

№42  
(16397)  
14 ОКТЯБРЯ 2025 г.

АО «Издательство «Кавказская здравница»

# Кавказская Неделя

Еженедельник

16+

⇨ Телепрограмма с 20 по 26 октября ⇨ Астрологический прогноз ⇨ Погода ⇨ Сканворд ⇨

**ОТКРЫТА ПОДПИСКА**  
на «Кавказскую неделю» на 1-е полугодие 2026 года

**ПОДПИСНЫЕ ЦЕНЫ:**  
1 месяц – 186 руб. 97 коп.  
6 месяцев – 1121 руб. 82 коп.  
До востребования – 1052 руб. 76 коп.

**СКИДКИ!** Участникам и ветеранам ВОВ,  
а также инвалидам 1 и 2 групп:  
1 месяц – 164 руб. 48 коп.  
6 месяцев – 986 руб. 88 коп.  
До востребования – 931 руб. 68 коп.

\*\*\*  
Если вы не оформили подписку на газету на 2-е полугодие 2025 года,  
это можно сделать до 22 октября в любом почтовом отделении края,  
у почтальонов или на онлайн-сервисе [www.podpiska.pochta.ru](http://www.podpiska.pochta.ru),  
и с ноября «Почта России» будет доставлять вам газету домой.

**ПОДПИСНЫЕ ЦЕНЫ:**  
1 месяц – 128 руб. 27 коп.  
2 месяца – 256 руб. 54 коп.

Подписаться на «Кавказскую неделю» можно с любого месяца и на любой срок.

**ПРЕДЛАГАЕМ ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ В РЕДАКЦИИ** по адресу:  
г. Минеральные Воды, ул. 50 лет Октября, 67/1,  
оф. 710, 706, АО «Издательство «Кавказская здравница», и получать газету на проходной  
в издательстве в удобное для вас время:

ИНДЕКС ПР540

На 3 месяца (октябрь–декабрь) – 120 руб. 00 коп.

На 2026 год подписьаться в редакции  
можно будет с 1 декабря 2025 года.

**Оставайтесь с нами, мы работаем для вас!**

**Выгодно!**

Справки по телефонам:  
8 (87922) 6-24-46 (доб. 1), 6-25-76

**АО «Издательство «Кавказская здравница»**

**СДАЕТ В АРЕНДУ:**

240 кв. м торговой площади на 1-м этаже здания  
Офисные помещения (от 8 кв. м до 160 кв. м)  
Развитая инфраструктура, хорошие подъездные пути, все коммуникации.  
Рядом – продовольственные и промтоварные магазины, предприятия сферы обслуживания и досуга, автовокзал, остановка маршрутного такси.  
Помещения расположены в непосредственной близости с федеральной трассой «Кавказ». Территория находится под круглосуточной охраной с наличием видеонаблюдения.

**г. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ, ул. 50 лет Октября, 67/1**

Помещения под склады и производство площадью 200 кв. м  
Перспективное место расположения.  
Имеются удобные подъездные пути для большегрузного транспорта.  
Развитая инфраструктура.  
Парковочные места.

**г. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ, пос. Первомайский, ул. Московская, 5в**  
Стоймость арендной платы – договорная.

Тел.: 8 (962) 450-83-89, 8 (87922) 6-23-89

РЕКЛАМА

**АО «Издательство «Кавказская здравница»**

**ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ:**

- **НАЧАЛЬНИКА ПРОИЗВОДСТВЕННОГО ЦЕХА,** график работы – пятидневная рабочая неделя, полный соцпакет;
- **ПЕЧАТНИКА ПЛОСКОЙ ПЕЧАТИ** (газетное производство), график работы – через день: первая неделя – 4 дня, вторая – 2 дня, полный соцпакет;
- **ПЕЧАТНИКА ПЛОСКОЙ ОФСЕТНОЙ ПЕЧАТИ** (*Heidelberg Speedmaster 102*), график работы – пятидневная рабочая неделя, полный соцпакет;
- **НАЛАДЧИКОВ ПОЛИГРАФИЧЕСКОГО ОБОРУДОВАНИЯ 5 И 6 РАЗРЯДА,** график работы – пятидневная рабочая неделя, полный соцпакет;
- **ТОВАРОВЕДА,** график работы – пятидневная рабочая неделя, полный соцпакет.

Обращаться: г. Минеральные Воды, ул. 50 лет Октября, 67/1; телефоны: 8 (87922) 6-24-95, 6-23-89.

РЕКЛАМА

## КАЛЕНДАРЬ

14 ОКТЯБРЯ – День работников заповедного дела

15 ОКТЯБРЯ – Международный день сельских женщин

- День создания адресно-справочной службы Российской Федерации
- Международный день белой трости
- Всемирный день борьбы с раком груди

16 ОКТЯБРЯ – День Шефа (День Босса)

- День аллерголога

18 ОКТЯБРЯ – День памяти войсковой казачьей славы

19 ОКТЯБРЯ – День работников дорожного хозяйства

- День работников пищевой промышленности
- Всероссийский день лицеиста
- День отца

20 ОКТЯБРЯ – Международный день авиаиспетчера

- Международный день повара
- День аптечного техника

## Программы 21 канала телевидения

### Читайте в номере:

- ⇨ Россиян ждут длительные выходные.... стр. 1
- ⇨ Октябрьские изменения в законодательстве..... стр. 2
- ⇨ Укрепляем иммунитет..... стр. 5
- ⇨ Осенние работы в саду..... стр. 6
- ⇨ Модные тенденции осени..... стр. 7
- ⇨ Звездные педагоги..... стр. 11

## НОВОСТИ КРАЯ

### СТАВРОПОЛЬ ВПЕРВЫЕ ПРИМЕТ ЧЕМПИОНАТ РОССИИ ПО ПАХОТЕ

Губернатор Ставрополья Владимир Владимиров провел встречу с генеральным директором АО «Росагролизинг» Павлом Косовым. Обсуждены вопросы сотрудничества для развития агропромышленного потенциала региона, сообщили в Управлении пресс-службы и информполитики губернатора и правительства Ставропольского края.

Отмечено, что партнерство правительства края и компании «Росагролизинг» обеспечило поставки ставропольским сельхозпредприятиям около 8 тысяч единиц техники на сумму свыше 26 миллиардов рублей. Такие поставки способствуют модернизации агробизнеса, росту производительности и внедрению современных технологий в АПК региона.



Отдельной темой встречи стала подготовка к проведению Чемпионата России по пахоте, который впервые пройдет на Ставрополье в следующем году. Руководитель «Росагролизинга» передал главе края символический плуг, подтверждающий право региона принять чемпионат в следующем году.

– Убежден, что Ставропольскому краю удастся провести чемпионат на высоком уровне, а соревнования традиционно станут одной из ключевых площадок для демонстрации достижений агропромышленного комплекса, – отметил генеральный директор АО «Росагролизинг» Павел Косов.

Владимир Владимиров подчеркнул, что проведение чемпионата на Ставрополье станет значимым событием для всего аграрного сообщества страны.

– Для нас большая честь принять Чемпионат России по пахоте. Это событие о людях, которые работают на земле, которые своим трудом делают Ставрополье одним из ведущих аграрных регионов страны. Именно сельхозпроизводители обеспечивают продовольственную безопасность нашей Родины, выполняя поставленную Президентом задачу. Гордимся нашими тружениками и сделаем все, чтобы чемпионат прошел на высоком уровне, – сказал губернатор.

Отметим, что Чемпионат России по пахоте традиционно объединяет лучших механизаторов со всей страны и зарубежья, а также служит площадкой для обмена опытом, демонстрации передовых технологий и популяризации аграрных профессий.

Ставрополье приняло эстафету от Ленинградской области, где чемпионат прошел в этом году.

Фото Управления пресс-службы и информполитики губернатора и правительства СК

## ОТДОХНЕМ!

### РОССИЯН В 2026 ГОДУ ЖДУТ РЕКОРДНО ДЛИННЫЕ НОВОГОДНИЕ ВЫХОДНЫЕ

В 2026 году новогодние каникулы россиян продлятся рекордно долго – отдыхать мы будем целых 12 дней. Об этом свидетельствует производственный календарь на следующий год.

В подписанном постановлении о праздничных и выходных днях отмечается, что граждане будут отдыхать с 31 декабря 2025 года по 11 января 2026 года. Поскольку праздничные нерабочие дни 3 и 4 января выпадают на субботу и воскресенье, правительство решило перенести их на четверг, 31 декабря, и пятницу, 9 января.

Всего в следующем году россияне, работающие по пятидневной рабочей неделе, будут трудиться 247 дней. Выходных и праздничных дней, в том числе сокращенных на час, будет 118.

Уважаемые подписчики «Кавказской недели»! Доводим до вашего сведения, что по вопросам доставки газеты следует обращаться в почтамты вашего населенного пункта или в Управление Федеральной почтовой связи по Ставропольскому краю.



4 607023 490113



25042

## ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВО

# НОВОВВЕДЕНИЯ – ОКТЯБРЬ 2025

Продолжение. Начало в №40, 41

### ЛЬГОТЫ ДЛЯ БЕСПИЛОТНОЙ АВИАЦИИ

С 1 октября начали действовать новые налоговые послабления для сферы беспилотной авиации. Теперь при ввозе в Россию двигателей, запасных частей и комплектующих для беспилотных гражданских воздушных судов (БВС) массой от 0,15 до 30 кг не придется платить НДС. Льгота распространяется также на печатные издания и опытные образцы, которые используются при разработке, создании или испытании подобных аппаратов.

Помимо этого, устанавливается нулевая ставка НДС при реализации в странах ЕАЭС беспилотных гражданских воздушных судов указанной массы. Данная мера будет действовать до 31 декабря 2027 года.

### НОВЫЕ ПРАВИЛА МОНИТОРИНГА КАЧЕСТВА УХОДА ЗА ДЕТЬМИ-ИНВАЛИДАМИ

С 9 октября Социальный фонд РФ начнет осуществлять мониторинг качества ухода за детьми-инвалидами в возрасте до 18 лет и взрослыми инвалидами с детства 1 группы. Посредством единого портала «Госуслуги» органы СФР будут проводить систематические опросы (не реже одного раза в полгода).

Если будет установлена неудовлетворенность качеством и объемом ухода, указанным лицам будут разъяснять их право на отказ путем подачи соответствующего заявления в СФР (постановление правительства РФ от 09.04.2025 №472).

Напомним, что гражданину, осуществляющему уход за такими людьми, положена ежемесячная выплата в размере 10 950 рублей, которая была проиндексирована с февраля 2025 года.

### ИПОТЕКА ЧЕРЕЗ РЕГИОНАЛЬНЫЕ МФО

С 22 октября региональные микрофинансовые организации (МФО), полностью принадлежащие субъекту РФ, смогут выдавать ипотечные кредиты. Однако речь идет исключительно о госпрограммах – то есть таких кредитов будет меньше, а условия строго регламентированы. В качестве залога будет выступать приобретаемая недвижимость, а контроль за деятельностью МФО будет осуществлять Банк России, который также опубликует реестр разрешенных организаций.

Пока действуют привычные программы субсидируемой ипотеки через банки, региональные власти сохраняют возмож-

ность сотрудничать с ними. Новый закон предоставляет право государственным МФО заниматься льготной ипотекой, но не обязывает их это делать.

На первый взгляд, это решение выглядит привлекательным для региональных бюджетов. Процентные доходы от выданных кредитов будут поступать в государственные МФО, а значит, частично компенсировать расходы на субсидии. Сегодня прибыль получают банки, а вскоре эти деньги могут оставаться внутри региона. Для местных властей это, безусловно, плюс: госбюджет получает дополнительный доход, а контроль за расходами становится прозрачнее.

Однако есть и обратная сторона. Если региональные власти начнут полностью переключаться на работу с МФО, граждане рискуют потерять свободу выбора кредитной организации. Сейчас в случае отказа одного банка заемщик может обратиться в другой – требования к заемщикам отличаются, и шансы получить ипотеку повышаются. В ситуации с единственным государственным МФО такой возможности не будет: заявка одобрена – хорошо, не одобрена – альтернативы нет.

### СТРАХОВАНИЕ БАНКОВСКИХ ВКЛАДОВ: ОПЕРАЦИИ СТАЛИ БОЛЕЕ ПРОЗРАЧНЫМИ

С 30 октября вступает в силу новый закон, который в два раза повышает размер страхового возмещения по рублевым вкладам, удостоверенным сберегательными сертификатами и размещенными на срок более трех лет. Максимальная сумма возмещения для таких вкладов теперь составит 2,8 млн рублей. Для всех остальных видов лимит остается прежним – 1,4 млн рублей (Федеральный закон от 31.07.2025 №347-ФЗ).

Помимо этого, Центробанк России опубликовал методические рекомендации для банков, в которых обращает внимание на вкладчиков, размещающих на счетах суммы, существенно превышающие их среднемесячный доход. В таких случаях банки должны запрашивать у клиентов документы, подтверждающие источники средств (методические рекомендации от 09.09.2025 №11-МР).

Данные меры направлены на повышение прозрачности операций и защиту вкладчиков, а также помогают банкам более внимательно оценивать риски при размещении крупных сумм.

Использованы материалы [www.iz.ru](http://www.iz.ru)

**РЕМОНТ** мягкой мебели, замена ткани, пружин, поролона. Выезд по КМВ.  
**Тел. 8-905-449-59-98.** РЕКЛАМА

**Установка дверей, замена замков.**  
**Тел. 8-928-318-69-48.** РЕКЛАМА

**ИЩУ РАБОТУ** по выполнению крыши, навесов, заборов, сварки, кладки, стяжки, бетона, тротуарной плитки, малярки, электрики, водопровода, сантехники, выгребных ям, перебазировок окон ПВХ. Большой опыт.  
**Тел. 8-961-496-15-36.** РЕКЛАМА

**РЕКЛАМА в «КН»: тел. 8 (87922) 6-25-76**

## ВАША ЗАЩИТА

### БАГАЖ ПОТЯЖЕЛЕЛ

Авиакомпания «Победа» с 9 сентября 2025 года увеличила габариты ручной клади до 15x36x30 см, также теперь она не ограничена по весу, сообщается в Telegram-канале перевозчика. Ранее нормы для ручной клади составляли 4x36x30 см при весе не более пяти кг.

В июне «Российская газета» писала о том, что судебным решением «Победа» обязали увеличить габариты бесплатно провозимой ручной клади. Московская межрегиональная транспортная прокуратура тогда указывала, что размеры ручной клади были сокращены до ширины 4 сантиметра, что фактически не позволяло провозить находящиеся при пассажирах вещи. При этом в Федеральных авиационных правилах (ФАП) минимальные параметры не оговорены, авиакомпании вправе устанавливать их самостоятельно.

Теперь «Победа» разрешает взять с собой на борт без доплаты товары из магазинов duty free, упакованные в запечатанный (опломбированный) пластиковый пакет (габаритами не более 24x32x10 см), ноутбук в мягком чехле, зонт-трость, букет цветов, верхнюю одежду, один костюм в портфеле, питание для ребенка, лекарства, роллаторы, складное кресло-коляску, костили, трости, ходунки.

Лоукостеры, по мнению экспертов, больше подходят деловым людям, которые часто летают на переговоры в рамках одного дня. Им не нужно брать с собой много вещей. Остальным лучше выбирать перевозчиков с большими габаритами ручной клади.

### ОПАСНАЯ ОПЕРАЦИЯ

#### За передачу своей банковской карты введена уголовная ответственность

Теперь если молодой или не очень молодой человек отдаст свою карту мошенникам или позволит аферистам перекинуть через свой счет крупную сумму, то сам сядет на скамью подсудимых. Причем любитель «легких» денег должен понимать: его поймать проще и быстрее, чем самих аферистов. Так что он сядет с гарантией. И будет отвечать, что называется, на все деньги. Если других мошенников не найдут, то именно он будет возмещать весь ущерб несчастной жертве. Таковы новые правила, об этом сообщила «Российская газета».

Как подчеркивал ранее председатель Государственной Думы Вячеслав Володин, разработанные меры дополняют систему норм, направленных на противодействие кибермошенникам, действующим через цепочку соучастников.

В свою очередь, председатель Комитета Госдумы по государственному строительству и законодательству Павел Крашенинников пояснил «РГ», что вводимые запреты позволят привлекать к уголовной ответственности тех держателей электронных средств платежей, которые из корыстной заинтересованности передают свои счета или банковские карты третьим лицам. Либо самостоятельно осуществляют неправомерные операции с использованием своих средств платежей.

Причем даже за снятие денег из банкомата по просьбе мошенников будет положено наказание.

Исходя из того, что в преступную деятельность легче вовлечь несовершеннолетних, не всегда сознавших опасность совершаемых действий, внесены изменения и в Гражданский кодекс. Они устана-

вивают необходимость получения согласия родителей для открытия несовершеннолетним детям (от 14 до 18 лет) банковского счета. У «Аэрофлота», к примеру, параметры ручной клади составляют 55x40x25 (длина/ширина/высота) см, вес для тарифов «эконом» и «комфорт» – до 10 кг, «бизнес» – до 15 кг. Сверх нормы бесплатно можно взять с собой рюкзак (весом не более 5 кг и габаритами по сумме трех измерений не более 80 см), дамскую сумку или портфель, букет цветов, верхнюю одежду, зонт-трость и ряд других вещей. При этом товары, купленные в магазинах беспошлиновой торговли и упакованные в пластиковый пакет, могут иметь габариты (по сумме трех измерений) не более 115 см.

В S7 Airlines нормы близки к «аэрофлотским». В эконом-классе можно бесплатно провозить кладь весом до 10 кг, в бизнес-классе – до 15 кг. Бесплатно можно взять на выбор: чемодан или сумку не больше 55x40x23 см (в эти габариты нужно уместить всю ручную кладь с учетом размеров колес) либо один музыкальный инструмент не больше 90x40x23 см. В дополнение разрешается взять дамскую сумку, портфель или рюкзак (допускается вес до 5 кг и размер до 75 см по сумме длины, ширины и высоты).

«Уральские авиалинии» установили габариты ручной клади, не превышающие: 55 см в длину, 40 см в высоту и 20 см в ширину. Вес клади в эконом-классе должен составлять до 10 кг, в бизнес-классе – до 15 кг.

### ЧТО МОЖНО ВЫНЕСТИ НА КОНТЕЙНЕРНУЮ ПЛОЩАДКУ

Даже через 6,5 лет реформы сферы обращения с отходами и активной раздельной работы остаются граждане, которые по-прежнему уверены: выбрасывать на контейнерные площадки можно любой мусор. Региональный оператор «ЖКХ» напоминает: не всё имеет право находиться на площадках для твердых коммунальных отходов.

Образцовые контейнерные площадки пока еще редкость. Как правило, ухоженнаяплощадка является общедомовой собственностью МКД. Порядок на ней и на прилегающей территории поддерживается усилиями неравнодушного актива собственников и деятельности управляемой компанией. Ни строительный мусор, ни порубочные остатки, ни автопокрышки на территории не задерживаются.

Совершенно иная картина на общих площадках, которыми пользуется несколько улиц частной или смешанной застройки. Когда на вынесенную мебель у баков хаотично добавляются навалы травы, спilledенные ветки и стройматериалы, место накопления для ТКО превращается в стихийную свалку.

Действующим законодательством определено, что к крупногабаритным отходам (КГО) отнесены вышедшая изупотребления мебель, старая бытовая техника, электро-приборы и другие предметы домашнего обихода. К примеру, в разряд КГО входят ковровые покрытия, зеркала, спортивный инвентарь, комнатные растения. Причислены к этому понятию остатки от косметического ремонта: куски обоев, плинтуса, сантехника, оконные и дверные блоки.

Оставлять габаритные предметы обихода необходимо на оборудованных местах для КГО или в специальных отсеках контейнерных площадок. Если в жилом районе практикуется бескарный сбор бытовых

отходов, и площадки отсутствуют, проконсультироваться можно в абонентском отделе регоператора. Специалисты соединят со службой вывоза.

Потребители должны знать: сбор крупногабаритных отходов с площадок осуществляется раз в неделю, погрузка производится в специальную бортовую технику вручную. Крупные предметы мебели перед выбросом следут разобрать – вынести будет проще, КГО с площадки увезут быстрее, рядом с контейнерами останется чисто.

Не входят в зону ответственности региональных операторов строительные и древесно-растительные отходы. К первым относятся обломки кирпича и бетона, арматура, элементы конструкции зданий, цемент, фрагменты труб, кровли и прочее. Ко вторым – спilledенные ветки, выкорчеванные, удаленные деревья и кустарники, навалы травы, а также автопокрышки. Они не являются твердыми коммунальными отходами (в т.ч. КГО), соответственно, они не учтены в нормативах накопления ТКО и не включены в тариф на коммунальную услугу. Кроме того, крайне затруднительно погрузить большинство этих отходов вручную либо выбрать из-под навалов то, что отнесено к крупногабаритным отходам.

Напомним, тот, кто произвел отходы, не являющиеся твердыми коммунальными, обязан самостоятельно организовать вывоз, то есть, привлечь на договорной основе компанию, допущенную к такой деятельности.

Пресс-служба РО ООО «ЖКХ»

## ПРОИСШЕСТВИЯ

### ПРЕСЕЧЕНА КОНТРАБАНДА ЗОЛОТА

Лом золотого металла на сумму 5,5 млн рублей не дали вывезти в Армению 22-летней россиянке, которую остановили в рамках оперативно-разыскных мероприятий, об этом сообщила пресс-служба Северо-Кавказского таможенного управления.

В ручной клади пассажирки обнаружили цепочки, кольца и детали от ювелирных изделий общим весом 1 кг. Женщина пояснила, что товар везла для изготовления украшений.

Экспертиза подтвердила, что это лом ювелирных изделий и отходы от их производства, которые содержат 650 г чистого золота.

Возбуждено уголовное дело по ч. 1 ст. 226.1 УК РФ (контрабанда стратегически

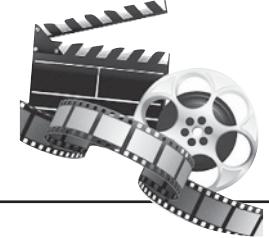
важных ресурсов). Нарушительнице грозит наказание в виде лишения свободы на срок до 5 лет либо штраф до 1 млн рублей.

Мероприятие проведено совместно с Пограничным управлением ФСБ России по Кабардино-Балкарской Республике.

Справочно: Постановлением Правительства РФ от 28 мая 2025 года №744 введен временный запрет на вывоз из Российской Федерации отходов и лома драгоценных металлов.

ДОМАШНИЙ	ТВЦ		СТС		ТНТ		ТВ 3		МАТЧ!		ЗВЕЗДА	
	СОБЫТИЯ	ФИЛЬМЫ	СОБЫТИЯ	ФИЛЬМЫ	СОБЫТИЯ	ФИЛЬМЫ	СОБЫТИЯ	ФИЛЬМЫ	СОБЫТИЯ	ФИЛЬМЫ	СОБЫТИЯ	ФИЛЬМЫ
6.30, 5.20 По делам несовершеннолетних 16+ 7.15, 4.30 Давай разведемся! 16+ 8.15, 2.35 Тест на отцовство 16+ 10.30, 23.15 Д/с «Понять. Простить» 16+ 11.35, 0.20 Д/с «Порча» 16+ 12.45, 1.15 Д/с «Знахарка» 16+ 13.20, 1.40 Д/с «Верну любимого» 16+ 13.55, 2.10 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+ 14.30 Х/ф «СЖЕЧЬ ВСЕ И НАЧАТЬ ЗАНОВО» 16+ 19.00 Х/ф «ЛЮБОВНАЯ СДЕЛКА» 16+ 4.15 «6 кадров» 16+	6.00 «Настроение» 8.15 «Смех, дрожь и видео» 16+ 8.50 Х/ф «ЗОЛОТАЯ КРОВЬ. ЧЕРНЫЙ ОРЛОВ» 12+ 10.50, 0.30 «Петровка, 38» 16+ 11.00 «Городское собрание» 12+ 11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События 11.50 Т/с «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ» 16+ 13.45, 5.10 «Мой герой» 12+ 14.50 Город новостей 15.05, 2.45 Х/ф «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА» 12+ 17.15 «Фактор безопасности» 12+ 18.10 Х/ф «МОИ ЗВЕРИ» 16+ 22.35 Спецрепортаж 16+ 23.05 «Знак качества» 16+ 0.00 События. 25-й час 0.45, 1.25, 4.30 Документальные фильмы 16+ 2.05 Прощание 16+ 5.40 «Москва резиновая» 16+	6.00 М/с «Маша и медведь» 0+ 8.30 Т/с «ПАПИНЫ ДОЧКИ» 16+ 11.00 Т/с «КУЗНЕЦОВЫ ТВ» 16+ 14.45 Остров сокровищ. Знаки судьбы 16+ 16.55 Прятки 16+ 18.00, 18.30, 19.00, 1.50 Т/с «САНКЦИОНЕР» 16+ 19.30 Х/ф «ФЛЕШБЭК» 16+ 21.50 Х/ф «ЧАРЛИ-ПУЛЯ» 16+ 23.40 Х/ф «ШПИОН, КОТОРОГО НЕ БЫЛО» 16+ 3.05 Т/с «КУХНЯ» 12+ 4.45 М/с «Три кота» 0+	7.00, 6.00 «Утро ТНТ»-2025 16+ 8.00, 3.45, 4.35, 5.20 «Однажды в России» 16+ 9.00 «Звезды в джунглях» 16+ 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30 Т/с «ИНТЕРНЫ» 16+ 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/с «ОЛДСКУЛ» 16+ 20.00, 21.00, 22.00 Т/с «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» 16+ 20.55, 21.25, 21.50, 22.20 Т/с «ПРАЗДНИКИ» 16+ 22.50 Х/ф «Я НА ПЕРЕМОТКЕ!» 12+ 0.40 Х/ф «ТАНЦУЙ, СЕЛЕДКА!» 16+ 2.20 Х/ф «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ТВЕРЬ» 18+	6.00, 5.30 Мультфильмы 0+ 8.00 «Леди Баг и Супер-Кот» 6+ 9.00 «Однажды в джунглях» 16+ 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30 Т/с «СЛЕПАЯ» 16+ 18.00, 19.00 Т/с «РОНИН» 16+ 20.00, 21.00, 22.00 Т/с «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» 16+ 21.25, 23.45 Все на Матч! 21.40 Футбол. «Кремонезе» - «Удинезе». Чемпионат Италии 1.00 Футбол. МИР Российской Премьер-Лига. Обзор тура 6+ 2.00 Стрельба из лука. Кубок мира. Финал. Блочный лук 6+ 3.55 Новости 0+ 4.00 Плавание. Кубок мира 6+	6.00 Профилактика 0+ 10.00, 12.25 Новости 0+ 10.05 Футбол. Чемпионат мира. Молодежные сборные. Финал 6+ 12.05 Специальный репортаж 12+ 12.30 Есть тема! 13.55, 17.55 Художественная гимнастика. Альфа-Банк Кубок сильнейших. Финал 16.20 Громко 18.50 Хоккей. «Динамо» (Москва) - «Локомотив» (Ярославль). Фонбет Чемпионат КХЛ 21.40 Футбол. «Кремонезе» - «Удинезе». Чемпионат Италии 1.00 Футбол. МИР Российской Премьер-Лига. Обзор тура 6+ 2.00 Стрельба из лука. Кубок мира. Финал. Блочный лук 6+ 3.55 Новости 0+ 4.00 Плавание. Кубок мира 6+	5.30 Х/ф «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ» 16+ 7.00 Сегодня утром 12+ 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+ 9.15, 21.00 «Открытый эфир» 16+ 11.00 Д/с «Оружие холодной войны» 16+ 11.50 Д/с «Москва - фронт» 16+ 12.05, 13.25, 23.15 Х/ф «ФРОНТ В ТЫЛУ ВРАГА» 12+ 14.10, 15.05, 17.15, 3.45 Т/с «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. СЕВЕРНЫЙ ФРОНТ» 16+ 15.00 Военные новости 16+ 18.50 Спецрепортаж 16+ 19.55 «По горячим следам» 16+ 20.10 Скрытые угрозы 16+ 22.45 Между тем 12+ 0.50 Х/ф «ЖАЖДА» 12+ 2.05 Х/ф «БЕСПОКОЙНОЕ ХОЗЯЙСТВО» 12+ 3.30 Д/с «Победоносцы» 16+						
6.30, 5.30 По делам несовершеннолетних 16+ 7.10, 4.40 Давай разведемся! 16+ 8.10, 2.35 Тест на отцовство 16+ 10.30, 23.15 Д/с «Понять. Простить» 16+ 11.35, 0.20 Д/с «Порча» 16+ 12.50, 1.15 Д/с «Знахарка» 16+ 13.25, 1.40 Д/с «Верну любимого» 16+ 14.00, 2.10 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+ 14.35 Х/ф «ТОЛЬКО ПОЛЮБИ» 16+ 19.00 Х/ф «РАДИ НАС С ТОБОЙ» 16+ 4.15 «6 кадров» 16+	6.00 «Настроение» 8.15 «Доктор И...» 16+ 8.40 Х/ф «ЗОЛОТАЯ КРОВЬ. ГРАДУС СМЕРТИ» 12+ 10.40 Д/ф «Никита Михалков. Что вы обомнизнаете» 16+ 11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События 11.50 Т/с «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ» 16+ 13.45, 5.05 «Мой герой» 12+ 14.50 Город новостей 15.05, 2.45 Х/ф «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА» 12+ 17.05 Д/ф «Актерские драмы. Красота как приговор» 16+ 18.10 Х/ф «МОИ ЗВЕРИ-2» 16+ 22.35 «Закон и порядок» 16+ 23.05 Д/ф «Лидия Смирнова. Интимный дневник» 16+ 0.00 События. 25-й час 0.30 «Петровка, 38» 16+ 0.45, 1.25, 4.25 Документальные фильмы 12+ 2.05 Хроники московского быта 16+ 5.40 «Москва резиновая» 16+	6.00 М/с «Маша и медведь» 0+ 8.00 Т/с «ПАПИНЫ ДОЧКИ» 16+ 11.00 Т/с «КУЗНЕЦОВЫ ТВ» 16+ 14.25 Х/ф «ЖДУН» 6+ 16.20, 18.00, 18.30, 1.25 Т/с «САНКЦИОНЕР» 16+ 19.00 Х/ф «КЛИНЕР» 16+ 20.55 Х/ф «СПЯЩИЕ ПСЫ» 16+ 23.05 Х/ф «ТЕРРИТОРИЯ ЗЛА» 18+ 2.10 Т/с «КУХНЯ» 12+ 5.00 М/с «Три кота» 0+	7.00, 6.00 «Утро ТНТ»-2025 16+ 8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30 Т/с «ИНТЕРНЫ» 16+ 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/с «ОЛДСКУЛ» 16+ 21.00, 21.30, 22.00, 22.30 Т/с «ПРАЗДНИКИ» 16+ 23.00 Х/ф «БУЛКИ» 18+ 1.05 Х/ф «НЕПОСЛУШНАЯ» 18+ 2.50 Х/ф «Я НА ПЕРЕМОТКЕ!» 12+ 4.15, 5.00, 5.45 «Однажды в России» 16+	6.00, 5.15 Мультфильмы 0+ 8.00 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+ 9.00 «Однажды в джунглях» 16+ 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30 Т/с «СЛЕПАЯ» 16+ 18.00, 19.00 Т/с «РОНИН» 16+ 20.00, 21.00, 22.00 Т/с «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» 16+ 21.00, 21.30, 22.00, 22.30 Т/с «ПРАЗДНИКИ» 16+ 23.00 Х/ф «КОРАБЛЬ ПРИЗРАКОВ» 18+ 1.30, 2.15, 3.00, 3.45, 4.30 Т/с «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ» 16+	6.00 Футбол. МИР Российской Премьер-Лига. Обзор тура 6+ 7.00, 9.00, 13.35 Новости 0+ 7.05, 17.15, 22.30 Все на Матч! 9.05 Специальный репортаж 12+ 9.25, 1.00 «Эволюция спорта» 12+ 9.55, 15.25 Художественная гимнастика. Альфа-Банк Кубок сильнейших. Финал 13.40 Есть тема! 14.55 География спорта 12+ 17.45 Футбол. «Динамо» (Махачкала) - «Спартак» (Москва). Fonbet Кубок России 20.00 Футбол. ЦСКА - «Акрон» (Тольятти). Fonbet Кубок России 0.00 Смешанные единоборства. А.-А. Абдулвахабов - А. Багов. ACA 16+ 2.00 Стрельба из лука. Кубок мира. Финал. Классический лук 6+ 3.55 Новости 0+ 4.00 Баскетбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Уралмаш» (Екатеринбург). Единая лига ВТБ 6+ 15.40 Есть тема!	5.25, 14.10, 15.05, 17.15, 3.50 Т/с «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. СЕВЕРНЫЙ ФРОНТ» 16+ 7.00 Сегодня утром 12+ 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+ 9.15, 21.00 «Открытый эфир» 16+ 11.00 Д/с «Оружие холодной войны» 16+ 11.50, 19.55 «По горячим следам» 16+ 12.05, 13.25, 23.15 Х/ф «ФРОНТ В ТЫЛУ ВРАГА» 12+ 15.00 Военные новости 16+ 18.50 Спецрепортаж 16+ 20.10 Д/с «Улица из прошлого» 16+ 22.45 Между тем 12+ 0.55 Х/ф «ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ» 12+ 2.10 Х/ф «ЖАЖДА» 12+ 3.25 Д/с «Хроника Победы» 16+						
6.30, 5.15 По делам несовершеннолетних 16+ 7.25, 4.25 Давай разведемся! 16+ 8.25, 2.30 Тест на отцовство 16+ 10.40, 23.10 Д/с «Понять. Простить» 16+ 11.45, 0.15 Д/с «Порча» 16+ 12.55, 1.10 Д/с «Знахарка» 16+ 13.30, 1.35 Д/с «Верну любимого» 16+ 14.05, 2.05 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+ 14.40 Х/ф «ОНА, ОН И ОНА» 16+ 19.00 Х/ф «ТАЛИСМАН ДЛЯ ЗОЛОТОЙ РЫБКИ» 16+ 4.10 «6 кадров» 16+	6.00 «Настроение» 8.15 «Доктор И...» 16+ 8.40 Х/ф «ЗОЛОТАЯ КРОВЬ. ЧЕРТОЛЬЕ» 12+ 10.40 Д/ф «Закулисные войны. Цирк» 16+ 11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События 11.50 Т/с «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ» 16+ 13.45, 5.00 «Мой герой» 12+ 14.50 Город новостей 15.05, 2.50 Х/ф «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА. ЧЕРНЫЙ КОТ» 12+ 17.00, 2.10, 4.20 Документальные фильмы 16+ 18.10 Х/ф «МОИ ЗВЕРИ-3» 16+ 22.35 «Хватит слухов!» 16+ 23.05 Прощание 16+ 0.00 События. 25-й час 0.30 «Петровка, 38» 16+ 0.45 Хроники московского быта 16+ 1.25 «Знак качества» 16+ 5.30 Д/с «Актерские судьбы» 16+	6.00 М/с «Маша и медведь» 0+ 8.30 Т/с «ПАПИНЫ ДОЧКИ» 16+ 11.00 Т/с «КУЗНЕЦОВЫ ТВ» 16+ 14.00 Х/ф «НАЕМНИК» 16+ 21.05 Х/ф «ПОСЛЕДНИЙ НАЕМНИК» 16+ 23.10 Х/ф «ОН - ЭТО ПУЛЯ» 18+ 2.20 Премьера. Кино в деталях с Федором Бондарчуком 18+ 3.10 Х/ф «ПУТЬ ВОИНА» 16+ 3.10 Т/с «КУХНЯ» 12+ 5.10 М/с «Три кота» 0+	7.00, 6.00 «Утро ТНТ»-2025 16+ 8.00 «Кто куда» 16+ 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30 Т/с «ИНТЕРНЫ» 16+ 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/с «ОЛДСКУЛ» 16+ 21.00, 21.30, 22.00, 22.30 Т/с «ПРАЗДНИКИ» 16+ 23.00 Х/ф «САДОВНИК» 18+ 1.15 Х/ф «ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ» 16+ 3.10 Х/ф «ПУТЬ ВОИНА» 16+ 4.35, 5.25 «Однажды в России» 16+	6.00 Мультфильмы 0+ 8.00 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+ 9.00 «Однажды в джунглях» 16+ 12.35 Спецрепортаж 12+ 9.25, 1.00 «Эволюция спорта» 12+ 10.30 Профессиональный бокс 16+ 13.00 Есть тема! 14.25 «Вид сверху» 12+ 14.55 Волейбол. «Локомотив» (Новосибирск) - «Динамо-Урал» (Уфа). Чемпионат России. Суперлига. Мужчины 17.30 Футбол. «Динамо» (Москва) - «Крылья Советов» (Самара). Fonbet Кубок России 20.15 Футбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Оренбург». Fonbet Кубок России 0.00 Смешанные единоборства. С. Павлович - А. Волков. UFC 16+ 2.00 Триатлон. Мировая серия. Финал. Женщины 6+ 3.55 Новости 0+ 4.00 Дзюдо. Мировой тур. Гран-при 12+	6.00 «Тайны звезд спорта» 12+ 6.30 География спорта 12+ 7.00, 9.00, 12.55 Новости 0+ 7.05, 11.30, 16.55, 22.30 Все на Матч! 9.05, 12.35 Спецрепортаж 12+ 9.25, 1.00 «Эволюция спорта»							

1	РОССИЯ   1	РОССИЯ   K	НТВ	ОТР	5 Санкт-Петербург	
<b>Обращаем ваше внимание: телеканалы могут вносить изменения в сетку вещания. Редакция за изменения в программе ответственности не несет.</b>						
<b>ПЯТНИЦА - 24 ОКТЯБРЯ</b>	<b>6.00 Доброе утро</b> 9.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами) 16+ 9.20 «Модный приговор» 0+ 10.10 «Жить здорово!» 16+ 11.00, 12.15 «Время покажет» 16+ 14.00, 17.00 «Большая игра» 16+ 15.15 «Давай поженимся!» 16+ 16.05 «Мужское / Женское» 16+ 18.00 Вечерние Новости (с субтитрами) 16+ 18.40 Человек и закон 16+ 19.45 «Поле чудес» 16+ 21.00 «Время» 16+ 21.45 «Голос. Дети». Новый сезон 0+ 23.25 Д/ф «Меня зовут Альфред Хичкок» 18+ 1.35 ПОДКАСТЛАБ 16+	<b>5.00 Утро России</b> 9.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 Вести 16+ 9.30 Местное время 16+ 9.55 О самом главном 12+ 11.30, 21.10 Вести. Местное время 16+ 12.00, 18.00 «60 минут» 12+ 14.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+ 17.00 Прямой эфир 16+ 21.30 «Ну-ка, все вместе!» 12+ 23.55 «Истории Большой Страны» 12+ 0.55 X/f «ИСКУШЕНИЕ НАСЛЕДСТВОМ» 12+	<b>6.30 Диалоги о животных</b> 7.30, 13.15, 0.15 Д/ф «Акрополь: секреты древней цитадели» <b>8.25 X/f «ПРИМИТЕ ВЫЗОВ, СИНЬОРЫ!»</b> 9.30, 19.00 Д/с «Строгановка. 200 лет пути к совершенству» 10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 0.00 Новости культуры 10.15 Шедевры старого кино 11.15, 1.10 «XX век» 12.45 Открытая книга 14.10 X/f «БЕЗ СВИДЕТЕЛЕЙ» 15.45 «Энigma» 16.30 Письма из провинции 17.15 Мастера концертной сцены 18.20 «Царская ложа» 19.45 Главная роль 20.05 «Правила жизни» 20.30 Линия жизни 21.25 X/f «ДЕВИЧИЙ ЗАГОВОР» 23.00 «Театр Михаила Чехова» 2.30 М/ф «Контакт». «Балерина на корабле»	<b>5.00, 11.05 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ»</b> 16+ 6.30 «Утро. Самое лучшее» 16+ 8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Сегодня» 8.25 Д/с «Мои университеты. Будущее за настоящим» 6+ 9.25, 10.35 «Следствие вели...» 16+ 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «Место встречи» 16.45 «ДНК» 16+ 17.55 «Жди меня» 12+ 20.00 Т/с «ВАСЬКА» 16+ 22.15 Т/с «РЕАЛИЗАЦИЯ» 16+ 0.20 Своя правда 16+ 2.10 «Захар Прилепин. Уроки русского» 12+ 2.40 «Квартирный вопрос» 0+ 3.30 X/f «ПРИГОВОРЕННЫЙ» 12+	<b>6.00, 8.30, 17.30 Новости 16+</b> 6.30, 17.45 Прямой эфир 16+ 7.00, 17.00 Актуальное интервью 12+ 7.30, 18.15 Око государева 16+ 7.45 За здоровье 16+ 8.45 Дзержинского, 102 16+ 9.00, 9.30, 10.00, 10.50, 12.00, 13.00, 15.00, 20.00 Новости 16+ 9.05, 9.35, 10.05 ОТРАжение 12+ 11.00 «Человек и судьба» 12+ 11.25 «Почитаем!» 16+ 11.45 «Нескучное дело» 12+ 12.05, 13.10 ОТРАжение 12+ 15.15 Т/с «ВИЗИТ К МИНОТАВРУ» 12+ 16.30 Д/ф «Дети Коминтерна» 12+ 18.30 А что там есть 16+ 20.15 Календарь 6+ 20.45 X/f «УТОМЛЕННЫЕ СОЛНЦЕМ» 16+ 23.05 X/f «ОДНАЖДЫ» 18+ 0.40 X/f «ТАКСИ» 12+ 2.05 X/f «ЮЛИЙ ЦЕЗАРЬ» 16+ 5.05 «Большая страна». Спецпроект ОТР «На благо Отечества» 12+	<b>5.00, 9.00, 13.00, 17.00 Известия 16+</b> 5.25, 5.40, 6.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3» 16+ 7.00 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-7» 16+ 7.45, 9.30, 9.35, 10.25, 11.20, 12.05 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6» 16+ 8.30 Ваше здоровье! 12+ 13.30, 14.20, 15.10, 16.00, 16.45, 17.30, 18.05, 19.00, 19.50, 20.40, 21.30, 22.20 Т/с «СЛЕД» 16+ 23.10 Светская хроника 16+ 0.10, 1.00 Они потрясли мир 16+ 1.50, 2.30, 3.10, 3.55, 4.35 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3» 16+



**ДЕЛАЙТЕ БИЗНЕС С НАМИ!**  
Отдел рекламы «Кавказской недели»,  
тел.: 8 (87922) 6-25-76, 6-24-46 (доб. 1);  
e-mail: nedelya@kmv.ru

<b>ВОСКРЕСЕНЬЕ - 26 ОКТЯБРЯ</b>	<b>6.00 Новости 16+</b> 6.10 Играй, гармонь любимиа! 12+ 6.55 «Часовой» 12+ 7.25 «Здоровье» 16+ 8.30 М/ф «Золотая коллекция Союзмультфильма» 0+ 9.10 Непутевые заметки 12+ 9.30 «Мечталлион» 12+ 10.00, 12.00 Новости (с субтитрами) 16+ 10.15 «Жизнь своих» 12+ 11.05 «Повара на колесах» 12+ 12.15 X/f «НЕОКОНЧЕННАЯ ПЬЕСА ДЛЯ МЕХАНИЧЕСКОГО ПИАНИНО» 12+ 14.10 «Горячий лед» 0+ <b>15.10 X/f «УТОМЛЕННЫЕ СОЛНЦЕМ» 12+</b> 18.00 Вечерние Новости (с субтитрами) 16+ 19.00 «Две звезды». Семейный подряд 12+ 21.00 «Время» 16+ 23.00 Т/с «ОПАСНАЯ БЛИЗОСТЬ» 18+ 0.00 ПОДКАСТЛАБ 16+	<b>5.20, 1.40 X/f «ЖЕНА МОЕГО МУЖА»</b> 12+ 7.20 «В кругу друзей» 8.00 Местное время. Воскресенье 8.35 «Когда все дома» 9.25 Утренняя почта 10.10 Сто к одному 11.00, 14.00, 17.00 Вести 16+ 11.30 «Наши. Военкоры» 12+ 12.00 «Доктор Мясников» 12+ 13.00 Судьба человека 12+ 14.30 Вести. Местное время 16+ 15.00 «Парод юмора» 16+ 17.50 «Песни от всей души» 12+ 20.00 Вести недели 22.30 Москва. Кремль. Путин 23.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым 12+	<b>6.30 М/ф «Три толстяка»</b> 7.15 X/f «НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ ИЗ ЖИЗНИ И. И. ОБЛОМОВА» 9.30, 1.45 Диалоги о животных 10.15 Больше, чем любовь 10.55 X/f «ТИХОНИЯ» 12.10 Неизвестные маршруты России 12.50 Д/с «Невский ковчег. Теория невозможного» 13.20 Игра в бисер <b>14.05 X/f «ГОЛУБЫЕ ДОРОГИ»</b> 15.30 Д/ф «Саперы» 16.30 «Картина мира» 17.40 «Романтика романса» 18.35 Д/ф «Эрнест Бо. Император русской парфюмерии» 19.30, 19.45 Новости культуры <b>20.25 X/f «ИСТОРИЯ НЕПОЛУЧИВШЕГОСЯ ФИЛЬМА»</b> 22.00 X/f «РАСКАЛЕННЫЙ АСФАЛЬТ» 23.45 Кинескоп 0.30 X/f «ЛЕВ ГУРЫЧ СИНИЧКИН» 2.25 М/ф «Кострома». «Лев и 9 гиен». «Загадка Сфинкса»	<b>5.10 X/f «БЕС»</b> 16+ 7.00 «Центральное телевидение» 16+ 8.00, 10.00, 16.00 «Сегодня» 8.20 «У нас выигрывают!» 12+ 10.20 «Первая передача» 16+ 11.00 «Чудо техники» 12+ 12.00 «Дачный ответ» 0+ 13.00 «НашПотребНадзор» 16+ 14.00 «Однажды...» 16+ 15.00 «Своя игра» 0+ 16.20, 3.50 Человек в праве 16+ 17.00 «Следствие вели...» 16+ 18.00 «Новые русские сенсации» 16+ 19.00 «Итоги недели» 6+ 20.20 «Ты супер!» 6+ 23.15 «Звезды сошлись» 16+ 0.50 «Основано на реальных событиях» 16+ 4.20 Т/с «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР» 16+	<b>6.00, 18.30 Я не местная 16+</b> 6.30, 8.30 Актуальное интервью 12+ 7.00, 17.45 Профессия – Родину защищать 16+ 7.15 А что там есть 16+ 7.45, 17.00 За здоровье 16+ 9.00 Календарь 6+ 9.30 Все по-взрослому 6+ 10.30 «На приеме у главного врача» 12+ 11.25, 12.05 X/f «БАЛ» 16+ 12.00, 15.00, 19.00 Новости 16+ 13.20 «Почитаем!» 16+ 13.35 Спецпроект ОТР «Конструкторы будущего. Послесловие» 12+ 14.05 «Большая страна» 12+ 15.05 «Моя история». Вадим Репин 16+ 16.00 Календарь 6+ 16.30 «Свет и тени». Эржебет Батори 16+ 18.00 Итоги на Своем 16+ 19.15 «Клуб главных редакторов» 12+ 20.15 X/f «ПОВОРОТ» 12+ 21.50 X/f «ДВЕ АНГЛИЧАНКИ И «КОНТИНЕНТ» 16+ 0.00 Д/ф «Воспоминания о Павловске» 12+ 0.30 X/f «ГОЛУБОЙ АНГЕЛ» 16+ 2.25 X/f «УТОМЛЕННЫЕ СОЛНЦЕМ» 16+ 4.45 X/f «ПЕРВЫЕ НА ЛУНЕ» 12+	<b>5.00, 5.35, 6.20, 7.00, 7.50, 8.40, 9.30, 10.05, 11.00 X/f «ЗАКОН ТАЙГИ-2»</b> 16+ 9.00 Фирменный рецепт 12+ 12.00, 12.55, 13.45, 14.40, 15.40, 16.35, 17.25, 18.20, 19.15, 20.05, 21.00, 21.55 Т/с «ЭЛЬБРУС» 16+
---------------------------------	--	---	---	---	---	---

## НАЗВАНА САМАЯ ПОЛЕЗНАЯ ДЛЯ СЕРДЦА КАША

В крупах, которые не зря составляют основу рациона многих россиян, помимо углеводов содержатся растительный белок, пищевые волокна, витамины и микроэлементы. При этом нельзя однозначно выделять лучшую и худшую крупу, считают специалисты, так как у каждого продукта свои особенности.

Рассмотрим овсянку, которую медики неслучайно ставят на одну из самых высоких позиций в рейтинге круп. Есть у нее ряд особенностей.

Эндокринологи считают, что овсяная крупа является наиболее полезной для сердца и желудочно-кишечного тракта.

В ней присутствуют ценные пищевые волокна. В частности, она богата бета-глюканами, связывающими холестерин, а также микроэлементами (магнием, фосфором, кальцием, железом, натрием, цинком), витаминами группы В, Е, аминокислотами и антиоксидантами.

Специалисты напоминают, что в овсяных хлопьях содержится меньше полезных веществ, чем в крупе. Однако каша из хлопьев остается диетическим продуктом и положительно влияет на ЖКТ.

Кстати, при сахарном диабете и похудении рекомендуется ис-



пользовать овсяную крупу или хлопья минимально механически обработанные. Такой продукт снижает скорость расщепления и всасывания углеводов. От овсяных хлопьев быстрого приготовления лучше отказаться.

Между тем, не рекомендуется есть овсянку кашу чаще двух-трех

раз в неделю, так как в продукте содержится фитиновая кислота, которая в чрезмерном количестве плохо влияет на усвоение железа, цинка, магния, кальция, считают диетологи.

Использованы материалы «Российской газеты»

### ИМЕНИННИКИ

**14 октября – Покров Пресвятой Владычицы нашей Богородицы и Пристнодевы Марии. Собор Молдавских святых.**

**Икон Божией Матери: Касперовской, Гербовецкой, Браиловской, Люблинской, Псково-Покровской и Барской.**

**15 октября – Священномуученика Киприана, мученицы Иустины и мученика Феоктиста. Блаженного Андрея, Христа ради юродивого. Праведного воина Феодора Ушакова.**

**16 октября – Священномуучеников Дионисия Ареопагита, епископа Афинского. Священномуученика Рустика пресвитера и Елевферия диакона.**

**Трубчевской иконы Божией Матери.**

**17 октября – Обретение мощей святителей Гурия, архиепископа Казанского, и Варсонофия, епископа Тверского.**

### УРОКИ ВЕРЫ



**17 октября – Собор Казанских Святых. Священномуученика Иерофея Афинского.**

**18 октября – Святителей Московских Петра, Феодигноста, Алексия, Киприана, Фотия, Ионы, Геронтия, Иоасафа, Макария, Филиппа, Иова, Еромогена, Тихона, Петра, Филарета, Иннокентия и Макария. Мученицы Харитины Амисийской.**

**19 октября – Апостола Фомы.**

**20 октября – Мучеников Сергия и Вакха. Иконы Божией Матери Псково-Печерской, именуемой «Умиление».**

**21 октября – Преподобной Пелагии Антиохийской. Собор Вятских святых. Иконы Божией Матери «Избавительница от бед» (Ташлинской).**



### Мысли на каждый день года

• «Я пришел призвать не праведников, а грешников к покаянию». Какое утешение для грешников! Но необходимо отстать от грехов и творить одно добро; да и творя добро, все же почитать себя грешником и притом не на языке, а в сердце. Не греши, а все же, как настоящий грешник, кайся и взывай ко Господу о помиловании. Когда будешь так настроен, значит стоишь во истине; коль же скоро поддашься на праведность и станешь считать себя безгрешным, знай, что ты уклоняешься от пути правого и пошел к тем, которым нет спасения. Как совместить исправную жизнь с чувствами грешности – об этом спрашивают только книжники, которые пишут, а не делают; кто идет деятельным путем, для того это ясно до того, что он понять не может, как можно быть тому иначе.

• Видит Господь мать плачущую о смерти сына и милосердует о ней; в другой раз позван был на брак, и сорадовался семейной радости. Этим показал Он, что разделять обычные житейские радости и печали не противно духу Его. Так и делают христиане истинные, благоговейные, со страхом про-

вождающие жизнь свою. Однако, они различают в житейском быту порядки от порядков; ибо в них много вошло такого, на чем не может быть Божия благоволения. Есть обычаи, вызванные страстями и придуманные в удовлетворение их; другими питается одна суетность. В ком есть дух Христов, тот сумеет различить хорошее от дурного: одного он держится, а другое отвергает. Кто делает это со страхом Божиим, того не чуждаются другие, хоть он и не поступает подобно им, ибо он действует всегда в духе любви и снисхождения к немощам братий своих. Только дух ревности меру преходящий колет глаза и производит разлад и разделение. Такой дух никак не может удержаться, чтоб не поучить и не обличить. А тот заботится лишь о том, чтобы себя и семью свою учредить по христиански; в дела же других вмешиваться не считает позволительным, говоря в себе: «кто меня поставил судьею?». Такою тишиной он располагает к себе всех и внушает уважение к тем порядкам, которых держится. Все-указчик же и себя делает нелюбимым и на добрые порядки, которых держится, наводит неодобрение. Смирение в таких случаях нужно, христианское смиренение. Оно источник христианского благородства, умеющего хорошо поступать в данных случаях.

Святитель Феофан Затворник,  
[www.days.pravoslavie.ru](http://www.days.pravoslavie.ru)

## ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЗДОРОВЬЯ



### СИМВОЛ ИММУНИТЕТА

Считается, что витамин С защищает нас от болезней. Чтобы создать запас вещества, мы едим лимоны, пьем апельсиновый сок и глотаем аскорбинку. Есть ли в этом необходимость? Публикуем мнение специалистов.

### ЖЕРТВЫ ЭВОЛЮЦИИ

Почти все животные не нуждаются в дополнительном потреблении данного витамина, так как могут его синтезировать в печени или почках благодаря ферменту L-гулонолактоноксидазе (GULO). Но у человека, обезьяны, морских свинок и некоторых других обитателей планеты фермент не работает из-за генетической мутации. Считается, что наши предки обитали в регионах богатых фруктами и овощами, поэтому естественная выработка витамина стала не нужна. Сформировавшаяся особенность сделала людей зависимыми от его поступления с пищей.

### БЕЗ ПРЕУВЕЛИЧЕНИЙ

Есть мнение, что витамин С защищает от простуды. Исследования показывают, что его регулярный прием не предотвращает ОРВИ, но может немного сократить продолжительность болезни и облегчить симптомы.

Витамин С является антиоксидантом, укрепляет стены сосудов, способствует заживлению ран и участвует в выработке коллагена, необходимого для здоровья кожи и суставов. Говорят, что нутриент помогает при аллергии. Это миф, утверждают медики, вещество не является антигистаминным препаратом, но способно немного снизить воспаление.

**Аскорбиновая кислота – синтетическая форма витамина С, но в натуральных продуктах сопровождается биофлавоноидами, улучшающими усвоение.**

### ДЕФИЦИТНОЕ СОСТОЯНИЕ

В прошлом нехватка витамина С приводила к цинге – опасному заболеванию, от него страдали моряки, не имевшие доступа к свежим продуктам. Сегодня тяжелый дефицит встречается редко, его признаки – быстрая утомляемость, кровоточивость

десен, ломкость сосудов, медленное заживление ран. Симптомы могут проявляться при малом количестве свежих овощей и фруктов в рационе.

### В РАЗУМНЫХ ПРЕДЕЛАХ

Витамин С водорастворим, а значит, его избыток выводится из организма. Но при дозировке более 2000 мг в сутки вероятны расстройство желудка, диарея, а у людей, склонных к образованию камней в почках, может возрастать риск их появления.

Так что большие порции витамина – не лучшая идея.

Суточная норма для взрослого человека – 75-90 мг. Женщинам в период беременности и людям, живущим в условиях стресса, может требоваться чуть больше. Несложно рассчитать необходимую дозировку по формуле: суточная норма = масса тела (кг) x 1,5 мг. Например, если человек весит 70 кг: 70 x 1,5 = 105 мг.

### В ПОИСКАХ ПОЛЬЗЫ

Ошибочно думать, что нутриентом богаты исключительно кислые фрукты. Вот список продуктов с высоким содержанием витамина С (на порцию 100 г):

- Шиповник (свежий) – 650 мг
- Смородина черная – 200 мг
- Облепиха – 200 мг
- Перец болгарский (красный) – 150 мг
- Киви-90 мг
- Апельсины – 60 мг
- Лимоны – 40 мг
- Петрушка – 150 мг
- Капуста брюссельская – 85 мг
- Брокколи – 80 мг
- Клубника – 60 мг
- Картофель (вареный в мундире) – 20 мг

Важно помнить, что витамин С разрушается при длительной термической обработке, поэтому овощи и фрукты лучше есть свежими. Так, в капусте после варки остается до 50% нутриента.

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

## КУЛИНАРНАЯ КНИГА



### ПИРОГ С ШАМПИНЬОНАМИ

- Пшеничная мука – 200 г
- Размягченное сливочное масло – 80 г
- Обезжиренный творог – 350 г
- Шампиньоны – 250 г
- Зеленый лук – 3 стебля
- Чеснок – 1 зубчик
- Петрушка – 1 пучок
- Оливковое масло – 2 ст. л.
- Соль
- Молотый черный перец
- Яйца – 2 шт.
- Побеги соли – 100 г

Из муки, 1/2 ч. л. соли и сливочного масла вымесить крошки. Добавить 100 г творога и 2 ст. л. воды. Скатать тесто шаром, завернуть в пищевую пленку и на 30 минут положить в холодильник.

Грибы очистить, нарезать ломтиками. Зеленый лук и чеснок очистить и порубить. Петрушку вымыть, порубить.

Масло разогреть. Добавить грибы, зеленый лук, чеснок и туширь все вместе 3-4 минуты. Приправить специями и добавить петрушку.

Нагреть духовку до 200°С. Яйца разделить на белки и желтки. Желтки смешать с оставшимися творогом. Взбить белки. В творог добавить сначала грибную смесь, затем взбитые белки.

Форму смазать жиром. Тесто раскатать и выложить в форму, сделав бортик. Тесто многократно наколоть вилкой и выложить на него начинку.

Пирог выпекать в духовке 40 минут. Побеги соли высыпать на пирог перед подачей на стол.

### ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСНОЙ РУЛЕТ

- Репчатый лук – 3 головки
- Чеснок – 2 зубчика
- Растительное масло – 3 ст. л.
- Шпинат – 75 г
- Свиной фарш – 100 г
- Панировочные сухари – 75 г
- Филе свинины – 800 г
- Чернослив без косточек – 50 г
- Картофель – 750 г
- Красный и желтый сладкий перец – по 1 шт.
- Цуккини – 1 шт.
- Сидр – 150 мл
- Бульон – 300 мл
- Мука – 1-2 ст. л.

1 луковицу и чеснок порубить и подрумянить в 1 ст. л. масла. Порубить и добавить шпинат, фарш и сухари. Посолить, поперчить.

Нагреть духовку до 180°С. На мясо выложить начинку, чернослив. Свернуть рулетом, посыпать специями. Тушить 45 минут в смазанном жиром сотейнике.

Картофель, сладкий перец, луковичи, цуккини порубить и, за исключением цуккини, выложить к мясу, сбрызнуть маслом. Жарить в духовке 45 минут. За 15 минут до окончания жаренья добавить цуккини. Посолить.

Жаркое и овощи выложить. В оставшийся сок влить сидр, бульон, заварить муку, приправить специями. Полить соусом рулет.



## ЗЕЛЕНАЯ АПТЕКА

### МАЛИНА

#### ПОЛЕЗНЫЕ ВЕЩЕСТВА



Калорийность ягод невысока – 41 ккал на 100 г продукта, они содержат 5-11% сахара, среди которых преобладают хорошо усвояемые фруктоза и глюкоза. Содержание сахара в малине очень изменчиво, зависит от мест произрастания, погодных условий. В ягоде содержатся также органические кислоты (яблочная, лимонная, винная, салициловая и др.), пектиновые, азотистые и красящие вещества, клетчатка, витамин С (особенно много его в листьях – в 20-30 раз больше, чем в плодах), витамины A, B2, PP, бета-ситостерин, обладающий противосклеротическими свойствами, эфирное масло. Есть в малине и кумарины (от 0,8 до 4 мг/проц.), нормализующие свертываемость крови и снижающие уровень проторбина, и антицианы, обладающие капилляроукрепляющими и противосклеротическими свойствами. Больше всего кумаринов и антицианов в листьях и ветках темноокрашенных, ежевикообразных сортов малины. Кроме того, в ягоде содержится значительное количество солей калия (до 220 мг/проц. в свежей, гораздо больше – в сухой), соединения железа, меди, фолиевой кислоты.

#### ПРИМЕНЕНИЕ

Малину традиционно используют при простудных заболеваниях, гриппе, острых респираторных инфекциях, обострении болей в суставах, при радикулите, лихорадках и невралгических явлениях.

Обычно из малины готовят **потогонный чай**: 5-6 ст. л. сухих ягод заваривают 3 стаканами кипятка. 2-3 стакана надо выпивать горячими в течение часа. Желательно при этом лежать в теплой постели, укрывшись одеялом. Это вызывает хорошее прогревание и обильный пот. Потогенные свойства ягоды полезны **больным гипертонической болезнью**: с потом удаляется значительное количество поваренной соли, в результате чего снижается артериальное давление, в этих случаях настой из малины пьют по 1/2 стакана.

**ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ**



## КУЛИНАРНАЯ КНИГА



### ПЕСОЧНЫЙ ПИРОГ

#### с нежной глазурью и ягодами

Для теста:

- Мука – 300 г
- Разрыхлитель теста – 2 ч. л.
- Сахарный песок – 300 г
- Тертая цедра и сок 1 лимона
- Яйца – 4 шт.
- Маргарин – 150 г
- Газированная минеральная вода – 100 мл

Для верхнего слоя:

- Сыр маскарпоне – 250 г
- Сок и тертая цедра 1 лайма
- Сливочный йогурт – 150 г
- Сахарная пудра – 50 г
- Свежая или замороженная малина – 500 г

Нагреть духовку до 180°С. Муку и разрыхлитель смешать, просеять в глубокую миску. Добавить сахарный песок, лимонную цедру и сок, яйца, маргарин



и газированную минеральную воду. В течение 2-3 минут взбивать все с помощью миксера до получения густой однородной массы. Тесто выложить на противень, смазанный жиром или застеленный бумагой для выпекания, и разровнять с помощью деревянной лопаточки или ножа с широким лезвием. Пирог выпекать в духовке на средней полке в течение 20 минут.

В миске смешать сыр маскарпоне, цедру и сок лайма, йогурт и просеянную сахарную пудру. Полученную массу взбить с помощью веничка. Свежие ягоды малины перебрать, замороженные – разморозить.

Пирог вынуть из духовки и в течение 15-20 минут остужать на решетке для пирога. Затем смазать еще теплый пирог кремом и аккуратно его разровнять. Сверху равномерно распределить ягоды малины. Дать пирогу окончательно остить, затем, по желанию, посыпать сахарной пудрой. Перед подачей на стол разрезать на порции.

## ВО САДУ ЛИ, В ОГОРОДЕ

## ОСЕННИЕ ХЛОПОТЫ

Осенью на даче хватает дел, можно работать в саду, готовить участок к сезону. Специалисты рассказали что нужно сделать в первую очередь.

#### СНОВОСЕЛЬЕМ

Сейчас можно сажать плодовые деревья, у них должны быть здоровые корни, спрятанные в земляной ком. Беспроигрышный вариант – саженцы в контейнерах. В течение осени растения укоренятся на новом месте, благодаря сезону дождей решится вопрос с обеспечением водой. Зимой культуры закалятся и будут лучше переносить резкие перепады температур. Не помешают им и вредители, уже сейчас они готовятся к спячке. Дополнительный плюс осенней посадки – снижение цен на саженцы в питомниках.

Можно обновлять и кустарники, посадку проводят наклонно, затем обрезают побеги, оставив по три почки на каждой ветке, обильно поливают на глубину корней и мульчируют почву вокруг.

#### ПЛАН ЛЕЧЕНИЯ

До начала сезона дождей обитателей сада надо обработать от болезней. Если на взрослых культурах образовались мох и лишайники, необходимо аккуратно зачистить кору, а раны замазать раннетом. Все пораженные ветви следует удалить, а пеньки

вырезать на кольцо (это напльвы в том месте, где ветвь примыкает к стволу). Их тоже обрабатывают раннетом. Важно удалить мумифицированные плоды на земле и на растениях – это рассадник вредителей. Если культуры болели, необходимо убрать и сухую листву. Природное покрывало можно оставить, если инфекция и вредители не тронули сад.

**Планировать посадки на следующий сезон важно с учетом севаоборота.**

#### СМЕНА КАРАУЛА

На освободившихся грядках желательно посеять сидераты – зеленые удобрения. Голая земля не способна кормить полезные



## САЛОН КРАСОТЫ

## ВАШИХ РУК ДЕЛО

После летних работ, когда дачницы трудились не покладая рук: прополка, вскапывание, удобрение, сбор урожая, а потом его еще и в банки надо закатать, сейчас самое время привести руки в порядок!

#### ПРЕДОХРАНЯТЬСЯ НАДО!

Напомним, что ликвидировать негативные последствия всегда труднее, чем их предотвратить. И руки после дачных трудов не будут выглядеть плачевно, если соблюдать несложные правила.

Все работы, связанные с землей, нужно делать только в перчатках. Если пренебречь этим правилом, кожа рук не только запачкается, но и обветрится, высохнет, загрубеет и может потрескаться. Выбирайте любые перчатки: резиновые, латексные или хотя бы тканевые. Последние не очень хорошо защищают от грязи, но зато не создают парникового эффекта, как это делают резиновые изделия. Причем выбирать перчатки нужно строго по размеру – «мужчина» пара будет неплотно облегать вашу ладонь, и грязь все равно попадет на руки. Но если ногти очень длинные, лучше выбрать перчатки на 1-2 размера больше своего.

Для подстраховки можно предварительно поскрести ногтями сухое мыло – тогда частицы земли, попавшие на ногти, не испортят маникюр. Под перчатки желательно нанести защитный крем с силиконом – он не даст впитаться грязи и потемнеть коже. Подойдет и любой другой крем. Кстати, активные вещества, входящие в него, будут работать эффективнее именно благодаря парниковому эффекту. Поэтому, предохраняя руки от грязи и ссадин, можно zarówno за ними и поухаживать.

Мыть руки следует только слегка теплой водой (а не горячей или холодной – от этого кожа сохнет, быстро стареет, а на пальцах появляются заусенцы). Но последний раз ополоснуть ручки можно прохладной водой – для лучшего тонуса кожи. Желательно использовать не обычное, а жидкое мыло. После мытья руки следует тщательно вытирать полотенцем.

После каждого контакта с водой необходимо обязательно нанести на кожу увлажняющий крем для рук. А на кожу вокруг ногтя – еще и питательный крем или



оливковое масло (это предохранит от появления заусенец).

Своевременно обрабатывайте ранки и ссадины антисептиком (например, перекисью и йодом), чтобы микробы не проникли в кровь и не развилась инфекция.

#### СНОВА – БЕЛОУЧКА

Земля и сок ягод сделали кожу рук и ногти темными? Поможет пилинг с солью.

Благодаря ему кожа и ногти посветлеют, руки станут мягкими, а маникюр – крепким. Правда, он не подойдет, если на коже есть ранки.

Распарьте руки в мыльно-содовой теплой ванночке: на 1 л теплой воды – немного жидкого мыла, 2 ч. л. соды и сахара, 2 ст. л. молока. Подержите руки минут 10-15, затем смойте теплой водой, промокните полотенцем. Эту процедуру может заменить обычная ручная стирка хозяйственным мылом или даже простое мытье посуды. Затем в теплую влажную кожу рук вотрите смесь оливкового масла и соли (того и другого – по 1 ч. л.). Для сухой и чувствительной кожи больше подходит соль мелкого помола, для грубошерстной – крупного. После этого нужно взять дольку лимона и протереть ею кожу, потом смыть и нанести крем для рук.

Чтобы не только очистить, но и укрепить эмаль ногтей, погрузите на 15 минут ногти в мякоть лимона. Для сухой и чувствительной кожи больше подходит соль мелкого помола, для грубошерстной – крупного. После этого нужно взять дольку лимона и протереть ею кожу, потом смыть и нанести крем для рук.

Чтобы не только очистить, но и укрепить эмаль ногтей, погрузите на 15 минут ногти в мякоть лимона.

бактерии, это одна из причин низкого урожая в следующем сезоне. Сидераты растут быстро, улучшая состав почвы. Весной грунт останется перекопать, процесс заменит внесение органических удобрений.

Если растения болели, стоит посеять крестоцветные – масличную редьку, горчицу. Фацелия, овсянка, вика используются, если почва и культуры не пострадали от инфекции.

#### ПОДКОРМКА НА ЗИМУ

Внесение удобрений осенью помогает деревьям накопить питательные вещества, необходимые для закладки почек. Сейчас надо сделать акцент на фосфорно-калийных средствах, они вносятся в приствильный круг с отступом в 50-70 см. Для взрослых деревьев можно использовать гранулы, их растворяют дождем. Удобрения рассыпают по периметру кроны и перекапывают. Молодняк лучше подкармливать жидкой смесью. Азотные удобрения осенью применять нельзя, они вызывают рост побегов, это мешает культурам уйти на покой. Если почва кислая, полезны известия и зола.

#### УТЕПЛЕНИЕ ГРЯДОК

Оставлять почву голой не следует, ее надо замульчировать соломой, сеном, опилками. Толщина покрывающей должна составлять около 8 см. Под ним зимой будут идти процессы образования гумуса, это органическое вещество, формирующееся в результате разложения растительных остатков.

#### РЕЦЕПТЫ ОТ СУХОСТИ КОЖИ РУК

● Яично-банановая маска: взбить 1 желток и 1 ст. л. оливкового масла, добавить мякоть банана. Смазать смесью руки и надеть одноразовые перчатки, через 10 минут смыть.

● Нанести на руки на 15-20 минут сок квашеной капусты. Или теплое картофельное пюре. Затем смыть.

● Картофельная маска: 2 сваренные в мундире и размятые картофелины растереть с 2 ч. л. огуречного или лимонного сока. Нанести толстым слоем на руки, покрыть марлей. Через 15-20 минут смыть водой.

● Компрессы и маски из меда и оливкового масла. Их следует держать 20 минут, накрыв обрабатываемые участки полиэтиленом и теплым полотенцем (или можно также надеть перчатки).

● На ночь нанести на руки питательный крем, надеть хлопковые перчатки и не снимать их до утра.

# ТРЕВОЖИТ ГРИБОК? «ДРЕВО БЕССМЕРТИЯ» МОЖЕТ ПОМОЧЬ!

Вы когда-нибудь задумывались, как индусам удается жить в сплошной антисанитарии и при этом не иметь кожных заболеваний и паразитарных инфекций? Вот что говорит эксперт по здоровью ногтей, который несколько лет работал в Индии.

- **Многие индийцы живут в условиях антисанитарии и при этом не имеют ни грибка, ни паразитов. Как им это удается?**

- Говорят, что у индийцев особый иммунитет. Но это миф! Множество иностранцев, находящихся в этой стране, тоже обычно без проблем живут в подобных условиях. Все, что для этого нужно – жить, как индеец.

- **Что Вы имеете в виду?**

- Соблюдать определенные правила. Вот мы, русские, обычно моем руки перед едой. Так мы их очи-

щаем и страхуем себя от грибка и паразитов. Индийцы поступают иначе – они жуют листья дерева ним, которое очищает организм изнутри. Оно вымывает оттуда споры грибков, гельминтов и прочих вредителей. Именно поэтому индийцы называют его «древом бессмертия». У них даже пословица есть: «На земле, где растут нимы, нет места смертям и болезням».

- **Расскажите подробнее об этом уникальном дереве ним?**

- Пожалуйста! Ним это дерево XXI века. Его считают самым перспективным растением будущего для изучения и использования в оздоровительных целях. В



1993 году был создан Всемирный фонд нима. Ученые считают, что это дерево может помочь избавиться от десятков видов грибков, паразитов и других патогенных микрорганизмов.

- **То есть дерево ним может помочь избавиться от грибка ногтей и кожи?**

- Совершенно верно! Дерево ним способствует исчезновению зуда, неприятного запаха и трещин на коже. Содействует обновлению ногтевых пластин, возвращению им здорового цвета и крепости.

- **Жаль, конечно, что в нашей стране не растет это удивительное, по-настоящему целебное дерево...**



ДО И ПОСЛЕ ПРИМЕНЕНИЯ «ГРИБКОТОКСА»

– Но зато у нас есть нечто даже более мощное – натуральный сироп «Грибкотокс» с экстрактом дерева ним, усиленный экстрактами алоэ, кордицепса, душицы, кошачьего когтя и лесных ягод. Благодаря такому составу, противогрибковые и противопаразитарные свойства дерева ним проявляются более выраженно. Такая активная формула содействует устранению грибка без боли, дискомфорта или побочных эффектов. И чем скорее человек избавится от этой неприятной проблемы, тем скорее его кожа станет чистой, гладкой, шелковистой и нежной, словно обновленной, а ногти крепкими, ровными, розово-здоровыми и сияющими естественным блеском.

## ПРОГРАММА В ГОСУДАРСТВЕННЫХ МАСШТАБАХ

### «Каждому пенсионеру – здоровые ногти и кожа»

Страдаете от грибка? Тогда вы имеете право на финансирование расходов по приобретению сиропа «Грибкотокс». Специальное предложение действует только до 11 ноября 2025 г.

Чтобы воспользоваться скидкой:

1. Позвоните по телефону **8-800-303-05-55**

2. Продиктуйте код **1817** и получите сироп «Грибкотокс» ВСЕГО ЗА 14 РУБЛЕЙ!

Звонки и доставка бесплатные!

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.

ИП Корябина Наталья Викторовна. ИНН: 056102792005. ОГРН: 324508100108292. 143900, Московская область, г. Балашиха, а/я 5. Срок проведения акции до 11 ноября 2025 г. Подробности акции, правила ее проведения можно узнать по телефону 8-800-303-05-55 (звонки по РФ бесплатные). Доставка за счет ИП Корябина Н.В. Реклама

## МОДНО

# ГЛАВНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ ОСЕНИ И ЗИМЫ 2025/26

### КРАСНЫЙ – ГЛАВНЫЙ ЦВЕТ

Самый трендовый оттенок лета butter yellow (топленое сливочное масло), казалось, охватил все модное пространство, но к осени его влияние начало спадать. На смену ему пришел яркий и холодный красный. И это легко объяснить: именно в прохладные сезоны хочется разбавить образ, а красный довольно универсален и подходит к темным цветам, которые мы обычно носим осенью и зимой.



много). Стилисты уверены, что этот тренд осени/зимы 2025 года останется с нами на несколько сезонов.



### БАСКА

Ретро-стиль давно стал частью гардероба, и осенью на повестке будет баска. Дизайнеры неожиданно включили этот элемент в свои коллекции, дополняя баской как классические пиджаки облегающего

силуэта, так и минималистичные свитеры и топы.

### ШИРОКИЕ ПЛЕЧИ

Параллельно с женственными силуэтами на Неделях модыведен явный тренд на вещи унисекс. Поэтому осенью и зимой 2025 года добавляем в гардероб пиджаки и платья с широкими плечами – и не бойтесь переборщить, в предстоящих сезонах сделать это будет трудно. Этот тренд осени/зимы 2025



года будет доминирующим при создании ключевых образов сезонных капсул.

### ВЫСОКИЙ ВОРОТ

Еще один тренд, говорящий о закате сексуализации женского тела – это большое количество высокого ворота на показах. Если дизайнеры проектируют пальто, то к нему обязательно будет идти шарф или накидка, полностью покрывающие зону декольте. Если речь о пиджаке, то история повторяется: на месте привычного V-образного выреза – ворот, поднятый на максимум.

### ПОЛОСКА: вертикальная и горизонтальная.



### ПОДЧЕРКИВАЕМ ТАЛИЮ

Пояс считается классическим элементом гардероба, который всегда присутствует на Неделях моды. Но на прошедших шоу поясов стало куда больше – они есть и на платьях, и на джемперах, и даже на шубах и пальто.

### ОЧКИ ДЛЯ ЗРЕНИЯ

Раньше девушки с плохим зрением избегали ношения очков, так как это считалось чем-то не модным и лишенным лоска. Но в новом сезоне дизайнеры неожиданно показали, что больше не нужно подстраиваться под тренды – тренды будут подстраиваться под нас. Поэтому на прошедших показах много вариаций оправ для зрения: от толстых черного цвета до еле заметных прозрачных и серебряных.

### ЗМЕИНЫЙ ПРИНТ

Вместе с цветным мехом, прошлой зимой все открыли для себя леопардовый принт. Не сказать, что сейчас тенденция на него уйдет полностью, но пьедестал придется де-



лить с другим анималистичным рисунком. Змеиный принт будет украшать классические сапоги-трубы на каблуке, но доступны и менее сдержанные варианты – тоталлы в «чешуе».

### ПРИНТ ГОРОХ

Раньше этот принт присутствовал в классическом исполнении на платьях и блузах, но сейчас вариаций куда больше: горох на верхней одежде, в металлизированном исполнении и на полупрозрачных тканях.

### ВЫСОКИЙ РАЗРЕЗ

На Неделях моды также прошлись тренд на ботфорты – а они будут очень удачно смотреться с юбкой с высоким вырезом. Это и классическая юбка с ровным подолом и высоким разрезом, и юбка с асимметричным подолом, который только напоминает вырез.



Продолжение следует  
Подготовила Ирина Маковецкая  
по материалам www.marieclaire.ru



Дизайнеры стали чаще показывать мех в своих коллекциях, пока он искусственный. Так что присматриваем все варианты вещей из нату-рального меха: от классической шубы, до сумки и мехового шарфа (последних на прошедших показах моды было особенно

## ТЕЛЕПРОГРАММЫ

**СОЛНЦЕ**

**ПОНЕДЕЛЬНИК, 20 октября**

5.00, 1.45 М/с «Маша и Медведь» 0+  
8.00 М/с «Мекардбол» 6+  
8.15 М/с «Три кота» 0+  
13.00 М/с «Царевны» 0+  
14.30 М/с «Чик-Чирикино» 6+  
15.25 М/с «Фиксики» 0+  
17.00 М/с «Простоквашино» 0+  
19.00 Т/с «ОДНИ ДОМА» 12+  
20.30 Т/с «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ» 12+  
22.10 Т/с «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ» 12+  
23.10 Т/с «ФИТНЕС» 16+

**ВТОРНИК, 21 октября**

5.00, 1.45 М/с «Маша и Медведь» 0+  
8.00 М/с «Мекардбол» 6+  
8.15 М/с «Три кота» 0+  
13.00 М/с «Царевны» 0+  
14.30 М/с «Чик-Чирикино» 6+  
15.25 М/с «Фиксики» 0+  
17.00 М/с «Простоквашино» 0+  
19.00 Т/с «ОДНИ ДОМА» 12+  
20.30 Т/с «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ» 12+  
22.10 Т/с «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ» 12+  
23.10 Т/с «ФИТНЕС» 16+

**СРЕДА, 22 октября**

5.00, 1.45 М/с «Маша и Медведь» 0+  
8.00 М/с «Мекардбол» 6+  
8.15 М/с «Три кота» 0+  
13.00 М/с «Царевны» 0+  
14.30 М/с «Чик-Чирикино» 6+  
15.25 М/с «Фиксики» 0+  
17.00 М/с «Простоквашино» 0+  
19.00 Т/с «ОДНИ ДОМА» 12+  
20.30 Т/с «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ» 12+  
22.10 Т/с «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ» 12+  
23.10 Т/с «ФИТНЕС» 16+

**ЧЕТВЕРГ, 23 октября**

5.00, 2.05 М/с «Маша и Медведь» 0+  
8.00 М/с «Мекардбол» 6+  
8.15 М/с «Три кота» 0+  
13.00 М/с «Царевны» 0+  
14.30 М/с «Чик-Чирикино» 6+  
15.25 М/с «Фиксики» 0+  
17.00 М/с «Простоквашино» 0+  
19.00 Т/с «ОДНИ ДОМА» 12+  
20.30 Т/с «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ» 12+  
22.10 Т/с «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ» 12+  
23.10 Т/с «ФИТНЕС» 16+

**ПЯТНИЦА, 24 октября**

5.00, 2.05 М/с «Маша и Медведь» 0+  
8.00 М/с «Три кота» 0+  
13.00 М/с «Царевны» 0+  
14.30 М/с «Чик-Чирикино» 6+  
15.25 М/с «Фиксики» 0+  
17.00 М/с «Простоквашино» 0+  
19.00 Т/с «ОДНИ ДОМА» 12+  
20.30 Т/с «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ» 12+  
22.10 Т/с «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ» 12+  
23.05 Т/с «ФИТНЕС» 16+

**СУББОТА, 25 октября**

5.00, 1.45 М/с «Маша и Медведь» 0+  
8.00 М/с «Отель уовечек» 0+  
9.00 М/с «Три кота» 0+  
13.00 М/с «Чебурашка» 0+  
14.05 М/с «Простоквашино» 0+  
14.55 Т/с «ОДНИ ДОМА» 12+  
16.25 Т/с «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ» 12+  
21.05 «КиноСолнце» 12+  
21.40 Т/с «РОДИТЕЛИ РОДИТЕЛЕЙ» 12+  
23.05 Т/с «ФИТНЕС» 16+

**ВОСКРЕСЕНЬЕ, 26 октября**

5.00, 2.00 М/с «Маша и Медведь» 0+  
8.00 М/с «Отель уовечек» 0+  
9.00 М/с «Три кота» 0+  
13.00 М/с «Чебурашка» 0+  
14.05 М/с «Простоквашино» 0+  
15.25 Т/с «МАНЮНЯ» 6+  
16.25 Т/с «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ» 12+  
19.05 «КиноСолнце» 12+  
19.40 Т/с «ОДНИ ДОМА» 12+  
21.05 Т/с «РОДИТЕЛИ РОДИТЕЛЕЙ» 12+  
23.05 Т/с «ФИТНЕС» 16+

**ПОНЕДЕЛЬНИК, 20 октября**

4.20 Т/с «СМЕРШ» 16+  
6.30 X/ф «СЕМЬ ПАР НЕЧИСТЫХ» 16+  
7.50 Т/с «УБОЙНАЯ СИЛА» 16+  
9.40 Т/с «БАЛАБОЛ» 16+  
13.30 X/ф «НАРКОМОВСКИЙ ОБОЗ» 16+  
17.10 Т/с «ЛАДОГА» 16+  
21.10 X/ф «НА БЕЗЫМЯНОЙ ВЫСОТЕ» 16+  
0.50 X/ф «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД» 16+  
2.25 X/ф «СЕСТРЕНКА» 12+  
**ВТОРНИК, 21 октября**

4.05 «Путь к Победе» 16+  
5.05 X/ф «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ» 16+  
6.15 X/ф «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН» 16+  
7.50 Т/с «УБОЙНАЯ СИЛА» 16+  
9.40 Т/с «БАЛАБОЛ» 16+  
13.30 Т/с «РАЗВЕДЧИЦЫ» 16+  
0.00 X/ф «КАДИШ» 12+  
1.30 X/ф «ПОРТНОЙ ИЗ БРУКЛИНА» 16+  
2.45 X/ф «МЕРСЕДЕС» УХОДИТ ПОГОНИ» 16+

**СРЕДА, 22 октября**

4.05 «Путь к Победе» 16+  
5.05 X/ф «ВЕРТИКАЛЬ» 16+  
6.15 X/ф «НЕБО ИЗМЕРЯЕТСЯ МИЛЯМИ» 16+  
7.50 Т/с «УБОЙНАЯ СИЛА» 16+  
9.40 Т/с «БАЛАБОЛ» 16+  
13.30 Т/с «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ» 16+  
17.20 Т/с «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ПЕРВЫЙ УДАР» 16+  
0.50 X/ф «ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ» 16+  
2.05 X/ф «КУКУШКА» 16+

**ЧЕТВЕРГ, 23 октября**

3.55 «Путь к Победе» 16+  
4.55 X/ф «ЧАКЛУН И РУМБА» 16+  
6.10 X/ф «КАЛАШНИКОВ» 16+  
7.50 Т/с «УБОЙНАЯ СИЛА» 16+  
9.40 Т/с «БАЛАБОЛ» 16+  
13.30 Т/с «СНАЙПЕР. ОФИЦЕР СМЕРШ» 16+  
16.50 X/ф «СНАЙПЕР. ОРУЖИЕ ВОЗМЕЗДИЯ» 16+  
20.00 Т/с «СНАЙПЕР. ПОСЛЕДНИЙ ВЫСТРЕЛ» 16+  
23.05 X/ф «ОСЕНЬЮ 41-ГО» 12+  
0.55 X/ф «ВОЕННО-ПОЛЕВОЙ РОМАН» 16+  
2.25 X/ф «КРИК ТИШИНЫ» 12+

**ПЯТНИЦА, 24 октября**

4.05 «Путь к Победе» 16+  
5.05 X/ф «ПОРТНОЙ ИЗ БРУКЛИНА» 16+  
6.20 X/ф «КАДИШ» 12+  
7.50 Т/с «УБОЙНАЯ СИЛА» 16+  
9.40 Т/с «БАЛАБОЛ» 16+  
13.30 Т/с «ПОД ЛИВНЕМ ПУЛЬ» 16+  
17.30 Т/с «МЯТЕЖ» 16+  
1.10 X/ф «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ» 16+  
3.05 X/ф «ПОМИЛОВАНИЕ» 16+

**СУББОТА, 25 октября**

5.00, 3.50 М/с «Моя свекровь - монстр» 16+  
5.30 «Моя свадьба лучше!» 16+  
8.20 «Мама в 16» 16+  
11.40 «Чадо из ада» 12+  
14.50 «Маменькин сынок» 16+  
17.50 «Беременна по обману» 16+  
21.00 «Дом-2» 16+  
0.05 Т/с «ЗАПРЕТНЫЙ ПЛОД» 16+  
2.00 «Измены» 16+

**ВОСКРЕСЕНЬЕ, 26 октября**

5.00 «Моя свекровь - монстр» 16+  
5.35 «Моя свадьба лучше!» 16+  
8.20 «Мама в 16» 16+  
13.15 «Дорогая, я забил!» 12+  
14.55 «Беременна по обману» 16+  
16.20 «Мама в 16» 16+  
18.05 «Маменькин сынок» 16+  
21.00 «Дом-2» 16+  
0.10 «Измены» 16+  
2.50 X/ф «КАДЕТ» 16+

**ВОСКРЕСЕНЬЕ, 26 октября**

4.25 X/ф «НЕБЕСНАЯ КОМАНДА» 16+  
5.50 X/ф «72 МЕТРА» 16+  
8.20 X/ф «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК» 16+  
10.00 X/ф «КРЕПОСТЬ БАДАБЕР» 16+  
13.40 Т/с «СПЕЦНАЗ» 16+  
20.20 Т/с «ГРОЗОВЫЕ ВОРОТА» 16+  
0.00 X/ф «МЕТРО» 16+  
2.05 X/ф «СО ДНА ВЕРШИНЫ» 16+

**ПОНЕДЕЛЬНИК, 20 октября**

5.00, 10.10, 3.45 «Моя свекровь - монстр» 16+  
6.10 «Моя свадьба лучше!» 16+  
8.00 «Тест на беременность» 16+  
11.00 «Как устроен мир» 16+  
12.00, 16.00, 19.00 Инфопрограмма 112 16+  
13.00 «Загадки человечества» 16+  
14.00 «Невероятно интересные истории» 16+  
15.00 «Засекреченные списки» 16+  
21.00 «Дом-2» 16+  
0.10 Т/с «ЗАПРЕТНЫЙ ПЛОД» 16+  
1.55 «Измены» 16+

**ВТОРНИК, 21 октября**

5.00, 10.10, 3.40 «Моя свекровь - монстр» 16+  
6.10 «Моя свадьба лучше!» 16+  
8.00 «Тест на беременность» 16+  
11.00 «Как устроен мир» 16+  
12.00, 16.00, 19.00 Инфопрограмма 112 16+  
13.00 «Загадки человечества» 16+  
14.00 «Невероятно интересные истории» 16+  
15.00 Д/ф «Что мы знаем о планете Земля?» 12+  
21.00 X/ф «АПГРЕЙД» 16+  
22.00 «100 вопросов обо всем» 16+  
23.30 X/ф «АФЕРА ПОД ПРИКРЫТИЕМ» 18+

**СРЕДА, 22 октября**

5.00, 10.05, 3.50 «Моя свекровь - монстр» 16+  
6.05 «Моя свадьба лучше!» 16+  
8.00 «Тест на беременность» 16+  
11.00 «Как устроен мир» 16+  
12.00, 16.00, 19.00 Инфопрограмма 112 16+  
13.00 «Загадки человечества» 16+  
14.00 «Невероятно интересные истории» 16+  
15.00 Д/с «Легенды и мифы» 16+  
17.00, 2.00 «Тайны Чапман» 16+  
20.00 X/ф «СТРАХОВЩИК» 16+  
22.05 «Безумные факты» 16+  
23.30 X/ф «ДЖЕЙД» 18+

**ЧЕТВЕРГ, 23 октября**

5.00, 10.05, 4.00 «Моя свекровь - монстр» 16+  
6.05 «Моя свадьба лучше!» 16+  
8.00 «Тест на беременность» 16+  
11.00 «Как устроен мир» 16+  
12.00, 16.00, 19.00 Инфопрограмма 112 16+  
13.00 «Загадки человечества» 16+  
14.00 «Невероятно интересные истории» 16+  
15.00 Д/с «Легенды и мифы» 16+  
17.00, 2.25 «Тайны Чапман» 16+  
20.00 X/ф «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЛЮДИ» 16+  
22.00 «Момент в истории» 16+  
23.30 X/ф «ВЕРШИНА СТРАХА» 16+

**ПЯТНИЦА, 24 октября**

5.00, 18.00, 2.55 «Моя свекровь - монстр» 16+  
6.00 «С бодрым утром!» 16+  
8.30, 12.30, 16.30, 19.30 «Новости» 16+  
9.00 Д/ф «Что мы знаем о планете Земля?» 12+  
10.00 «Засекреченные списки» 16+  
11.00 «Как устроен мир» 16+  
12.00, 16.00, 19.00 Инфопрограмма 112 16+  
13.00 «Тайны Чапман» 16+  
17.00 «Главные тайны мира» 16+  
20.00 X/ф «СОРВАТЬ БАНК» 16+  
21.40 X/ф «ИЗ ПАРИЖА С ЛЮБОВЬЮ» 16+  
23.30 X/ф «КОМАНДА ЗАЧИСТИКИ» 18+  
1.20 X/ф «РОКОВАЯ СВЯЗЬ» 18+

**СУББОТА, 25 октября**

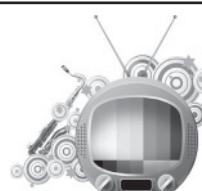
5.00, 2.25 «Моя свекровь - монстр» 16+  
5.30 «Моя свадьба лучше!» 16+  
8.20 «Мама в 16» 16+  
11.40 «Чадо из ада» 12+  
14.50 «Маменькин сынок» 16+  
17.50 «Беременна по обману» 16+  
21.00 «Дом-2» 16+  
0.10 «Измены» 16+  
2.50 X/ф «КАДЕТ» 16+

**ВОСКРЕСЕНЬЕ, 26 октября**

5.00, 23.55 «Моя свекровь - монстр» 16+  
6.00 «С бодрым утром!» 16+  
8.30, 12.30, 16.30 «Новости» 16+  
8.55 «Самая полезная программа» 16+  
11.00, 13.00 Военная тайна 16+  
15.00 «Совбез» 16+  
16.00 Инфопрограмма 112 16+  
16.55 «Документальный спецпроект» 16+  
18.00 «Засекреченные списки» 16+  
19.00 «Добровэйре» 16+  
20.00 X/ф «ЗАТЕРЯННЫЙ ГОРОД Z» 16+  
22.40 X/ф «НЕУДЕРЖИМЫЕ» 16+  
0.35 X/ф «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2» 18+

**ВОСКРЕСЕНЬЕ, 26 октября**

5.00, 4.10 Секреты на кухне 16+  
5.50, 1.30, 4.30 Пятница News 16+  
6.15 M/ф «А вдруг получится...» 12+  
6.20 M/ф «По следам бременских музыкантов» 16+  
6.40 M/ф «Чиполлино» 0+  
7.20 Умнее всех 6+  
8.30 Мамы Пятницы 16+  
9.00, 10.20 Четыре дачи 16+  
11.50, 13.50, 16.00 Битва шефов 16+  
18.00 Битва шефов. Звезды 16+  
20.00, 21.00, 21.40 Черный список. На кухне 16+  
22.30

<b>ДОМАШНИЙ</b>	<b>ТВУ</b>	<b>СТС</b>	<b>ТНТ</b>	<b>ТВ 3</b>	<b>МАТЧ!</b>	<b>★ ЗВЕЗДА</b>	
	6.30, 5.35 По делам несовершеннолетних 16+ 7.00, 4.45 Давай разведемся! 16+ 8.00, 3.05 Тест на отцовство 16+ 10.20, 23.45 Д/с «Понять. Простить» 16+ 11.30, 0.55 Д/с «Порча» 16+ 12.45, 1.45 Д/с «Знахарка» 16+ 13.20, 2.10 Д/с «Верну любимого» 16+ 13.55, 2.40 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+ 14.30 Х/ф «ПАУЧИЙ ИСТОЧНИК» 16+ 19.00 Х/ф «СОЛЬ ПО ВКУСУ» 16+ 23.15 Уютное утро 16+ 6.15 Т/с «КАМЕНЬ ЖЕЛАНИЙ» 16+	6.00 «Настроение» 8.25, 11.50 X/ф «ОДИНОЧКИ С ПРИЦЕПОМ» 16+ 11.30, 14.30, 17.50 События 12.35, 15.05 X/ф «МАУГЛИ. ГОРОДСКИЕ ДЖУНГЛИ» 16+ 14.50 Город новостей 17.00 Д/ф «Актерские драмы. Бег за молодостью» 16+ 18.15 X/ф «ВСТРЕЧА НА ВСТРЕЧЕ» 16+ 20.05 X/ф «ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕНА» 16+ 22.00 В центре событий 23.05 «Приют комедиантов» 12+ 0.30 X/ф «ПИРАТЫ XX ВЕКА» 12+ 1.55 «Петровка, 38» 16+ 2.10 X/ф «НИКОГДА НЕ РАЗГОВАРИВАЙ С НЕЗНАКОМКАМИ» 12+ 5.10 «Москва резиновая» 16+ 5.30 Д/ф «Закулисные войны. Цирк» 16+ 6.10 Д/ф «Закулисные войны. Театр» 16+	6.00 М/с «Маша и медведь» 0+ 8.25 Т/с «ПАПИНЫ ДОЧКИ» 16+ 10.55 Т/с «КУЗНЕЦОВЫ ТВ» 16+ 13.10, 21.00 Шоу «Уральские пельмени» 16+ 19.30 Премьера. Шоу «Уральские пельмени» 16+ 3.55 Уральские пельмени 16+	 7.00 «Утро ТНТ»-2025 16+ 8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 11.00 Т/с «ИНТЕРНЫ» 16+ 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 Т/с «ОЛДСКУЛ» 16+ 20.00, 21.00 «Комеди Клаб» 16+ 22.00, 2.45, 3.35, 4.25, 5.10, 6.00 «Однажды в России» 16+ 23.00 «Стендап рулетка» 16+ 0.00, 1.00, 2.00 «Женский стендап» 16+	6.00, 5.30 Мультфильмы 0+ 8.00, 8.30 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+ 9.00 Новый день 16+ 9.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.45 Д/с «Порча» 16+ 15.15, 15.45, 16.15, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Д/с «Слепая» 16+ 19.00 Х/ф «ПЛЕННИКИ СОЛНЦА» 16+ 21.00 X/ф «МРАЧНЫЕ НЕБЕСА» 16+ 23.00 X/ф «СПУСК В БЕЗДНУ» 18+ 1.00 X/ф «ПЛАНЕТА КА-ПЭКС» 16+ 3.00, 3.45, 4.30 Т/с «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ» 16+	6.00, 14.55 «Тайны звезд спорта» 12+ 6.30 «Формула-1. Гаснут огни» 12+ 7.00, 9.00, 12.55, 15.25 Новости 0+ 7.05, 11.30, 0.35 Все на Матч! 9.05 «Небесная грация» 6+ 9.25 «Эволюция спорта» 12+ 10.30 Футбол. FONBET Кубок России. Обзор 6+ 12.35, 3.35 Лица страны 12+ 13.00 Есть тема! 14.25 «Век нашего спорта» 12+ 15.30 Смешанные единоборства. One FC 16+ 19.25 Футбол. «Арсенал» (Тула) - «Урал» (Екатеринбург). Лига Пари 21.35 Футбол. «Милан» - «Пиза». Чемпионат Италии 23.45 Евротур 12+ 2.00 Гандбол. ЦСКА - «СГАУ-Саратов». Чемпионат России. Суперлига. Мужчины 6+ 3.55 Новости 0+ 4.00 Баскетбол. ЦСКА (Россия) - «Мега» (Сербия). Winline Basket Cup 6+	6.20 Т/с «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ПЕРВЫЙ УДАР» 16+ 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+ 9.20 «Ищу своих» 12+ 10.05 Д/с «Забытые войны России» 16+ 12.20 «По горячим следам» 16+ 12.40, 13.25 X/ф «КОМИССАР» 12+ 15.00 Военные новости 16+ 15.05, 17.15 Т/с «КРАПОВЫЙ БЕРЕТ» 16+ 19.40 Д/с «Загадки века» 12+ 20.30, 3.40, 4.20 Документальные сериалы 16+ 21.20 Спецрепортаж 16+ 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» 16+ 23.30 Музыка 12+ 0.50 X/ф «ЖЕНАТЫЙ ХОЛОСТИК» 12+ 2.20 X/ф «ЖЕНЯ, ЖЕНЕЧКА И «КАТЮША» 12+ 4.45 X/ф «ПОДКИДЫШ» 6+
<b>ДОМАШНИЙ</b>	<b>ТВУ</b>	<b>СТС</b>	<b>ТНТ</b>	<b>ТВ 3</b>	<b>МАТЧ!</b>	<b>★ ЗВЕЗДА</b>	
	6.30, 5.25 Т/с «КАМЕНЬ ЖЕЛАНИЙ» 16+ 9.25 Ешь. Готовь. Худей! 16+ 9.55 Уютное утро 16+ 10.30 Т/с «НЕ ОСТАВЛЯЙ МЕНЯ ОДНУ» 16+ 19.00 Х/ф «ОДНА ЛЮБОВЬ НА ДВОИХ» 16+ 23.25 Х/ф «ТОНКАЯ РАБОТА» 16+ 2.40 «6 кадров» 16+ 2.55 Д/с «Эффект Матроны» 16+ 	6.50 «Православная энциклопедия» 6+ 7.15 X/ф «ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕНА» 16+ 9.00 «Здоровый смысл» 16+ 9.30 «Смех, дрожь и видео» 16+ 10.05 Мифы о еде 16+ 10.55 «Просто & вкусно» 6+ 11.30, 14.30, 23.35 События 11.50 «Смешите меня семеро» 16+ 12.35 Анекдот-клуб «Нехмурье люди» 16+ 13.10, 14.45 X/ф «ЗОЛОТАЯ КРОВЬ. ПИГМАЛИОН» 16+ 15.25, 17.10, 19.00 X/ф «ЗОЛОТАЯ КРОВЬ» 16+ 21.00 Постскриптум 22.10 «Право знать!» 16+ 23.45, 0.30, 2.05, 2.40, 3.20, 4.00, 4.40 Документальные фильмы 16+ 1.15 Спецрепортаж 16+ 1.40 «Хватит слухов!» 16+ 5.20 «10 самых...» 16+ 5.50 X/ф «ВСТРЕЧА НА ВСТРЕЧЕ» 16+ 7.20 X/ф «МОИ ЗВЕРИ-2» 16+ 10.55 Полезная программа 6+ 11.30, 0.30 События 11.50 «Наша смешная жизнь» 16+ 12.40 X/ф «ПИРАТЫ XX ВЕКА» 12+ 14.30 Московская неделя 15.00 Хроники московского быта 16+ 15.55, 16.40, 3.50, 4.45 Документальные фильмы 16+ 17.30 X/ф «КАЖДОМУ ПО ЗАСЛУГАМ» 16+ 2.10.5 X/ф «ГОРНАЯ БОЛЕЗНЬ» 12+ 0.45 «Петровка, 38» 16+ 0.55 X/ф «ДОКТОР ИВАНОВ. ЧУЖАЯ ПРАВДА» 12+ 5.30 Московская неделя 12+	6.00 М/с «Маша и медведь» 0+ 6.10, 9.00 ПроSTO кухня 12+ 6.55 X/ф «НАЧНИ СНАЧАЛА» 16+ 10.00 Премьера. «100 мест, где поесть» 16+ 11.00 X/ф «СПИРИТ. СЕРЕБРЯНАЯ ЗВЕЗДА» 6+ 12.50 М/ф «Приключения панды» 6+ 14.40 X/ф «ОХОТА НА МОНСТРА-2» 12+ 16.55 X/ф «ФАНТАСТИЧЕСКОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ» 12+ 18.55 X/ф «ЧЕБУРАШКА» 6+ 21.05 X/ф «БЮРО МАГИЧЕСКИХ УСЛУГ» 12+ 23.25 X/ф «НАНДОР ФОДОР И ГОВОРЯЩИЙ МАНГУСТ» 18+ 1.20 X/ф «КАК ЖЕНИТЬ ХОЛОСТИКА» 18+ 2.35 X/ф «КОРОЧЕ ГОВОРЯ» 16+ 4.00 T/с «КУХНЯ» 16+ 5.15 M/с «Три кота» 0+	<b>Здесь могла быть ваша реклама!</b> Тел.: 8 (87922) 6-25-76, 6-24-46 (доб. 1); e-mail: nedelya@kmtv.ru	6.00 Мультфильмы 0+ 8.30 Вкусно с Анфисой Чеховой. Любовное настроение 16+ 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 11.00 M/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+ 11.30 X/ф «ПИТОМЕЦ ЮРСКОГО ПЕРИОДА» 6+ 7.00, 8.00, 9.00, 10.00, 10.30, 2.20, 3.05, 3.45, 4.30, 5.20, 5.50, 6.00 «Однажды в России» 16+ 11.30 «Кто куда» 16+ 12.05, 14.00, 15.55, 18.30 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» 16+ 21.00 «Ярче звезд» 16+ 23.00 «Женский стендап» 18+ 0.00 «Титаны» 16+	6.00, 21.00 Смешанные единоборства 16+ 7.00, 9.00, 13.25, 17.50 Новости 0+ 7.05, 17.55, 0.00 Все на Матч! 9.05 M/с «Чемпионы» 6+ 9.25 «Формула-1. Гаснут огни» 12+ 9.55 Д/ф «Наскар. Ведущее наследие» 16+ 10.55 Падел. Международный турнир «Москва-2025». Женщины. 1/2 финала 13.15 X/ф «ПОЕЗД СМЕРТИ» 16+ 15.00 X/ф «СПУСК В БЕЗДНУ» 16+ 17.15 X/ф «ПЛЕННИКИ СОЛНЦА» 16+ 19.00 X/ф «ВОЙНА МИРОВ: ВТОРЖЕНИЕ» 16+ 21.00 X/ф «КИН» 16+ 23.00 X/ф «БРЕШЬ» 18+ 1.00, 2.00, 2.45, 3.30, 4.15, 5.15 T/с «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ» 16+	6.00, 21.00 Смешанные единоборства 16+ 7.00, 9.00, 13.25, 17.50 Новости 0+ 7.05, 17.55, 0.00 Все на Матч! 9.05 M/с «Чемпионы» 6+ 9.25 «Формула-1. Гаснут огни» 12+ 9.55 Д/ф «Наскар. Ведущее наследие» 16+ 10.55 Падел. Международный турнир «Москва-2025». Женщины. 1/2 финала 13.30 Баскетбол. ЦСКА - УНИКС (Казань). Единая лига ВТБ 15.55 Футзал. КПРФ (Москва) - ЛКС (Липецк). Бетсити. Суперлига 18.45 Футбол. «Наполи» - «Интер». Чемпионат Италии 1.30 Падел. Международный турнир «Москва-2025». Мужчины. 1/2 финала 6+ 3.55 Новости 0+ 4.00 Волейбол. «Кузбасс» (Кемерово) - «Динамо-ЛО» (Ленинградская область). Чемпионат России. Суперлига. Мужчины 6+
<b>ДОМАШНИЙ</b>	<b>ТВУ</b>	<b>СТС</b>	<b>ТНТ</b>	<b>ТВ 3</b>	<b>МАТЧ!</b>	<b>★ ЗВЕЗДА</b>	
	6.30 T/с «КАМЕНЬ ЖЕЛАНИЙ» 16+ 9.20, 9.50 Метод Рогова 16+ 10.25 Пять ужинов 16+ 10.40 T/с «ОБЛАСТНАЯ БОЛЬНИЦА» 16+ 19.00 X/ф «ПРАВО НА ИЗМЕНУ» 16+ 23.25 X/ф «НАМ НЕ ЖИТЬ ДРУГ БЕЗ ДРУГА» 16+ 2.55 «6 кадров» 16+ 3.15 Д/с «Эффект Матроны» 16+ 5.30 Московская неделя 12+	5.50 X/ф «ВСТРЕЧА НА ВСТРЕЧЕ» 16+ 7.20 X/ф «МОИ ЗВЕРИ-2» 16+ 10.55 Полезная программа 6+ 11.30, 0.30 События 11.50 «Наша смешная жизнь» 16+ 12.40 X/ф «ПИРАТЫ XX ВЕКА» 12+ 14.30 Московская неделя 15.00 Хроники московского быта 16+ 15.55, 16.40, 3.50, 4.45 Документальные фильмы 16+ 17.30 X/ф «КАЖДОМУ ПО ЗАСЛУГАМ» 16+ 2.10.5 X/ф «ГОРНАЯ БОЛЕЗНЬ» 12+ 0.45 «Петровка, 38» 16+ 0.55 X/ф «ДОКТОР ИВАНОВ. ЧУЖАЯ ПРАВДА» 12+ 5.30 Московская неделя 12+	6.00 M/с «Маша и медведь» 0+ 7.55 Прятки. Секреты сезона 16+ 8.55 M/ф «Распрекрасный принц» 6+ 10.35 M/ф «Ганзель, Гретель и Агентство Магии» 6+ 12.40 M/ф «Яга и книга заклинаний» 6+ 14.40 X/ф «ЧЕБУРАШКА» 6+ 17.00, 19.00 Островок сокровищ. Знаки судьбы 16+ 21.00 Форт. Возвращение легенды 16+ 22.40 X/ф «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ. ИГРЫ. И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ» 12+ 1.30 X/ф «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ I» 16+ 3.15 X/ф «ИДИ КО МНЕ, ДЕТКА» 16+ 4.50 T/с «КУХНЯ» 16+ 5.35 M/с «Три кота» 0+	 7.00, 8.00, 9.00, 4.05, 4.50, 5.40 «Однажды в России» 16+ 9.30 «Время завтрака» 16+ 10.00, 11.35, 13.30, 15.25 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» 16+ 18.00 «Звезды в джунглях» 16+ 21.00 «Титаны» 16+ 23.35 «Шоу Воли» 16+ 1.00 «Ярче звезд» 16+ 2.30, 3.15 «Женский стендап» 16+ 6.00 «Утро ТНТ»-2025 16+	6.00 Мультфильмы 0+ 8.00 Новый день 16+ 8.30 Вкусно с Анфисой Чеховой. Любовное настроение 16+ 9.00, 9.30, 10.00, 10.30 M/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+ 11.00 X/ф «ПОЕЗД СМЕРТИ» 16+ 12.45 X/ф «МРАЧНЫЕ НЕБЕСА» 16+ 15.00 X/ф «КИН» 16+ 17.00 X/ф «ВОЙНА МИРОВ: ВТОРЖЕНИЕ» 16+ 19.00 X/ф «БЮРО ЧЕЛОВЕЧЕСТВА» 16+ 21.00 X/ф «ЛУНА» 16+ 23.45 X/ф «МОЛНИЕНОСНЫЙ ПОЛИЦЕЙСКИЙ» 18+ 1.30, 2.15, 3.00, 3.45, 4.30, 5.15 T/с «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ» 16+	6.00 Профессиональный бокс 16+ 7.00, 9.	

**Обращаем ваше внимание: телеканалы могут вносить изменения в сетку вещания. Редакция за изменения в программе ответственности не несет.**

5.00 Доброе утро  
9.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами) 16+  
9.20 «Модный приговор» 0+  
10.10 «Жить здорово!» 16+  
11.00, 12.15, 18.30 «Время покажет» 16+  
14.00, 17.00, 23.00 «Большая игра» 16+  
15.15 «Давай поженимся!» 16+  
16.05 «Мужское / Женское» 16+  
18.00 Вечерние Новости (с субтитрами) 16+  
19.50 «Пусть говорят» 16+  
21.00 «Время» 16+  
22.00 Т/с «МОСГАЗ. ДЕЛО № 11: РОЗЫГРЫШ» 16+  
0.05 «Время героев» 16+  
1.10, 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+  
3.00 Новости 16+

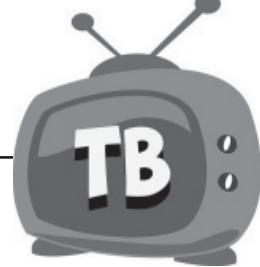
5.00 Утро России  
9.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 3.00 Вести 16+  
9.30 Местное время 16+  
9.55 О самом главном 12+  
11.30, 20.50 Вести. Местное время 16+  
12.00, 18.00 «60 минут» 12+  
14.30, 2.40, 3.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+  
17.00 «Малахов» 16+  
21.00 Т/с «ЗДЕСЬ ВСЕ СВОИ» 16+  
23.00 Д/ф «Никита Михалков. К юбилею» 12+  
0.40 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+

6.30 Диалоги о животных  
7.20 Д/с «Первые в мире»  
7.35 Черные дыры. Белые пятна  
8.15 Д/с «Невский ковчег. Теория невозможного»  
8.45 Х/ф «ГЛЯДИ ВЕСЕЛЕЙ»  
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.35 Новости культуры  
10.15 «Наблюдатель»  
12.45 Новости. Подробно. АРТ  
13.00 Д/с «Твердыни земли русской»  
13.45 Х/ф «ДОНСКАЯ ПОВЕСТЬ»  
15.25 «Агора»  
16.30, 23.05, 2.00, 2.15 Документальные сериалы  
17.15 Мастера концертной сцены  
18.10 Д/ф «Роман в камне»  
18.40 «Рассказы из русской истории»  
19.45 Главная роль  
20.05 Линия жизни  
21.00 Сати. Нескучная классика..  
21.45 Х/ф «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ»  
23.50 Д/ф «Легендарные замки». «Нойшванштайн»

5.00, 8.25, 10.35 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» 16+  
6.30 «Утро. Самое лучшее» 16+  
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «Место встречи»  
16.45 «За гранью» 16+  
17.50 «ДНК» 16+  
20.00 Т/с «ВАСЬКА» 16+  
22.15, 0.00 Т/с «РЕАЛИЗАЦИЯ» 16+  
2.40 Х/ф «ЗА ПРЕДЕЛАМИ ЗАКОНА» 16+  
4.10 Д/с «По следу монстра» 16+

6.00, 8.30, 17.30 Новости 16+  
6.30, 17.45 Прямой эфир 16+  
7.00, 17.00, 18.30 Актуальное интервью 12+  
7.30, 18.15 Знания для жизни 12+  
7.45 За здоровье 16+  
8.45 Око государева 16+  
9.00, 9.30, 10.00, 10.50, 12.00, 13.00, 15.00, 18.00, 20.00 Новости 16+  
9.05, 9.35, 10.05 ОТРАЖЕНИЕ 12+  
11.00, 3.30 Т/с «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ДЕДУШКИНА ВНУЧКА» 16+  
12.05, 13.10, 18.20 ОТРАЖЕНИЕ 12+  
15.15, 0.05 Т/с «ВИЗИТ К МИНОТАВРУ» 12+  
16.45 Новости Совета Федерации 12+  
17.00 «Ректорат» 12+  
17.40 Спецпроект ОТР «Конструкторы будущего». «Инновационный хлеб» 12+  
20.15 Календарь 6+  
20.45 Х/ф «ОЧИ ЧЕРНЫЕ» 12+  
22.35 «Большая страна». Спецпроект ОТР «Сибирь. Время и люди» 12+  
23.35 Д/ф «Дети Коминтерна» 12+  
1.20 ОТРАЖЕНИЕ. Итоги 12+  
1.50 «На приеме у главного врача» 12+  
2.45 «Преодоление» 12+  
4.35 «Свет и тени» 16+  
5.05 «Большая страна» 12+

5.00, 9.00, 13.00, 17.00 Известия 16+  
5.25, 6.00, 6.45, 7.25, 9.30 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3» 16+  
8.05 Фирменный рецепт 12+  
8.40 Знание - сила 12+  
9.35, 10.25, 11.20, 12.05, 0.30, 4.00 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6» 16+  
13.30, 14.20, 15.10, 16.00, 16.50, 17.30, 18.05, 19.00, 19.45, 20.40, 21.25 Т/с «СЛЕД» 16+  
22.20 Т/с «СВОИ-7» 16+  
23.05 Т/с «СВОИ-5» 16+  
0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+  
1.20, 2.05, 2.45, 3.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-4» 16+



5.00 Доброе утро  
9.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами) 16+  
9.20 «Модный приговор» 0+  
10.10 «Жить здорово!» 16+  
11.00, 12.15, 18.30 «Время покажет» 16+  
14.00, 17.00, 23.00 «Большая игра» 16+  
15.15 «Давай поженимся!» 16+  
16.05 «Мужское / Женское» 16+  
18.00 Вечерние Новости (с субтитрами) 16+  
19.50 «Пусть говорят» 16+  
21.00 «Время» 16+  
22.00 Т/с «МОСГАЗ. ДЕЛО №11: РОЗЫГРЫШ» 16+  
0.10, 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+  
3.00 Новости 16+

5.00 Утро России  
9.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 3.00 Вести 16+  
9.30 Местное время 16+  
9.55 О самом главном 12+  
11.30, 21.10 Вести. Местное время 16+  
12.00, 18.00 «60 минут» 12+  
14.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+  
17.00 «Малахов» 16+  
21.30 Т/с «ЗДЕСЬ ВСЕ СВОИ» 16+  
23.30 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+

6.30 Диалоги о животных  
7.20, 13.55, 18.05 Оттепель. В добрый час  
7.35, 13.00 Д/ф «Легендарные замки». «Нойшванштайн»  
8.25 Х/ф «ГЛЯДИ ВЕСЕЛЕЙ»  
9.30, 19.00 Д/с «Строгановка. 200 лет пути к совершенству»  
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.35 Новости культуры  
10.15 «Наблюдатель»  
11.45 Новости. Подробно. Кино  
13.55 Х/ф «РАБА ЛЮБВИ»  
15.25 Д/ф «Раба любви». Господа, это ошибка!  
16.30 Моя любовь - Россия!  
17.15 Мастера концертной сцены  
18.20, 2.10 Д/с «О времени и о реке»  
19.45 Главная роль  
20.05 «Правила жизни»  
20.30 Спокойной ночи, малыши!  
20.45 Абсолютный слух  
21.30 Власть факта

4.55, 8.25, 10.35 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» 16+  
6.30 «Утро. Самое лучшее» 16+  
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «Место встречи»  
16.45 «За гранью» 16+  
17.50 «ДНК» 16+  
20.00 Т/с «ВАСЬКА» 16+  
22.15, 0.00 Т/с «РЕАЛИЗАЦИЯ» 16+  
0.50 Т/с «ТРИ КАПИТАНА» 16+

6.00, 8.30, 17.30 Новости 16+  
6.30, 17.45 Прямой эфир 16+  
7.00, 17.00, 18.30 Актуальное интервью 12+  
7.30, 18.15 Профессия – Родину защищать 16+  
7.45 За здоровье 16+  
8.45 Знания для жизни 12+  
9.00, 9.30, 10.00, 10.50, 12.00, 13.00, 15.00, 18.00, 20.00 Новости 16+  
9.05, 9.35, 10.05 ОТРАЖЕНИЕ 12+  
11.00, 3.30 Т/с «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ДЕДУШКИНА ВНУЧКА» 16+  
12.05, 13.10 ОТРАЖЕНИЕ 12+  
15.15, 0.00 Т/с «ВИЗИТ К МИНОТАВРУ» 12+  
16.45 «Live in Любимово» 12+  
17.00 «Очевидно. Вероятно» 12+  
17.40 Спецрепортаж 12+  
18.20 ОТРАЖЕНИЕ 12+  
20.15 Календарь 6+  
20.45 «Игра в классики» 12+  
21.25 Х/ф «НЕОКОНЧЕННАЯ ПЬЕСА ДЛЯ МЕХАНИЧЕСКОГО ПИАНИНО» 12+  
23.05, 5.05 «Большая страна» 12+  
1.20 ОТРАЖЕНИЕ. Итоги 12+  
1.50 «На приеме у главного врача» 12+  
2.45 «Преодоление» 12+  
4.35 «Свет и тени» 16+  
5.05 «Большая страна» 12+

5.00, 9.00, 13.00, 17.00 Известия 16+  
5.25, 6.00, 6.45, 7.25, 9.30 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3» 16+  
7.25 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-7» 16+  
8.15, 9.30, 9.35, 10.25, 11.20, 12.05, 0.30, 4.00 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6» 16+  
13.30, 14.20, 15.10, 16.00, 16.45, 17.30, 18.05, 19.00, 19.45, 20.35, 21.25 Т/с «СЛЕД» 16+  
22.20 Т/с «СВОИ-7» 16+  
23.05 Т/с «СВОИ-5» 16+  
0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+  
1.20, 2.05, 2.45, 3.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-4» 16+

5.00 Доброе утро  
9.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами) 16+  
9.20 «Модный приговор» 0+  
10.10 «Жить здорово!» 16+  
11.00, 12.15, 18.30 «Время покажет» 16+  
14.00, 17.00, 23.00 «Большая игра» 16+  
15.15 «Давай поженимся!» 16+  
16.05 «Мужское / Женское» 16+  
18.00 Вечерние Новости (с субтитрами) 16+  
19.50 «Пусть говорят» 16+  
21.00 «Время» 16+  
22.00 Т/с «МОСГАЗ. ДЕЛО №11: РОЗЫГРЫШ» 16+  
0.00 Премьера. «Шоу Вована и Лексуса» 16+  
1.05, 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+  
3.00 Новости 16+

5.00 Утро России  
9.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 3.00 Вести 16+  
9.30 Местное время 16+  
9.55 О самом главном 12+  
11.30, 21.10 Вести. Местное время 16+  
12.00, 18.00 «60 минут» 12+  
14.30, 2.10, 3.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+  
17.00 «Малахов» 16+  
21.30 Т/с «ЗДЕСЬ ВСЕ СВОИ» 16+  
23.30 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+

6.30 Диалоги о животных  
7.30, 13.00, 0.10 Д/ф «Легендарные замки». «Верхний Кенигсбург»  
8.25 Х/ф «ГЛЯДИ ВЕСЕЛЕЙ»  
9.30, 19.00 Д/с «Строгановка. 200 лет пути к совершенству»  
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.55 Новости культуры  
10.15 «Наблюдатель»  
11.10, 1.05 «XX век»  
12.45 Новости. Подробно. Кино  
13.55 Х/ф «РАБА ЛЮБВИ»  
15.25 Д/ф «Раба любви». Господа, это ошибка!  
16.30 Моя любовь - Россия!  
17.15 Мастера концертной сцены  
18.20, 2.10 Д/с «О времени и о реке»  
19.45 Главная роль  
20.05 «Правила жизни»  
20.30 Спокойной ночи, малыши!  
20.45 Абсолютный слух  
21.30 Власть факта

4.50, 8.25, 10.35 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» 16+  
6.30 «Утро. Самое лучшее» 16+  
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «Место встречи»  
16.45 «За гранью» 16+  
17.50 «ДНК» 16+  
20.00 Т/с «ВАСЬКА» 16+  
22.15, 0.00 Т/с «РЕАЛИЗАЦИЯ» 16+  
0.50 Т/с «ТРИ КАПИТАНА» 16+

6.00, 8.30, 17.30 Новости 16+  
6.30, 17.45 Прямой эфир 16+  
7.00, 17.00 Актуальное интервью 12+  
7.30, 8.45, 18.15 Профессия – Родину защищать 16+  
7.45 За здоровье 16+  
8.45 Знания для жизни 12+  
9.00, 9.30, 10.00, 10.50, 12.00, 13.00, 15.00, 18.00, 20.00 Новости 16+  
9.05, 9.35, 10.05 ОТРАЖЕНИЕ 12+  
11.00, 3.30 Т/с «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ДЕДУШКИНА ВНУЧКА» 16+  
12.05, 13.10 ОТРАЖЕНИЕ 12+  
15.15, 0.00 Т/с «ВИЗИТ К МИНОТАВРУ» 12+  
16.30 Д/ф «Коллекционер» 12+  
18.30 Человек на Своем месте 12+  
20.15 Календарь 6+  
20.45 Х/ф «НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ ИЗ ЖИЗНИ И.И. ОБЛОМОВА» 12+  
23.05 «Большая страна». Спецпроект ОТР «Сибирь. Время и люди» 12+  
1.20 ОТРАЖЕНИЕ. Итоги 12+  
1.50 «На приеме у главного врача» 12+  
2.45 «Преодоление». Николай Пржевальский. Счастливый странник 12+  
4.35 «Свет и

# ПЕДАГОГИ НА СЦЕНЕ

5 октября во всем мире чествовали учителей.

Не секрет, что знаменитости – люди многогранные. Предлагаем узнать, у кого из известных персон есть за плечами – или теоретически мог быть – преподавательский опыт.

## ПАВЕЛ ВОЛЯ



Окончив школу с серебряной медалью, будущий шоумен поступил на филологический факультет педагогического университета в родной Пензе и получил диплом учителя русского языка и литературы.

Несмотря на то, что педагогическую карьеру Павел так и не построил, гуманитарное образование в сочетании с природным талантом помогло ему стать успешным артистом разговорного жанра. Еще во время учебы он возглавлял команду КВН «Валеон Дассон» и работал ди-джеем на одной из местных радиостанций, а потом отправился в Москву – покорять столичный шоубизнес.

«Хочу сейчас обратиться ко всем, кто думает, что высшее образование – это уже пережиток прошлого. Ни одна прочитанная книжка, ни одна прослушанная лекция не пройдет даром, поэтому читайте, учитесь и впитывайте в себя знания по максимуму», – заявил юморист в одном из интервью.

## АНДРЕЙ ЖУРАВЛЕВ



В отличие от Павла Воли, актеру все же довелось познакомить школьников с поэзией А.С. Пушкина и М.Ю. Лермонтова и правилами постановки знаков препинания в сложных предложениях.

Анатолий с детства хотел стать артистом и при этом в старших

классах почувствовал серьезный интерес к литературе, то и дело поражая сверстников и учителей выразительной декламацией стихов у доски.

Поступив на филфак Нижнетагильского государственного педагогического института, юноша успевал играть в спектаклях местного драмтеатра. После окончания учебы он по распределению попал в маленькую сельскую школу. Педагогов не хватало, и пришлось преподавать не только русский язык и литературу, но и географию, историю, пение, физкультуру и труд...

Актер вспоминает, что День учителя тогда отмечали не чаепитием, а сбором картофеля:

«Была у нас общая фотография. Мы с директором и все классы, а рядом – ведра. На Урале обычно картошку копают в середине сентября, так что на День учителя мы выкапывали последнюю. Так и праздновали копанием, а потом ели этот же картофель всю осень и зиму».

Поработав некоторое время в школе, молодой педагог все же решил реализовать детскую мечту и подал документы в Ленинградский государственный институт театра, музыки и кинематографии.

## АНАСТАСИЯ ЗАВОРОТНЮК



В биографии артистки – десятки работ в кино, театре и на телевидении. Однако судьба «прекрасной няни» могла сложиться и по-другому – вполне вероятно, что она бы рассказывала ученикам о Столетней войне и тайнах дворцовых переворотов.

Анастасия выросла в Астрахани в известной творческой семье: ее мать работала в ТЮЗе, а отец – на телевидении. Но родители были против, чтобы дочь пошла по их стопам, и девушка поступила на исторический факультет Астраханского государственного пе-

дагогического института. Однако интерес к сцене победил: уже после первого курса, заявив, что едет проходить практику на археологических раскопках, Анастасия отправилась в Москву и поступила в Школу-студию МХАТ.

## АНДРЕЙ ГРИГОРЬЕВ-АППОЛОНОВ



Будущий солист группы «Иванушки International», окончив Сочинское педагогическое училище, работал учителем начальных классов. Правда, всего несколько месяцев – 18-летний юноша никак не мог привыкнуть просыпаться в шесть утра, регулярно проверять тетрадки и следить за дисциплиной учеников. Но педагогические навыки помогли, когда Андрей стал ведущим детской программы «Полундра». «Общаться с детьми гораздо приятнее – они более искренние и веселые, чем взрослые», – признался певец.

## СТИНГ



Популярный британский музыкант, певец и автор песен, чье настоящее имя звучит как Гордон Мэттью Томас Самнер, в молодости сменил немало профессий – был и мелким служащим в банке, и кондуктором в общественном транспорте, и дорожным рабочим. А получив диплом педагогического колледжа Северных графств, он некоторое время

работал учителем в католической начальной школе Святого Павла. Будущий обладатель премии «Грэмми» преподавал ребятишкам все предметы программы, а параллельно давал концерты.

## СИЛЬВЕСТР СТАЛЛОНЕ



Будущий актер рос очень непростым ребенком и сменил 14 школ: из каждой его выгоняли за плохое поведение и неуспеваемость. Закончив в итоге специализированную школу для трудных подростков, Сталлоне поступил в Американский драматический колледж в Швейцарии. Чтобы иметь возможность платить за обучение, юноша устроился туда же преподавателем физкультуры: «Было очень удобно. Я и учился, и сам себя обеспечивал, а заодно еще играл в самодеятельном драматическом театре».

## ДЖОАН РОУЛИНГ



Автор романов о Гарри Поттере однажды призналась: прототипами многих преподавателей придуманной ею школы чародейства и волшебства Хогвартс стали ее собственные учителя. Да и сама Роулинг к педагогике имеет непосредственное отношение. Окончив Эксетерский университет со степенью бакалавра по французскому языку и классической филологии, она переехала в Португалию, где по вечерам обучала студентов английскому языку, а по утрам – писала первые главы книги о мальчике-волшебнике.

Использованы материалы Интернета

## ГОВОРIM ПО-РУССКИ

### МИКИТКИ

Получить под мицкитки или ударить под мицкитки. А спроси – где они? – большинство укажут на подмышки.

Между тем в Толковом словаре В. Даля «мицкитки» (или «ницкитки»!) – это пах, подвздошье, подреберье. Проще всего было бы предположить, что это слово происходит от имени собственного: Микита, Никита. Например, существовал какой-нибудь реальный Микита, который первым и двинул кому-то «под мицкитки»... Версия увлекательная, но языковеды уже доказали, что это не так. Микита, мицкитка – это русский вариант праславянского слова, которое значило «мягкие части тела». В русском языке оно должно было звучать и писаться, как «мицкита, мицкитка», но ни в одном говоре этой формы уже не найдешь – видимо, ассоциация с Микитой и Никитой ее вытеснила.

Использованы материалы www.rg.ru

### Предлагаем оформить ПОДПИСКУ на «Кавказскую неделю» в РЕДАКЦИИ

и получать газету в издательстве  
«Кавказская здравница»  
(г. Минеральные Воды) на проходной  
в удобное для вас время.

Цена 1 экземпляра газеты – 12 руб. 00 коп.,

на 3 месяца 2025 г. (октябрь–декабрь) – 120 руб. 00 коп.

Подписка на газету на 1-е полугодие 2026 года

в редакции будет доступна  
с 1 декабря 2025 года.

Подробности на стр. 1



### ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Свое имя медвежонок получил в честь медведицы Vinniéreg, которая обитала в Лондонском зоопарке. Спустя несколько десятков лет (осенью 1981 года) уже выросшим Кристофером Робином Милном в этом зоопарке был воздвигнут памятник во весь ее рост.

Использованы материалы  
www.my-calend.ru

**Афиша**  
СЕВЕРО-КАВКАЗСКАЯ  
ГОСФИЛАРМОНИЯ  
[www.kursal.ru](http://www.kursal.ru)

### КИСЛОВОДСК

Зал им. А. Скрябина  
14 ОКТЯБРЯ 19.00 6+  
Виктор ЗИНЧУК

18 ОКТЯБРЯ 16.00 6+  
Академический симфонический оркестр им. В.И. Сафонова  
Концерт

19 ОКТЯБРЯ 12.00 0+  
Музыкальная интермедия  
«Подарки из Сказки»  
Солисты оперной труппы  
Северо-Кавказской  
государственной филармонии  
им. В.И. Сафонова

19 ОКТЯБРЯ 19.00 6+  
Вечер вокальной музыки  
«Любовь двадцатого века»  
21 ОКТЯБРЯ 19.00 12+

Вечер инструментальной музыки  
«По-французски о любви»

ЕССЕНТУКИ  
Зал им. Ф. Шаляпина  
14 ОКТЯБРЯ 19.00 12+  
Спектакль  
«Счастье ходит по пятам»

15 ОКТЯБРЯ 19.00 12+  
Вечер органной музыки  
«Органные витражи»  
16 ОКТЯБРЯ 19.00 6+  
Вечер вокальной музыки  
«Шедевры эпохи бельканто»

17 ОКТЯБРЯ 19.00 12+  
Академический симфонический оркестр им. В.И. Сафонова  
Опера «Дама с собачкой»  
По рассказу А.П. Чехова

18 ОКТЯБРЯ 11.00 0+  
Музыкальная интермедия  
«Подарки из Сказки»  
19 ОКТЯБРЯ 19.00 6+  
Хор Валаамского монастыря  
«20 лет. Юбилейный концерт»

20 ОКТЯБРЯ 19.00 12+  
Вечер инструментальной музыки  
«По-французски о любви»

21 ОКТЯБРЯ 19.00 6+  
Вечер вокальной музыки  
«Коснулась я цветка»

ПЯТИГОРСК  
Лермонтовская галерея  
15 ОКТЯБРЯ 19.00 6+  
Вечер инструментальной музыки  
«Орхидеи в лунном свете»

«Камертон» Малый зал  
21 ОКТЯБРЯ 16.00 6+  
Вечер вокальной музыки  
«Романсиада»

ЖЕЛЕЗНОВОДСК  
ГДК  
15 ОКТЯБРЯ 16.00 6+  
Вечер вокальной музыки  
«Вдоль по Питерской»

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
КРАЕВОЙ ТЕАТР ОПЕРЕТЫ  
г. Пятигорск

15 ОКТЯБРЯ 15.00 12+  
Д. Патров «ДУЭЛЬ»  
(историческая драма)

17 ОКТЯБРЯ 19.00 12+  
Музыкальная гостиница  
«Хоровод народных песен»  
Ольга ШАМАНСКАЯ

18 ОКТЯБРЯ 11.00 6+  
Б. Савельев  
«ОСТРОВ СОКОРОВИЩ»  
(романтическая баллада)

22 ОКТЯБРЯ 19.00 12+  
И. Штраус  
«ЛЕТУЧАЯ МЫШЬ»  
(оперетта)

ДЕЛЬФИНАРИЙ 0+  
т 8 (87937) 5-61-61, 8-928-335-61-61

Выступают дельфины, белые полярные  
киты (белухи), морские ластоногие.  
г. Кисловодск, ул. Промышленная, 5а.

Начало представлений:  
вт., ср., чт., пт. – в 15.00;  
сб., вс. – в 11.00, 15.00;  
вых. – пн.

РЕКЛАМА



**Улыбнитесь, друзья!**



☺ ☺ ☺

— Вот думаю, можно ли, посмотрев на дерево, понять, где север, а где юг?  
— Безусловно, елка — север, пальма — юг.

☺ ☺ ☺

Интересно, кто в Гидрометцентре главный ощущатель, который оценивает ощущаемую температуру?

☺ ☺ ☺

— Чем дольше звонят в дверь, тем сильнее меня нет дома.

☺ ☺ ☺

Лотерея — самый точный способ учета оптимистов.

☺ ☺ ☺

— Вы так похорошили! В чем секрет?

— Я перешла на правильное питание: не ем пиццу и жареную картошку, бегаю по утрам, раз в неделю плаваю в бассейне и пользуюсь антицеллюлитным кремом. Ложусь спать в 22:00, встаю в 6:00.

☺ ☺ ☺

— Ого, а что за крем?

☺ ☺ ☺

— У вас есть недостатки?  
— Масса!

— А какие именно?

— Я же сказала — масса!

— Диетологи советуют есть часто, но понемногу. Первая часть рекомендаций у меня отлично получается.

☺ ☺ ☺

— Я давно поняла, что извиниться перед гостями за отсутствие уборки куда легче, чем тратить на нее кучу времени и сил.

☺ ☺ ☺

— Мама, человека ведь не ругают за то, что он не делал?

— Конечно, сынок.

— Отлично, тогда скажу: я не сделал уроки.

## ПОГОДА

СТАВРОПОЛЬ ПЯТИГОРСК МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ

ВТОРНИК, 14 ОКТЯБРЯ

т день: +13  
ночь: +8  
атм. давл. 714

+16  
+6  
722

+17  
+6  
737

СРЕДА, 15 ОКТЯБРЯ

т день: +11  
ночь: +8  
атм. давл. 714

+15  
+6  
722

+16  
+6  
737

ЧЕТВЕРГ, 16 ОКТЯБРЯ

т день: +9  
ночь: +6  
атм. давл. 716

+10  
+8  
724

+11  
+9  
740

ПЯТНИЦА, 17 ОКТЯБРЯ

т день: +12  
ночь: +4  
атм. давл. 721

+11  
+8  
724

+12  
+9  
742

СУББОТА, 18 ОКТЯБРЯ

т день: +14  
ночь: +4  
атм. давл. 717

+13  
+5  
721

+14  
+6  
738

ВОСКРЕСЕНИЕ, 19 ОКТЯБРЯ

т день: +14  
ночь: +9  
атм. давл. 711

+14  
+8  
717

+15  
+9  
733

ПОНЕДЕЛЬНИК, 20 ОКТЯБРЯ

т день: +12  
ночь: +7  
атм. давл. 718

+12  
+9  
721

+14  
+10  
738

ВТОРНИК, 21 ОКТЯБРЯ

т день: +13  
ночь: +6  
атм. давл. 720

+13  
+7  
723

+14  
+8  
740

# АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ

с 20 по 26 октября

## ОВЕН (21.03-19.04)

**Любовь.** Не стоит никому ничего доказывать, поступайте, как велит сердце, и берегите отношения, имеющие для вас ценность. Не оставляйте недосказанности, лучше поговорить, даже если тема неприятная.

**Работа.** Не раскрывайте своих планов. Благодаря счастливому слуху удастся уладить вопрос, который никак не решался.

**Здоровье.** Возможны головные боли.

⌚ 20 октября ⌚ 24 октября

## ТЕЛЕЦ (20.04-20.05)

**Любовь.** Окружающие могут втягивать в конфликт, нужно точно понимать, насколько он вас касается. Доверчивость приведет к негативным последствиям. Вероятен разговор, после которого вы примете важное решение.

**Работа.** В коллективе возможны интриги и соперничество. Отстаивайте свои интересы.

**Здоровье.** Новый подход к старым проблемам может дать результат.

⌚ 22 октября ⌚ 21 октября

## БЛИЗНЕЦЫ (21.05-21.06)

**Любовь.** Близкие будут недовольны тем, что им уделяется мало времени. Страйтесь не давать обещаний. В вашем окружении может появиться человек, оказывающий негативное влияние. Будет сложно ему отказать, но проявите твердость.

**Работа.** Потребуется умение адаптироваться и быстро перестраиваться. Нежелательно планировать поездки или отправляться в них.

**Здоровье.** Возможны проблемы со сном.

⌚ 23 октября ⌚ 20 октября

## СТРЕЛЕЦ (22.11-21.12)

**Любовь.** Будет больше общения, вероятно знакомство романтического характера. При этом нельзя провоцировать сплетни и слухи о себе. Это может надолго испортить репутацию.

**Работа.** Открываются возможности проявить свои способности. Хорошо осваивать другую профессию, выходить на новое место работы.

**Здоровье.** Займитесь профилактикой.

⌚ 26 октября ⌚ 23 октября

## КОЗЕРОГ (22.12-19.01)

**Любовь.** К вам могут обращаться за помощью. Вероятен важный разговор с родителями, наставником. От друзей можете получить информацию, но не стоит сразу доверять.

**Работа.** Лучше идти проверенными путями. Начальство будет к вам расположено, можно обратиться к нему с волнующими вопросами.

**Здоровье.** Не перегружайте себя, иначе упадок сил гарантирован.

⌚ 24 октября ⌚ 20 октября

## ВОДОЛЕЙ (20.01-18.02)

**Любовь.** Партер будет предъявлять к вам все больше требований или претензий. Но сейчас не время выяснять отношения, можно наговорить друг другу лишнего и жалеть об этом. Нестабильный период быстро закончится.

**Работа.** Хорошие дни для покупки средств связи, размещения объявлений, рекламы.

**Здоровье.** Соблюдайте режим дня.

⌚ 20 октября ⌚ 24 октября

## ЛЕВ (23.07-22.08)

**Любовь.** Партер будет предъявлять к вам все больше требований или претензий. Но сейчас не время выяснять отношения, можно наговорить друг другу лишнего и жалеть об этом. Нестабильный период быстро закончится.

**Работа.** Хорошие дни для покупки средств связи, размещения объявлений, рекламы.

**Здоровье.** Соблюдайте режим дня.

⌚ 20 октября ⌚ 24 октября

## ДЕВА (23.08-22.09)

**Любовь.** Умение выстраивать коммуникацию очень пригодится. Знакомства будут полезными и перспективными. С соседями может возникнуть спор. В выходные посвятите время себе, займитесь тем, что вам больше всего нравится.

**Работа.** Составьте план и придерживайтесь его. Если работа сделчая, получите хороший доход.

**Здоровье.** Показано больше прогулок.

⌚ 24 октября ⌚ 23 октября

## РЫБЫ (19.02-20.03)

**Любовь.** Полагайтесь на себя, больше времени посвящайте тому, на что откликается сердце. Вы можете оказать поддержку человеку, сами не понимая, насколько ценной она является.

**Работа.** Поддавшись сиюминутным эмоциям, можно наделать ошибок. Вероятен доход от сделанных ранее вложений. Известие издалека буквально вас окрылит.

**Здоровье.** Может повыситься отечность.

⌚ 24 октября ⌚ 21 октября

Дата выхода 14 октября 2025 г.  
Печать офсет. Объем 12 полос А3.  
**Заказ 25142. Тираж 4725.**  
Отпечатано в АО «Издательство «Кавказская здравница»,  
357212, г. Минеральные Воды, ул. 50 лет Октября, 67/1,  
отдел рекламы — 8 (87922) 6-25-76; e-mail:nedelya@kmv.ru.  
Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Северо-Кавказскому федеральному округу.  
Свидетельство о регистрации ПИ № ТУ 26-00631 от 16.12.2016.

Улыбнитесь, друзья!



☺ ☺ ☺

— Вот думаю, можно ли, посмотрев на дерево, понять, где север, а где юг?  
— Безусловно, елка — север, пальма — юг.

☺ ☺ ☺

Интересно, кто в Гидрометцентре главный ощущатель, который оценивает ощущаемую температуру?

☺ ☺ ☺

— Чем дольше звонят в дверь, тем сильнее меня нет дома.

☺ ☺ ☺

Лотерея — самый точный способ учета оптимистов.

☺ ☺ ☺

— Вы так похорошили! В чем секрет?

— Я перешла на правильное питание: не ем пиццу и жареную картошку, бегаю по утрам, раз в неделю плаваю в бассейне и пользуюсь антицеллюлитным кремом. Ложусь спать в 22:00, встаю в 6:00.

☺ ☺ ☺

— Ого, а что за крем?

☺ ☺ ☺

— У вас есть недостатки?  
— Масса!

— А какие именно?

— Я же сказала — масса!

— Диетологи советуют есть часто, но понемногу. Первая часть рекомендаций у меня отлично получается.

☺ ☺ ☺

— Я давно поняла, что извиниться перед гостями за отсутствие уборки куда легче, чем тратить на нее кучу времени и сил.

☺ ☺ ☺

— Мама, человека ведь не ругают за то, что он не делал?

— Конечно, сынок.

— Отлично, тогда скажу: я не сделал уроки.

☺ ☺ ☺

— У вас есть недостатки?  
— Масса!

— А какие именно?

— Я же сказала — масса!