский. — Россию никто не сможет обогнать в этом деле, и напасть на нас никто не осмелится, пока

нас будут беречь ядерные «Тополя» и «Ярсы».

На командных пунктах стратегических ракетных частей Алексей, будущий военный инженер по эксплуатации наземных объектов ракетных комплексов, через полтора года начнет офицерскую службу.

— Видимо, в «стакане», — смеется курсант.

Боевые расчеты РВСН несут дежурство в подземных защитных сооружениях. Стальная капсула, как и стратегические ядерные ракеты, подвешена на толстых металлических канатах в уходящих под землю огромных бетонных трубах. На сленге ракетчи-

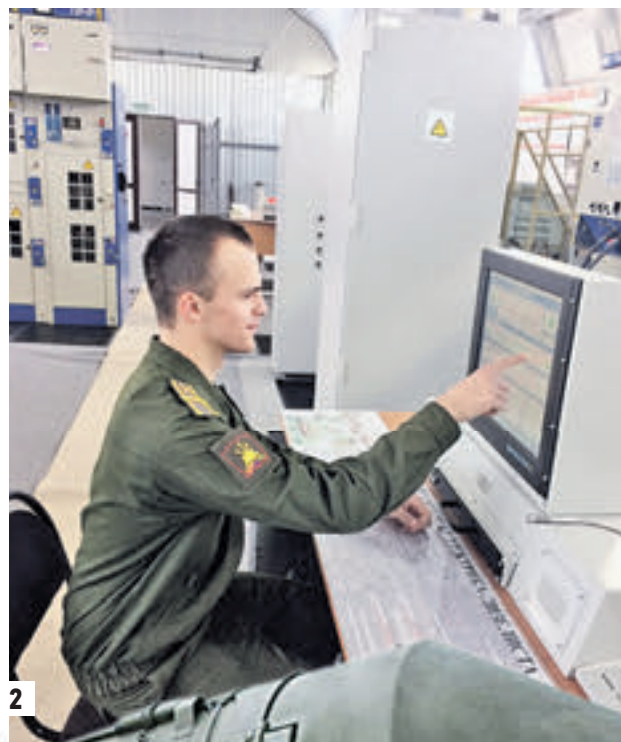
ки зовут защитную капсулу «стаканом». Поэтому и тост у них есть такой: «Сила России — в «стакане»!»

Мужской выбор

О — К «тяготам и лишениям» военной службы привыкаешь быстро, — рассказывает Алексей Улановский. — Да и нет сейчас особых тягот. В детстве я обычно лето проводил у бабушки



1



2

РАКЕТНЫЙ ВЫБОР



3

Декабрь 2016 года. Курсант Военной академии Ракетных войск стратегического назначения Алексей Улановский на занятиях (1, 2). Подвижный грунтовый ракетный комплекс РС-24 «Ярс» (3)

СПРАВКА

Ракетные войска стратегического назначения предназначены для ядерного сдерживания возможной агрессии. В декабре 2016 года Военной академии Ракетных войск стратегического назначения имени Петра Великого исполнилось 196 лет. Историю учебного заведения ведет со времен создания в Санкт-Петербурге Артиллерийского училища. Переехавшую в Москву академию много раз переименовывали. Среди ее выпускников — 128 Героев Советского Союза, три Героя Российской Федерации, более 600 заслуженных деятелей науки и техники. За долгую историю в академии подготовлено более 55 тысяч офицеров, достойно выполнявших и выполняющих воинский долг по защите Отечества.

в Калужской области, а она у меня живет в военном городке авиационной части в Шайковке. Мы, мальчишки, естественно, пробирались и на военный аэродром, и с солдатами общались. Раньше тяжелее было служить, но давно уже многое в армии поменялось к лучшему.

Действительно, питание у сегодняшних курсантов военного ракетного вуза — практически ресторанное. В курсантской столовой — «шведский стол» и салат-бар. Здесь же несколько видов первых блюд, несколько вторых, множество гарниров и салатов.

В казармах — стиральные машины и моющие пылесосы! — Ничего не отвлекает от учебы, — считает Алексей. — Только учись на совесть.

Он так и учится — на «отлично».

— Единственное, что, наверное, отличает меня от моих школьных друзей, которые сейчас учатся в гражданских вузах, это понимание простого факта: если начнется война — я уйду на нее первым, — говорит курсант-ракетчик Алексей Улановский. — И могу первым на ней умереть, чтобы жили моя мама, мои друзья и моя страна.

Алексей говорит об этом совершенно спокойно, буднично.

Это слова мужчины и выбор — мужской.

ОН ОБЕРНУЛСЯ ПОСМОТРЕТЬ...

Москвичи Анна Ивановна и Николай Николаевич Алексин отпраздновали 62-летие совместной жизни. Ей 84, ему — 88 лет. Анна Ивановна всю жизнь проработала медсестрой, супруг — инженер-полковник в отставке, ветеран Ракетных войск, имеет немало наград, в том числе орден Ленина, орден «За службу Родине в Вооруженных Силах», и считает, что в этом немалая заслуга жены. Свою первую встречу Алексин называют счастливой случайностью. Анна Ивановна до сих пор помнит, как неожиданно для себя решила обойти вокруг родной станции Жеребково. Что же касается юного лейтенанта Николая Алексина, только что переведенного сюда, в Одесский военный округ, на строительство ракетного арсенала, — он еще раз решил проверить новую ветку железной дороги. По шпалам навстречу шла девушка. Она улыбнулась ему, а когда он обернулся, то взгляды их встретились, и они рассмеялись. Познакомились.

Стали встречаться. Выяснилось, что их объединяла и схожесть биографий — на фронтах Великой Отечественной войны погибли их отцы, и потому оба с детства тяжело работали в колхозах наравне со взрослыми. Скоро, согласно уставу, Николай принес командиру воинской части рапорт с просьбой о женитьбе. Тот долго объяснял ему, как важно военному человеку иметь рядом надежную спутницу жизни, но, когда увидел фотографию невесты, сразу одобрил выбор подчиненного.

Аня оказалась хорошей хозяйкой и стала заботливой мамой двух дочерей — Тамары и Татьяны. Прежде чем переехать в Москву, дочери поменяли не одну школу, но в вузы поступили с первой попытки и закончили их с красными

Анна Ивановна и Николай Николаевич Алексин вместе уже 62 года. Фотография сделана в 1960-х годах



дипломами. Сегодня теща и тесть не нарадуются на зятьев Геннадия и Аркадия. У дочерей крепкие семьи — ведь им есть с кого брать пример. Внуки Алексей и Саша, правнук Мишенька, которому исполнилось полтора года, часто приезжают к бабушке с бабушкой. Практически все лето Алексин живет на даче под Наро-Фоминском, которую Николай Николаевич построил своими руками. Анна Ивановна считает, что сад и огород у них не хуже, чем на ее родине, в Одесской области, домашних заготовок хватает на всю зиму. — Никаких секретов долголетия семейной жизни у нас нет, — говорят Алексин. — Просто любили друг друга, хранили верность, а теперь вот радуемся успехам детей и внуков, помогаем им во всем. Они для нас — главное.

Людмила Смирнова nedelya@vm.ru



НЕ СЕМЬЯ, А ЗОЛОТО!

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ! ЕСЛИ ВАШЕМУ СЧАСТЛИВОМУ БРАКУ БОЛЕЕ 50 ЛЕТ, ПРЕДЛАГАЕМ ПРИНЯТЬ УЧАСТИЕ В НАШЕЙ АКЦИИ «НЕ СЕМЬЯ, А ЗОЛОТО!» ПОДЕЛИТЕСЬ С НАМИ СВОЕЙ ИСТОРИЕЙ И СТАНЬТЕ ГЕРОЯМИ ПУБЛИКАЦИИ «ВЕЧЕРКИ».

Присылайте письма на NEDELYA@VM.RU или пишите на адрес редакции: 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2, с пометкой: «Не семья, а золото!» Не забудьте указать телефон для связи.

ЛЕЧИМСЯ ДОМА

Реклама

Как лечит артроз современная медицина?

История лечения больных суставов



НЕСТЕРОИДНЫЕ ПРОТИВОВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ПРЕПАРАТЫ

Раньше. В конце XIX века появились первые нестероидные противовоспалительные препараты (НПВП). Они хорошо устраняли боль и воспаление. На эти препараты делалась основная ставка.

Сейчас. НПВП применяются при артрозе, но с крайней осторожностью и как можно реже.

Почему так получилось?

В 30е годы XX века стали появляться первые научные публикации о том, что на фоне приема НПВП страдает слизистая оболочка желудка. Позже было выявлено, что лекарства плохо влияют на почки, печень, сердце и сосуды. А еще — способствуют разрушению хрящевой ткани сустава, то есть... усугубляют течение артроза.

УКОЛ В СУСТАВ

Раньше. В конце 40х годов XX века были впервые получены синтетические гормоны, и их стали вводить внутрь сустава. Положительный эффект был ярко выраженным, поэтому инъекции вошли в рекомендации по лечению артроза.

Сейчас. В 2003 году эта методика из рекомендаций была исключена.

Почему так получилось? Люди стали замечать, что после кратковременного улучшения на фоне инъекций состояние больных часто становится более тяжелым, чем до укола. Выяснилось, что гормоны приводят к прогрессированию артроза.

КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД

Раньше. Боль в суставах долго лечили только лекарственными средствами. И пациентам становилось лучше. Правда — лишь на время.

Сейчас. Лечебный арсенал значительно расширился. Однако сегодня знающие люди подчеркивают: лечение артроза только лекарствами неэффективно. Для успешного лечения нужен комплекс лечебных мероприятий с использованием физиотерапии.

Почему так получилось? Во второй половине XX века был до конца выяснен механизм развития болезни. Стало понятно, что один из главных виновников артроза — нарушение обмена веществ, в результате

которого разрушается внутрисуставной хрящ. Чтобы улучшить состояние больного, надо усилить кровообращение вокруг сустава. Лекарствам это, как правило, не под силу. Они могут уменьшать воспалительную реакцию на повреждение в суставе. Сильным кровоускоряющим средством является магнитное поле. Уже в первые секунды его применения кровотоки могут возрасти в 2–3 раза. Это способствует усиленному питанию сустава и выведению продуктов воспаления.

ЧТО ДОЛЖНО БЫТЬ В ДОМАШНЕЙ АПТЕЧКЕ?

Чтобы ликвидировать мучительные симптомы артрита и артроза, используют магнитотерапевтический аппарат АЛМАГ-01. Он дает возможность не только устранить симптомы, но и остановить разрушение хряща. Часто даже на 2–3-й стадии систематические курсы алмаготерапии способствуют стойкой многолетней ремиссии.

АЛМАГ-01 — это:

- **НАДЕЖНОСТЬ.** Аппарат сертифицирован немецкими экспертами по европейским стандартам качества. А 16 лет в медицинской практике с достойными результатами — показатель высокой потребительской оценки.
- **УВЕРЕННОСТЬ.** С АЛМАГ-01 человек платит деньги за испытанное средство с длительным гарантийным сроком — три года.
- **ПРОФЕССИОНАЛИЗМ.** АЛМАГ-01 — специалист по заболеваниям, связанным с нарушением кровообращения, потому что способствует улучшению циркуляции крови, доставке кислорода и питания в органы и выводу продуктов распада.
- **ЭКОНОМИЯ.** АЛМАГ-01 может значительно ускорить лечение и уменьшить количество медикаментов.
- **ОБРАЗЦОВЫЕ.** АЛМАГ-01 — чуть ли не первый магнитно-импульсный аппарат в России для клинического и домашнего применения. Его можно назвать классической магнитотерапией.

На АЛМАГ-01 цены 2016 года — последний месяц. Надо успеть!

В аптеках:		В магазинах медтехники:	
САМСОН-ФАРМА 8-800-250-8-800	ДОКТОР СТОЛЕТОВ (495) 181-05-92	ЖИВИКА 8-800-777-0303	МЕД-МЕДМАГАЗИН РУ (495) 221-53-00
СТОЛИЧКИ (495) 215-5-215	СТОЛИЧНЫЕ АПТЕКИ (495) 450-61-29	м. «Жулебино», ул. Генерала Кузнецова, 14, корп. 1	ДОБРОТА.РУ (495) 531-33-33
НЕО-ФАРМ (495) 585-55-15	МОСАПТЕКА (495) 122-22-82	м. «Багратионовская», ул. Барклай, 16	МЕДТЕХНИКА (495) 519-00-03
ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ (495) 369-33-00	СЕРДЕЧКИ 8-800-775-16-57	м. «Кузьминки», Волгоградский пр-т, 119а	www.blagomed.ru бесплатная доставка!
ТРИКА (495) 789-62-65	ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ 8-800-2000-308		

Заказ на сайтах www.elamed.com, www.elamed-shop.com, www.zdravcity.ru

А также под заказ в ближайшей к вам аптеке!

Для консультации: ☎ **8-800-200-01-13**
(бесплатный звонок по России)

Адрес для заказа с завода: 391351, Рязанская область, р. п. Елатьма, ул. Янина, д. 25. АО «Елатомский приборный завод» (в том числе наложенным платежом).



* Акция действует с 1.12.2016 по 31.12.2016. Количество товара ограничено. Точную цену узнавайте в местах продаж



Применение аппаратов не требует специальной подготовки.

ОПРН 1026200861620

РМЗ № ФСП 2011/12161

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Екатерина Рощина
nedelya@vm.ru

Подарки бывают разные. Полезные. Приятные. Раздражающие. Формальные. От всей души. Сделанные своими руками. Есть из разряда «знак внимания». Список можно продолжать бесконечно...

Анюта всегда подарки готовила заранее. Но потом не могла удержаться — дарила. Просто так хотелось увидеть радость на детских личиках. Детей у нее, Анюты, двое. Никитке шесть, Алиске четыре. А папы у них нет. Папа ушел от Анюты, когда Алиске было полгода. Появилась откуда-то школьная любовь — и вспыхнуло все по новой; а Анюта, значит, осталась разведенкой. Но самое обидное — уходя, бывший муж зачем-то сказал, что никогда ее, Анюту, не любил. Просто пытался забыть ту свою одноклассницу с черной прямой челкой и уверенными синими глазами. А Анюта, значит, была ошибкой. Анюта сначала плакала и не могла понять: если она ошибка, то уж Никитка-то с Алисой никакие не ошибки! Они самые лучшие. Муж вздохнул и сказал:

— Мужчина любит детей только до тех пор, пока любит их мать.

— А меня, ты же сказал, никогда не любил? Значит, и их не любил? Никиту? Алису...

— Слушай, ну что ты к словам цепляешься! Скажи спасибо, что я вам квартиру оставляю. И деньги давать буду. Ну, и видется там... тоже...

Ну, и на том спасибо. Квартиру оставил и деньги регулярно перечислял. Правда, к детям приходил все реже и реже. За последний год вообще только два раза. Но Анюта уже не грустила. Она вообще была такая легкая. Не держала долго на душе обиды. Потом, дети ведь это счастье. Самое главное счастье в жизни. Анюте было с ними всегда весело и интересно. Вместе смотрели мультики, играли в лото и читали любимые книжки. Читала Анюта вслух, пока не засыпали. Анюта прислушивалась: сопят. Заснули... Тихо гасила свет, уходила на кухню. Завтра новый день, полный событий. С утра детей в садик, потом бегом на работу. Целый день как белка в колесе. Вот незаметно и год пробежал. Пора задуматься о новогодних подарках.



НИНА ВУРДЫЖИНА

НОВОГОДНЕЕ МОРЕ

Тем вечером дети писали письмо Деду Морозу. Кому что подарить? Никита попросил робота-бионика. Обязательно чтобы синего цвета. Алиса — пушистого зайку и бусики, как у Светки Тихоновой. Долго старательно писали, выводя печатные буквы. У Алиски половина букв — зеркально. Но все понятно. И про зайку, и про бусики.

А потом, когда письма Деду Морозу были спрятаны под подушками, а Анюта присела на пуфик перед двухъярусной кроватью и раскры-

ла книжку, Никита неожиданно спросил:

— Мама, а что Деду Морозу загадала ты?

— Я? Ничего, — засмеялась Анюта. — Он только на детские письма отвечает. Взрослые сами должны организовывать себе сюрпризы...

— Это нечестно! Тебе же тоже нужен подарок. А что бы ты хотела? — Алиска готова была уже заплакать.

— Что бы я хотела? — Анюта вдруг стала серьезной. — Я хотела бы обязательно попасть на море. С вами

вместе. Вы ведь никогда не были у меня на море. Да и я сама только два раза, давным-давно...

— Расскажи! — попросила Алиска. — Расскажи про море...

Анюта начала рассказывать. О том, что Черное море вовсе не черное, а сине-зеленое, удивительное. Ночью к берегу подплывают таинственные светящиеся рыбы, и волны обычно стихают и едва-едва плещутся. О том, что иногда можно увидеть настоящих дельфинов — они очень дружелюб-

ны и все время улыбаются. О том, что камни на берегу нагреваются так сильно, что по ним больно ходить, зато какое блаженство быстро-быстро пробежать до влажной волны...

Она и не заметила, как дети заснули. Тихо достала из-под подушек их письма Деду Морозу. Он обязательно положит под елку подарки. Синего бионика и зайку. И бусики тоже. А на море они в ближайший год вряд ли попадут. Ну, еще вся жизнь впереди!

В тот предпраздничный день забрать Никитку с Алисой из детского сада Анюта попросила соседку Нину Николаевну. Потому что в детском саду короткий день, воспитателям тоже надо отдыхать! Так сказала строгая заведующая. А Анюту раньше не отпустили, потому что у кого-то короткий день, а у кого-то предновогодний цейтнот! Но Анюта договорилась с Ниной Николаевной. Та детишек забрала и отсидела даже с ними два с половиной часа. А потом взяла честное слово, что те

Немного нечестно, что Дед Мороз отвечает только на детские письма, а взрослые сами себе должны дарить подарки...

будут вести себя хорошо, поиграют, посмотрят мультики, дождутся маму. Если что — пусть звонят... А у Нины Николаевны тоже дела. Тесто на пироги подошло. Анюта пришла в восемь вечера. Дети не выбежали ее встречать. Дверь в комнату была закрыта. Анюта растегнула один сапог.

— Никита! Алиска! — позвала она. Молчание.

Анюту охватила паника. Как была в одном сапоге, в расстегнутой куртке, так и бросилась в комнату, распахнула дверь...

Две хохочущие родные мордочки.

— Мама! Мама! Мы исполнили твоё желание. Мы сделали здесь самое настоящее море. Смотри, море!

Да, действительно, море. Тазик с водой посередине комнаты. И мешок сахара — двадцать килограммов — вытащили из кладовки и насыпали прямо на пол. Сахарный песок — это ведь в первую очередь песок!..

Принесли торшер с золотистым абажуром — солнце. И измазались облепиховым маслом, которое стояло в стеклянном флаконе в кухонном шкафчике; Анюта мазала им детские синяки и царапины. Получился славный загар!

— Мама! Ложись с нами загорать! Видишь, как мы уже загорели! — звала Алиска. — Ты была на Черном море, а это Новогоднее море! — придумал Никитка.

Анюта смелась сквозь слезы. Два облепленных сахарным песком новогодних гнома — они исполнили ее мечту.

Подарили незабываемое путешествие на море.

ДЕЖАВЮ КНЯГИНИ ВОЛКОНСКОЙ

14 ДЕКАБРЯ 1789 ГОДА В ДРЕЗДЕНЕ РОДИЛАСЬ ЗИНАИДА (ЗЕНЕИДА) БЕЛОСЕЛЬСКАЯ-БЕЛОЗЕРСКАЯ, СТАВШАЯ ПО МУЖУ ВОЛКОНСКОЙ. ОНА ЖИЛА В РОСКОШИ, БЫЛА ЛЮБИМА, ИЗВЕСТНА. НО НАШЛА ЛИ КНЯГИНЯ СВОЕ СЧАСТЬЕ?



Ольга Кузьмина
olga.kuzmina@vm.ru

■ Пальцы в старости не так быстры. Зинаида Александровна попросила принести чаю и разложила карты. Пасьянс — как жизнь. Сойдется, нет?

В такие тихие и холодные римские вечера она всегда вспоминала маму. Точнее — ощущение, оставшееся от нее: Варвара Яковлевна умерла, когда Зине было три года. Только и осталось — тепло и свет... Долгие годы ее воспитывал отец, до 1793 года — российский посол при дворе Сардинского королевства. Дочь он гордился: Зина была очаровательна, обладала красивым контральто, писала стихи и музыку. Вернувшись в Россию, Зинаида потрясла царский двор и обратила на себя внимание Александра I. В свете мигом пошли слухи об их романе, затем стали говорить, что брак Зинаиды с Никитой Григорьевичем Волконским, царским адъютантом, был устроен государем. А когда Зинаида родила мальчика, Александра, и продолжала сопровождать двор во всех поездках вместе с сыном, в чертах мальчика выискивали черты императора. Правда, тщетно. Хотя письма Александра к прелестной Зинаиде и полны нескрываемой нежности.

■ Король, дама. Нет, увь, не валет. Десятка. Опять не сошелся... Совсем чуть-чуть. Она смешала колоду в раздражении.

Она многих влюбляла в себя, но не теряла головы сама. Зато умело занимала себя: выступала в опере,

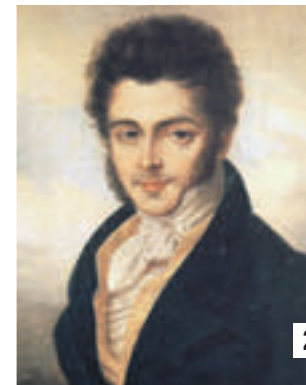
взяла на воспитание приемного сына, искала затей для души, то сближаясь с иезуитами, то начав воспитывать сыновей по спартанским обычаям. Но после того как у Александра появился явный интерес к Марии Нарышкиной, Зинаида почувствовала себя лишней. Они все реже встречались с государем, и хотя переписка между ними сохранялась годами, она фактически сбегала из Санкт-Петербурга и переехала в Москву. Тут, в ее доме на Тверской (ныне в нем, серьезно перестроенном, расположен Елисеевский магазин), собирався весь цвет культуры того времени. Будь мужчины жемчужинами, она бы собрала очень длинное ожерелье... Пушкин и Мицкевич, Веневитинов и Баратынский — все они тут, возле ее прелестных, хотя уже не самых юных ног.

■ Сколько их было, этих восторженных мужчин? Она разгладила рукой бархатную скатерть, поправила карты. Много. А жалеть-то, вот в чем беда, не о ком!

Муж, Никита Волконский? Славный человек. Но она его не любила. Он умер в Ассизи в 1844-м, неожиданно. На-

до бы навестить его могилу. Это долг, не более того. Пушкин? Он воспламенился от нее, как порох от спички. Но поэт был не в ее вкусе, и Зинаида оскорбила его невольно, не выказав признания. Да нее дошли слухи, что поэт подтрунивал над ее неискренностью. А потом она попросила его почитать

1830 год. Портрет княгини Зинаиды Александровны Волконской. Гравюра М. Майера с утраченной акварели кисти Карла Брюллова. Собрание музеев замка Сфорца, Милан, Италия (1). Портрет Риччи Миньято (1792–1877). Автор полотна неизвестен (2)



В ТЕМУ

Особая судьба ждала виллу Волконской. Ее здание было неоднократно описано в XIX веке. В 80-х годах XIX века его перестроили, а в 1923 году наследники княгини, внучка Надя Ильина с мужем Владимиром Кампанари, продали виллу Германии. В годы фашизма она была перестроена, подвал использовали как тюремные камеры. В 1938 году на вилле останавливался Гитлер, а в 1943–1944 годах тут жили глава гестапо Герберт Каплер и капитан СС Эрих Прибке. Бывший партизан Франко Наполи издал в 1999 году книгу «Вилла Волконской, 1943–1988 годы — нацистский лагерь в Риме», но вскоре она была изъята из печати. С 1947 года на вилле располагается резиденция английского посла.

кал ее там, на ветру и на морозе! Ужасное время — зима в России. Дмитрий долго болел, а умер в марте... Руки княгини задрожали. Она приходила как-то ночью к дому, где он жил в Москве, в Кривоколенный. Стояла в проулке и плакала...

■ *Пойти, что ли, пройтись? Смешав карты, она встала.*

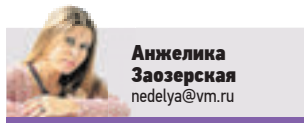
Как много народу гостевало раньше на ее вилле! А теперь никого, кроме сестры. И графа Риччи Миньято, ее единственной бурной любви, нет уже два года. Он с женой, Катей Луниной, бывал у нее в салоне, и Волконская влюбилась. Риччи бросил Катю, вернулся на родину, в Италию, Волконская приехала к нему. Он был с ней до последней минуты жизни. Когда Риччи был рядом, она не вспоминала других... С годами Волконская просто помешалась на желании помогать и творить добро. Деньги текли у нее сквозь пальцы: она раздавала их нищим, покупала подарки детям бедняков, тратила не самые большие суммы, но постоянно. Она знала, что в Риме ее любят и почитают. Это согревало, но не отогрело души.

■ *Однако холодно сегодня. Служанка подала пальто.*

Пожалуй, она пошла гулять из чистого упрямства: как ветрено! Так в Риме бывает редко. Она медленно шла по улице, говоря с Веневитиновым — ее невольным грехом и болью. Может быть, ей не надо было отвергать его любовь? Может, ответив на его страсть, она сохранила бы его жизнь? Тонкие грязные руки нищенки, потянувшиеся к ней, напоминали ветви. — Синьора, немного денег для моих детей! Волконская растерялась: она ничего не взяла с собой. Нищад дрожала в своем чудовищном тряпье. Зинаида Александровна вдруг представила, как Дмитрий Веневитинов, ее неискупленный грех, стоит на улице возле особняка, ища взглядов ее... Она сняла пальто и накинула его на плечи нищенки, не приняв возражений. Домой она возвращалась долго. Куда спешить. Велев слугам отнести деньги нищей в конце улицы, Волконская прошла к себе. К вечеру ее охватил жар. Она то засыпала, то просыпалась на своей широкой кровати, страдая от ломок в пальцах и спине. 5 февраля 1862 года служанка зашла к ней поправить одеяло. Зинаида Александровна улыбалась. Она умерла во сне.

КИНОПОЭЗИЯ, ТАК НАЗЫВАЕТСЯ НОВЫЙ ЖАНР, КОТОРЫЙ СОЗДАЛ И ОТКРЫЛ ДЛЯ МОСКОВСКОГО ЗРИТЕЛЯ АКТЕР АНАТОЛИЙ БЕЛЫЙ. В ИНТЕРВЬЮ «ВЕЧЕРНЕЙ МОСКВЕ» ОН РАССКАЗАЛ О СВОЕМ КИНОПРОЕКТЕ

УВИДЕТЬ СТИХИ



Анжелика Заозерская
nedelya@vm.ru

В Москве состоялась премьера первого поэтического альманаха «Кинопоэзия» актера МХТ им. А. П. Чехова Анатолия Белого. В нем приняли участие такие актеры, как Артур Смольянинов, Агния Кузнецова, Антон Шагин, Алексей Вертков и, разумеется, сам Белый.

Анатолий, как возникла идея переложить стихи на экран?

Я давно думал над тем, каким образом интерпретировать и донести до современного человека огромный духовный клад русской поэзии. Так родился проект, суть которого состоит в создании жанра поэтического мини-фильма. Мы уже экранизировали 12 стихотворений. Стараемся делать фильмы к дням рождений выдающихся поэтов. Так, Александру Сергеевичу Пушкину мы посвятили четыре мини-фильма, и один из них — экранизация знаменитого «Я вас любил» на сценарной основе самого произведения. Мне кажется, что в фильме посвящение

6 июня 2016 года в кинотеатре парка искусств «Музеон» прошло первое мероприятие образовательного проекта «Кинопоэзия» (1). 28 марта 2013 года Анатолий Белый на сцене Дома кино (2)



поэта приобрело несколько другое звучание.

Фильмы снимают профессиональные режиссеры?

Да, только профессионалы. Руководствуюсь принципом: кинопоэзия должна быть многолика, как, собственно, и поэзия. Наш проект не стремится ни к кассе, ни к рейтингу, это прекрасная площадка для художественной реализации. Разные режиссеры предлагают свои идеи по созданию фильмов, и молодые, и именитые. Так, например, для «Кинопоэзии» активно снимают выпускники режиссерского курса МШК Алексея Попогребского, недавно в проекте приняла участие Валерия Гай

Германика. А известные актеры играют как в кадре, так и за кадром.

Смотреть поэзию увлекательно?

Очень. Я вижу это и по откликам зрителей, и по реакции собственных детей. Кстати, «Кинопоэзия» преследует и образовательную цель. Мне хочется, чтобы проект вошел в систему школьного образования. Наши дети — визуалы, и это уже факт, они лучше воспринимают и усваивают изображение, чем просто текст. С помощью визуализации маленького человечка можно заманить

в мир поэзии. От изображения идет сильная эмоция, которая не может не «цеплять». Если такой фильм посмотреть два раза, он точно отложится в голове.

А кто вас заманил в поэтический плен?

Моя мама любила читать стихи со школьной сцены, она преподавала немецкий язык и вела драматический кружок. Я сидел в актовом зале на последнем ряду, слушал, как мама читает поэзию Евтушенко, Рождественского, Симонова и других поэтов. А погружение в мир поэзии началось в Щепкинском театральном училище. На моем курсе учился поэт Влад Маленко, и он познакомил меня со стихами неизвестных мне до той поры поэтов. Между прочим, недавно Влад создал Московский театр поэтов. А мой первый серьезный поэтический шаг — программа «Послушайте», которую я посвятил трем любимым поэтам: Мандельштаму, Пастернаку и Бродскому. Дальше по их произведениям сделал поэтический спектакль «Триптих», где использовал видеоарт и живую музыку.

Своим детям стихи читаете?

К сожалению, редко. Когда прихожу, дети уже спят. Но в прошлом году записал для них аудиоспектакль «Маленький принц». Теперь, когда меня нет дома, я с детьми виртуально.

Где сейчас снимаетесь?

Недавно закончил съемки в сериале для Первого канала «Дом фарфора». История из 80-х годов — о подпольном теневом бизнесе фарфора. Я играю сотрудника доблестного Первого отдела, который участвует в раскрытии преступления.

Вы долго пробивались к известности и востребованности в профессии. Трудности формируют личность актера?

То, что они формируют характер, — не может быть сомнений. Но его закалкой я обязан и спорту, которым серьезно занимался в детстве и юности.

Я так чувствую

Не буду отрицать — во мне есть целеустремленность. Сейчас я четко осознаю, что нахожусь на своем месте, и нашел — где и в чем мое призвание.

Вам наверняка приходилось слышать утверждение, что актер обязан быть эгоистом. Лично вам интересны люди?

Актеру необходим процесс наблюдения за людьми. Ежеминутно, ежесекундно наблюдать за окружающей реальностью невозможно, но в расслабленном состоянии надо смотреть — какие прически у молодежи, как старики себя ведут, как бизнесмены общаются...

Вы снимались в последнем фильме Владимира Мотыля «Багровый цвет снегопада». Как вам работало с Владимиром Яковлевичем?

Это старая школа в хорошем смысле слова, то есть вдумчивость, основательный подход, психологическая тонкость и никакой суеты. Режиссер создал немного картин, но каждая рождалась в муках, и каждая — легенда.

На сцене МХТ им. А. П. Чехова вы заняты в спектаклях «Обрыв», «Дуэль», «Мастер и Маргарита» и других.

Сложно играть главные роли в четырех репертуарных спектаклях?

Мне не тяжело играть ни главные, ни второстепенные роли: я очень люблю дело, которым занимаюсь.

ДОСЬЕ

Анатолий Александрович Белый родился 1 августа 1972 года. Окончил Куйбышевский авиационный институт, затем — Театральное училище им. Щепкина. С 1998 года — актер Театра им. Станиславского, с 2003-го служит в МХТ им. А. П. Чехова. В фильмографии актера около 90 работ.

КПК «ЭнергоКапитал»

Является членом некоммерческого партнерства «СРО КПК «Союзмикрофинанс».

Работаем под надзором СРО и ЦБ РФ

Инвестирование в реальный бизнес

Вкладывайте Сбережения

до **29,9%** ГОДОВЫХ

Частичное снятие без потери процентов

8-800-500-52-09
8 (495) 374-82-84

ДОВЕРИЕ ВЕДЕТ К СОГЛАСИЮ

КПК «ЭНЕРГОКАПИТАЛ», ИНН 7714369734, ОГРН 1167746057577. Денежные средства привлекаются на основании договора займа на срок от 3 месяцев до 3 лет от 14,9% до 29,9% годовых. Ежемесячно производится выплата процентов или увеличение суммы начисленных процентов (капитализация). Частичное снятие предусмотрено, комиссия отсутствует. После заключения договора условия в одностороннем порядке не изменятся. Подробная информация по телефону 8 (495) 374-82-84. Реклама.

Все это будет весной

Вот говорят, что декабрь — это хорошее время, чтобы подвести итоги, подумать о том, что успел в этом году сделать, а что — уж в который раз! — отложил на потом, до весны... Мне вот больше про весну хочется думать, а не какие-то там итоги итожить. И не потому что я ленивый такой, а потому что незачем оглядываться на то, что уже пронеслось мимо. Я сплю и вижу, как растают под слепящим мартовским солнцем эти чертовы сугробы и однажды почувствую, как в воздухе запахло весной... Я сплю и вижу, как набухнут и лопнут почки на деревьях, а во дворе начнут орать коты, как выкачу я из гаража свой старенький мотоцикл...



СЛОВО РЕДАКТОРА

Сергей Серков
шеф-редактор
еженедельника
«Вечерки»

Все это будет весной. Главное, как говорит один знакомый психотерапевт, дожить до крокусов. Потому что они расцветают первыми.

СУЩЕСТВОВАНИЕ ДЕДА МОРОЗА
ОБОСНОВАЛА С ПОМОЩЬЮ ТЕОРИИ ОТНОСИТЕЛЬНОСТИ
БРИТАНСКИЙ ФИЗИК КЭТТИ ШИН. НАШ ПОЭТИЧЕСКИЙ
ОБОЗРЕВАТЕЛЬ СЕРГЕЙ ПОНОМАРЕВ РЕШИЛ ОБЛЕЧЬ СУХИЕ
ФОРМУЛЫ В РИФМОВАННУЮ ОБОЛОЧКУ...

МЫ ПРОСТО ДЕДУШКУ НЕ ВИДИМ...

**ВИРШИ
ПОНОМАРЕВА**

Вполне серьезно ли, шутейно,
Но вывод сделан. Пусть курьез,
Но по теории Эйнштейна
Вполне реален Дед Мороз.

Анализ выдался на славу,
Достигнув огненных вершин:
Считает, в силе Санта Клаус,
Британский физик Кэтти Шин.

Мол, развивая гиперскорость,
Он изменяет свой размер,
И может потому, бесспорно,
В трубу залазить, например.

Пространства с временем кривая —
Как будущего с прошлым нить,
И потому он успевает
Детей всех сразу одарить.

К тому же это ускоренье —
Как будто вечности билет —
Процесс замедлило старенья:
Живет дедуля тыщи лет!

Ну наконец нашли иголку
В стогу сомнений! Снят вопрос:
Как и когда под нашу елку
Кладет подарки Дед Мороз.

Неважно, дома или выйдем,
А результат всегда один:
Мы просто дедушку не видим —
Он по науке невидим!

Ладочки молча растопырим
И ждем: хоть что-то принеси!
Все относительно так в мире —
Тем паче в праздник на Руси...



**ДРУГИЕ ВИРШИ
ЧИТАЙТЕ
НА САЙТЕ
VM.RU**

ОБ АВТОРЕ



Сергей Пономарев

Работал в газетах в Магадане, на Сахалине, в Хабаровском, в московских — «Гудке», «Российской газете», «Комсомольской правде».

Без движения — нет полноценной жизни. Если вы не знаете, что такое боль в суставах, вы счастливый человек! Здоровые суставы позволяют человеку двигаться легко и свободно, но если сустав начинает болеть, то каждое движение может быть мучительным. Это доставляет огромные страдания и при отсутствии соответствующих мер может превратить человека в самого настоящего калеку. О заболеваниях опорно-двигательного аппарата сегодня мы пообщаемся с врачом-ревматологом одной из столичных поликлиник Владимиром Александровичем Коньковым.

— Здравствуйте, Владимир. В чем же дело? Почему суставы начинают болеть? И в чем причины заболеваний?

— День добрый. Буду очень рад поделиться с вами знаниями в целях улучшения вашего физического здоровья!

Для каждого заболевания костной системы характерны свои признаки, особенности течения, а также исход. Причины заболевания суставов могут быть различными: это и полученные травмы, перенесенные вирусные и инфекционные заболевания, которые дают осложнения на суставы, иммунные и гормональные сбои, нарушение обмена веществ — это может привести к таким заболеваниям, как ревматизм, полиартрит, подагра.

Но особенно часто проблемы с суставами донимают пожилых людей. С возрастом уменьшается выработка внутрисуставной жидкости, полость сустава пересыхает, сустав становится малоподвижным, начинается поскрипывание при движении.

— По каким признакам можно определить, что необходима помощь суставам?

— Вначале появляется тревожный признак — хруст и заклинивание во время движения, утренняя скованность, ломота на погоду, отечность и припухлость, боль в покое, во время или после физической нагрузки. Это далеко не полный перечень признаков, но вы должны четко понимать, если хотя бы одно из перечисленного вы испытываете, незамедлительно принимайте меры!

— Вот общеизвестный факт, что у людей с возрастом развивается артроз, и что самое страшное — болезнь

ЖИВИТЕ БЕЗ БОЛИ В СУСТАВАХ

молодеет. Расскажите подробнее, как происходит изнашивание суставов и что этому способствует?

— Цепляясь друг за друга, суставные поверхности костей перемещаются «со скрипом», а от нелегкой жизни ошестиниваются, по краям обрастают шипами — остеофитами, затрудняющими движения. Особенно достается суставам ног, на которые приходится максимальная нагрузка. Первый сигнал артроза — легкая и быстро проходящая болезненность в суставе.

Боли при артрозах не вызывают воспалительных изменений в суставе, он не горячий на ощупь, не бывает красноты и припухлости. Со временем движение в нем ограничивается, работая, сустав издает различные трескучие звуки, которые происходят из-за неровности суставных поверхностей. При поражении коленного или тазобедренного сустава становится трудно ходить по лестнице, сидеть на корточках, бегать, трудно завязывать шнурки и класть ногу на ногу. Артроз мелких суставов кистей проявляется твердыми плотными костными узелками величиной с горошину.

— Какую проблему в ревматологии вы можете назвать самой важной?

— На мой взгляд, это ревматоидный артрит. Это тяжелое прогрессирующее заболевание, которое приводит к быстрому разрушению суставов. Превратиться в инвалида можно буквально за пять лет! Начинается все с того, что отекают и ноют мелкие суставы кисти. Но эту боль обычно люди игнорируют, поэтому обращаются к ревматологу с уже запущенными формами болезни.

Заболевание характеризуется высокой инвалидностью, которая наступает довольно рано. Основными причинами смерти от заболевания являются инфекционные осложнения и почечная недостаточность. Раннее обнаружение заболевания с помощью современных средств может значительно сократить вред, который может быть нанесен суставам и другим тканям.

Ревматоидный артрит прогрессирует в трех стадиях. В первой стадии происходит отек синовиальных сумок, вызывающее боль местное повышение температуры и припухлость вокруг суставов.

Вторая стадия — это стремительное деление клеток, которое приводит к уплотнению синовиальной оболочки.

В третьей стадии воспаленные клетки высвобождают фермент, который поражает кости и хрящи, что часто приводит к деформации задетых суставов, увеличению боли и потере двигательных функций.

Как правило, вначале заболевание протекает медленно, с постепенным развертыванием клинической симптоматики в течение нескольких месяцев или лет. Около 2/3 случаев проявляется полиартритом, причем суставной синдром часто не имеет каких-то отдельных симптомов, что значительно затрудняет постановку диагноза. Суставной синдром характеризуется наличием утренней скованности более 30 минут и аналогичных проявлений во второй половине ночи; постоянной спонтанной болью в суставах, усиливающейся при активных движениях. Исчезновение скованности зависит от активности процесса: чем больше активность, тем больше продолжительность скованности. Для суставного синдрома при ревматоидном артрите характерны монотонность, продолжительность, сохранение остаточных явлений после лечения.

Ревматоидный артрит часто сочетается с другими болезнями суставов — остеоартрозом, ревматизмом, системными болезнями соединительной ткани.

— Многие думают, что это небольшая проблема, и если верить рекламе, то восстановить хрящ элементарно. Так ли это?

— Восстановить хрящ, который дается один раз в жизни, довольно тяжело. Есть, конечно, лекарства, но эффективность их не высока. Задача ревматолога — точно поставить диагноз и правильно подобрать комплексное лечение. Данный подход позволяет улучшить состояние хряща, сделать его упругим, благодаря чему у пациентов появляется возможность дальше жить без проблем.

— Расскажите подробнее о способах комплексного лечения этих заболеваний.

— Учеными, ревматологами, хирургами и ортопедами разработана горячая линия «Здоровые суставы». Это комплекс мер по восстановлению трудоспособности

и здоровья лиц с ограниченными физическими возможностями в результате перенесенных заболеваний, а также в результате травм. На горячей линии подберут индивидуальные меры для каждого обратившегося, принимая во внимание характер повреждения и учитывая все особенности протекания заболевания. Суть мер заключается в воздействии на устранение причины болезни.

— Каков ваш подход в этой проблеме?

— Мы не видим различий между болью и болезнью. Боль — для нас это сигнал, который посылают нам суставы. Здоровые суставы не болят, но если боль появилась, значит, в суставе есть проблема. И главное — не устранение боли, а ее причины, которую вызывает эта боль. Нам важно не повторять ошибку многих людей, ставших инвалидами, бороться путем обезболивающих средств, мазей и гелей. Главное для нас — бороться с причиной, вызывающей боль.

— Для кого предназначены описываемые вами мероприятия?

— Благодаря комплексному подходу к решению проблемы наши меры показаны при любых заболеваниях суставов и позвоночника — радикулите, полиартрите, артрозах, подагре, ревматоидном артрите, остеохондрозе, остеопорозе и т.д. Благодаря горячей линии «Здоровые суставы» мы не только предупреждаем разрушение суставов, но и даем вам шанс на оздоровление, движение и достойную старость!

Помните, что суставы требуют планомерного и длительного лечения. Строго следуя всем рекомендациям специалиста, вы сможете полноценно наслаждаться жизнью и не испытывать дискомфорта, боли в суставах и неприятных ощущений. Не дайте болезни победить вас! Начинать заниматься здоровьем прямо сейчас!

**Горячая линия для всех желающих
быть здоровыми и подвижными:
8 (495) 500-03-16,
с 9:00 до 20:00**

Реклама

КРУПНЕЙШАЯ АПТЕЧНАЯ СЕТЬ МОСКВЫ*



- **НИЗКИЕ ЦЕНЫ****
- **КАЧЕСТВЕННЫЕ ЛЕКАРСТВА*****
- **БОЛЕЕ 1 000 АПТЕК РЯДОМ С ВАМИ**

ЗАЙДИТЕ И УБЕДИТЕСЬ!

ВЫБЕРИТЕ

ближайшую аптеку
ГОРЗДРАВ на сайте

WWW.GORZDRAV.RF

ПОЗВОНИТЕ

по телефону
справочной службы

8 (499) 653-62-77

* По количеству аптек в сравнении с другими сетями Москвы и Московской области по данным IMS Health от сентября 2016 г.

** На препараты ЖНВЛС, утвержденная Правительством РФ. Подробности уточняйте у фармацевта.

*** Все препараты проверяются службами контроля качества компании ООО "АПТЕКА - А.В.Е"

ИНН 770 594 76 29 ОГРН 1117746309526

Юридический адрес: 115 093, г. Москва ул. Б. Серпуховская д. 44, офис 19

РЕКЛАМА

ВЕЧЕРНЯЯ
МОСКВА



ТВ



ЗАФИКСИРУЙТЕ МИНИМАЛЬНЫЕ
ЦЕНЫ НА ВЕСЬ 2017 ГОД!*

БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ! ВЫГОДА ДО 50%!*



«ФЕНИКС-2К» 6.0x9.0 м. 94.26 м²

ЦЕНА В БАЗОВОЙ
КОМПЛЕКТАЦИИ

694 800 р.*

СУПЕРЦЕНА
ТОЛЬКО ДО
9 ЯНВАРЯ!

ЦЕНА С ПАКЕТОМ
«ЗИМНИЙ»

879 095 р.*

Рождество вместе с «Зодчим»!

4, 5, 6 января на выставочной площадке «Южная» Вас ждет теплый прием, праздничные угощения и подарки

Площадка «Южная»

М «Южная», 150 м по ул. Кировоградская

Площадка «Северная»

М «ВДНХ», Ярославское ш., вл. 26

ЗОДЧИЙ (495) 737-07-07 www.zod.ru

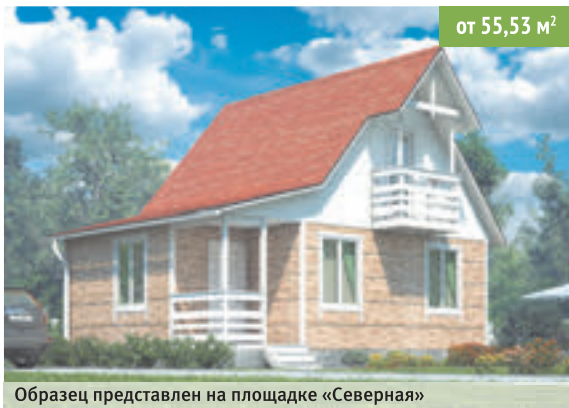
НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ



Зимнее спецпредложение!

Суперцены на дома с пакетом «Рациональный»*

«Комфорт К-150» 6,0х6,0 м Строительство за 7-8 дней



Образец представлен на площадке «Северная»

Цена в базовой комплектации: **331 170 руб.**
 Спеццена с пакетом «Рациональный»: **413 385 руб.**



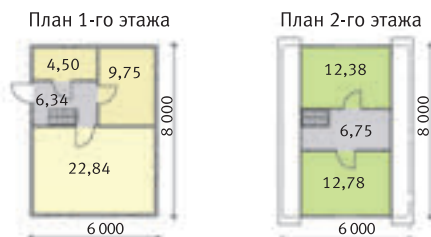
Возможна пристройка балкона и веранды

«Успех К-150» 6,0х8,0 м Строительство за 15-20 дней



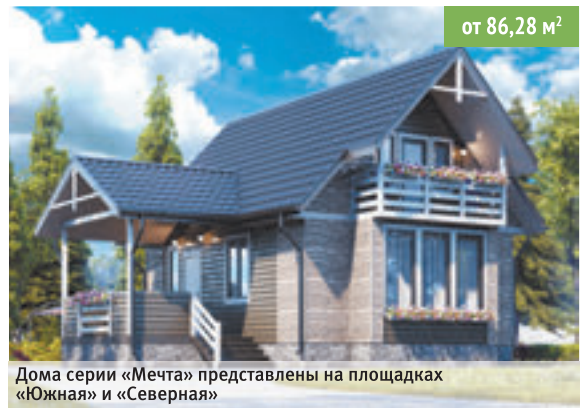
Образец представлен на площадке «Южная»

Цена в базовой комплектации: **425 770 руб.**
 Спеццена с пакетом «Рациональный»: **526 675 руб.**



Возможна пристройка террасы

«Мечта-9 К-150» 6,0х9,0 м Строительство за 20-30 дней



Дома серии «Мечта» представлены на площадках «Южная» и «Северная»

Цена в базовой комплектации: **567 940 руб.**
 Спеццена с пакетом «Рациональный»: **686 230 руб.**



Возможно исполнение дома с эркером, балконом и террасой

«Крепыш» 5,0х4,0 м Строительство за 4 дня



Цена в базовой комплектации: **217 150 руб.**
 Спеццена с пакетом «Рациональный»: **269 825 руб.**
 Возможна пристройка террасы к дому

«Престиж К-150» 6,0х5,0 м Строительство за 6 дней



Цена в базовой комплектации: **299 100 руб.**
 Спеццена с пакетом «Рациональный»: **371 830 руб.**
 Возможна пристройка балкона и веранды к дому

«Уют К-150» 6,0х4,0 м Строительство за 5-6 дней



Образец представлен на площадках «Южная» и «Северная»
 Цена в базовой комплектации: **253 250 руб.**
 Спеццена с пакетом «Рациональный»: **313 605 руб.**
 Возможна пристройка веранды к дому



НОВИНКА!
 ТОЛЬКО
 В «ЗОДЧЕМ»!

СУПЕРПРЕДЛОЖЕНИЕ ТОЛЬКО ДО 9 ЯНВАРЯ!

ФУНДАМЕНТ ИЗ ЖЕЛЕЗОБЕТОННЫХ ЗАБИВНЫХ СВАЙ ПО ЦЕНЕ ВИНТОВЫХ!

Фундамент на забивных железобетонных сваях – это прочное, надежное, практически вечное основание.

ПРЕИМУЩЕСТВА

- ✓ Скорость возведения – установка свай занимает один день
- ✓ Долговечность – фундамент прослужит более ста лет
- ✓ Высокая несущая способность – нагрузка на одну сваю до 15 тонн
- ✓ Коррозионная устойчивость – сваи не подвержены коррозии
- ✓ Экономичность – затраты сопоставимы с другими видами фундаментов
- ✓ Идеален для участков с уклоном
- ✓ Не требуется предварительная подготовка участка
- ✓ Погружение ниже глубины промерзания

Спешите воспользоваться предложением и заказать свой дом на забивных железобетонных сваях по цене винтовых. Предложение ограничено.*



Реклама

www.zod.ru



«Южная»



«ВДНХ»

(495) 737-07-07

* – Акция действительна до 09.01.17 г. Информация об организаторе акции, правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения, а также полное описание пакета услуг «Зимний», «Рациональный» и «Престиж» можно получить на сайте www.zod.ru или на выставочных площадках и по телефону (495) 737-07-07.



Открыты продажи на 2017 год! Без предоплаты! Суперцены только до 9 января! Выгода до 50%!

«Феникс-2 К-150» 6,0х9,0 м Строительство за 20-30 дней

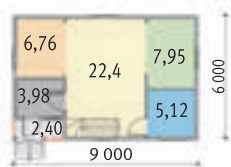


от 94,26 м²

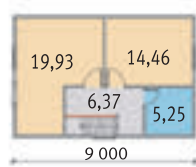
Образец представлен на площадке «Северная»

Цена в базовой комплектации: **694 800 руб.**
Спеццена с пакетом «Зимний»: **879 095 руб.**

План 1-го этажа



План 2-го этажа



«Балчуг 3.1» 9,0х9,0 м Строительство за 25-35 дней



от 122,89 м²

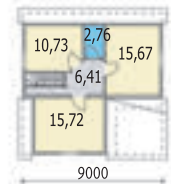
Образец представлен на площадке «Южная»

Цена в базовой комплектации: **979 770 руб.**
Спеццена с пакетом «Зимний»: **1 201 025 руб.**

План 1-го этажа



План 2-го этажа



«Феникс-4 К-150» 8,0х10,0 м Строительство за 30-45 дней

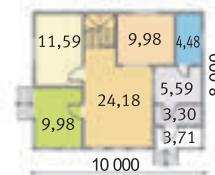


от 138,23 м²

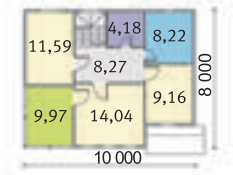
Образец представлен на площадке «Северная»

Цена в базовой комплектации: **954 800 руб.**
Спеццена с пакетом «Зимний»: **1 188 930 руб.**

План 1-го этажа



План 2-го этажа



Покупайте дома в комплекте с пакетами «Престиж», «Зимний» или «Рациональный» и получайте не только уютный и комфортный дом, но и целых 4 шикарных бонуса:

- Суперцена на базовую комплектацию дома – экономия может составить до 40%
- Скидка до 50% на пакеты «Престиж», «Зимний» и «Рациональный»
- Скидка до 50% на каждую дополнительную услугу, приобретенную сверх пакета
- Выгодные подарки!

«Любава» 8,0х9,0 м Строительство за 50-60 дней



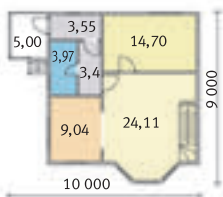
от 106,14 м²

Образец представлен на площадке «Южная»

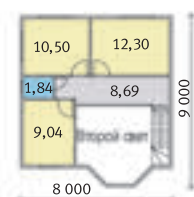
Цена сегодня: ~~1 696 500 руб.~~ **1 254 800 руб.**

Экономия (с пакетом «Престиж»): **863 590 руб.**

План 1-го этажа



План 2-го этажа



«Канадец-2» 12,5 х 8,5 м Строительство за 45-55 дней



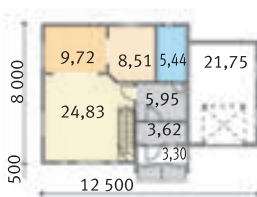
от 138,11 м²

Образец представлен на площадке «Северная»

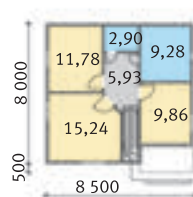
Цена сегодня: ~~2 055 250 руб.~~ **1 503 900 руб.**

Экономия (с пакетом «Престиж»): **1 040 995 руб.**

План 1-го этажа



План 2-го этажа



«Сварог» 10,7х11,0 м Строительство за 60-65 дней



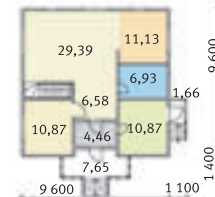
от 163,85 м²

Образец представлен на площадке «Южная»

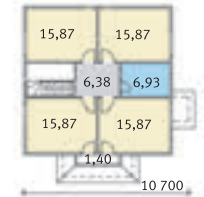
Цена сегодня: ~~2 389 800 руб.~~ **1 744 830 руб.**

Экономия (с пакетом «Престиж»): **1 319 715 руб.**

План 1-го этажа



План 2-го этажа



www.zod.ru



«Южная»



«ВДНХ»

(495) 737-07-07

Реклама

* - Акция действительна до 09.01.17 г. Информация об организаторе акции, правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения, а также полное описание пакета услуг «Зимний», «Рациональный» и «Престиж» можно получить на сайте www.zod.ru или на выставочных площадках и по телефону (495) 737-07-07.



Зимнее спецпредложение! Суперцены на бани с пакетом «Зимний»!



Более 40 моделей бань по цене от 157 270 рублей

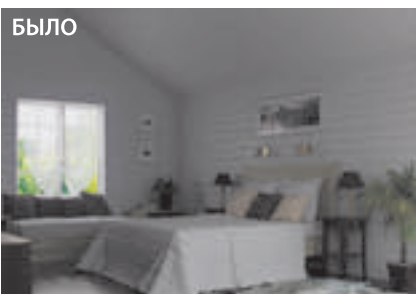
Новинка! Пакет «Зимний» теперь и для бань!

Пакет «Зимний» – это готовый набор опций, позволяющий максимально комфортно проводить время в Вашей баньке круглый год! Баня, оснащенная пакетом «Зимний», будет быстро протапливаться, долгое время держать тепло и потреблять минимальное количество энергоресурсов, что сэкономит Ваше время и финансы. Также этот пакет повысит надежность и долговечность строения.

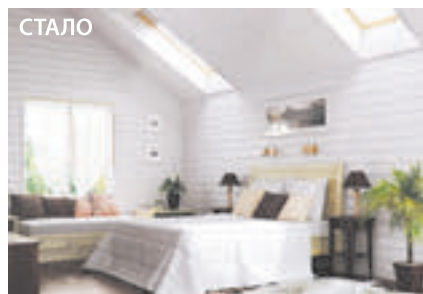
При покупке бани с пакетом «Зимний» Вы получаете тройную выгоду:

- ✓ Максимальные зимние скидки на базовую комплектацию
- ✓ Скидка 40% на пакет «Зимний»
- ✓ Настоящая дровяная печь – в подарок *

Достройка и реконструкция. Скидки до 50%



БЫЛО



СТАЛО

Установка мансардных окон



Обшивка стен фальшбрусом



Замена лестницы

Зима – лучшее время заняться внутренними отделочными работами, чтобы к следующему сезону вернуться в обновленный дом. Специалисты компании «Зодчий», при Вашем участии, помогут:

- перепланировать дом
- обновить внутреннюю отделку
- заменить внутрикомнатную лестницу на более комфортную,
- заменить столярные изделия, если есть в этом необходимость.

Любые внутренние работы можно выполнить зимой с наибольшей выгодой и не теряя драгоценных летних дней с наступлением дачного сезона.

Расценки на отделочные работы:

- обшивка вагонкой по брусовой стене — от 1 200 р/м²
- обшивка стен фальшбрусом или блокхаусом — от 2 100 р/м²
- установка одномаршевой лестницы с поворотной площадкой — от 60 000 руб.
- замена одного окна — от 8 000р
- настил доски пола 35 мм шпунтованной — от 1 300 р/м²

На все вопросы Вам с удовольствием ответят специалисты Технологического отдела 8 (495) 739-8995, 8 (495) 737-8094.

Специальные предложения от «Зодчего»

Инженерные коммуникации

скидка до 18%

(495) 739-89-96
(919) 961-02-66
(919) 961-03-27

Отделочные работы

скидка до 50%

(495) 737-07-07

Электрика

дополнительные скидки до 18%

(495) 737-07-07
(919) 961-02-66
(919) 961-03-27

Печи, камины. Отопление на дровах

(495) 721-90-17
(495) 532-89-01

Ворота, заборы и рольставни

скидка до 10%

(495) 998-30-88
(495) 981-16-22

Фундаменты

(ленточные, свайные, плитные)

скидка 20%

(495) 737-07-07

* – Акция действительна до 09.01.17 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения, а также полное описание пакета услуг «Зимний», «Рациональный» и «Престиж» можно получить на сайте www.zod.ru или на выставочных площадках и по телефону (495) 737-07-07.

Цены указаны на базовые комплектации домов согласно технической документации, подробности на сайте www.zod.ru и по телефону (495) 737-07-07. Изображения отражают архитектуру домов и не несут информации об используемых отделочных материалах и конструктивных особенностях. Цены на

строительство домов в регионах могут отличаться от цен в Москве и Московской области. Компания оставляет за собой право изменять условия и сроки акций, а также корректировать цены в период проведения акций без дополнительного уведомления. На выставочных площадках «Зодчего» кредиты предоставляют Банк

"Возрождение"(ПАО), ЗАО"Солид Банк", АО"Альфа-Банк", ЗАО "КРЕДИТ ЕВРОПА БАНК", ООО КБ «КРОКУС-БАНК». Более подробную информацию можно получить у представителей банка на выставочной площадке "Южная" и по телефону 8(495)737-07-07 и на сайте "Зодчего" в разделе "Кредиты".

www.zod.ru



«Южная»



«ВДНХ»

(495) 737-07-07

Реклама