

С Л О В О 16+

Молодежная газета Республики Северная Осетия-Алания

21 апреля 2018 г. СУББОТА
№70 (12273)
Газета издается
с 4 июля 1920 года

В ЧАС ДОСУГА



Программа
телепередач

Цена 10 руб.

Мудрость дня
Благотворящий
бедному
ДАЕТ ВЗАИМЫ
ГОСПОДУ.

Библия. Притч.

Сегодня в номере

- ✦ Ты и закон - с. 2
- ✦ “Казанская сирота” - с. 3
- ✦ Пора освежить тюль - с. 4
- ✦ Чем полезна ряженка - с. 5
- ✦ Гурман - с. 6
- ✦ Сердечные заболевания - с. 7
- ✦ Новая жизнь старых стен - с. 8
- ✦ Программа ТВ - с. 9-15
- ✦ Если леня мешает жить - с. 16-17
- ✦ “Столярный клей” - с. 18
- ✦ Неделя Жен-Мироносиц - с. 19
- ✦ В здоровом питомце здоровый дух - с. 20
- ✦ На садовом участке - с. 21

Ирина АЛЕКСИМОВА:

“Популярность - это случай, она не является критерием актерского качества”.

с. 22-23

Прокуратура информирует...

ЕСЛИ ВАС ВЫНУЖДАЮТ ДАТЬ ВЗЯТКУ, СООБЩИТЕ ОБ ЭТОМ В ПОЛИЦИЮ, СЛЕДСТВЕННЫЙ КОМИТЕТ ИЛИ ПРОКУРАТУРУ

Разъясняет помощник прокурора Затеречного района г. Владикавказа А.А.ПЛИЕВ.

- Сталкиваясь в жизни с какими-либо незаконными действиями других лиц, гражданам порой нелегко бывает определить, являются ли эти действия коррупцией и насколько они серьезны. Чтобы определиться, необходимо знать понятие коррупции, которое закреплено в ст. 1 Федерального закона "О противодействии коррупции".

Под коррупцией понимается незаконное использование физическим лицом своего должностного положения вопреки законным интересам общества и государства в целях получения выгоды в виде денег, ценностей, иного имущества или услуг имущественного характера, иных имущественных прав для себя или для третьих лиц, либо незаконное предоставление такой выгоды указанному лицу другими физическими лицами, в т.ч. совершенное от имени или в интересах юридического лица.

Любые действия или бездействия, не содержащие вышеуказанных признаков, коррупционными нарушениями не являются. Коррупционные нарушения могут выражаться в дисциплинарных проступках, административных правонарушениях или коррупционных преступлениях.

Дисциплинарный коррупционный проступок - это действие или бездействие лица, нарушающее законодательство о противодействии коррупции, но не являющееся преступлением или административным правонарушением.

Наиболее распространенными дисциплинарными проступками являются: неуведомление государственным или муниципальным служащим представителя нанимателя (работодателя), органов прокуратуры, правоохранительных органов о случаях обращения к нему каких-либо лиц в целях склонения его к совершению коррупционных правонарушений (ст.9 закона); непринятие государственным или муниципальным служащим мер по предотвращению возникшего или могущего возникнуть конфликта интересов, а равно неуведомление представителя нанимателя (непосредственного начальника) о возникшем конфликте интересов либо о наличии заинтересованности, которая может привести к конфликту интересов (ст.10 закона); непредставление либо представление недостоверных неполных сведений о доходах, расходах, имуществе и обязательствах имущественного характера государственного (муниципального) служащего или его супруги (а) и несовершеннолетних детей (ст. 8 закона) и т.д.

Так, например, государственный служащий в справке о доходах, расходах, имуществе и обязательствах имущественного характера не указал сведения о своих расходах на приобретение в отчетном периоде квартиры на сумму,

превышающую совокупный доход с супругой за три года, предшествующих покупке.

Административным коррупционным правонарушением является обладающее признаками коррупции действие или бездействие, предусмотренное Кодексом Российской Федерации об административных правонарушениях, за совершение которого установлена административная ответственность, но не являющееся преступлением.

Действующее законодательство относит к числу коррупционных лишь две статьи Кодекса РФ об административных правонарушениях: незаконное вознаграждение (взятка) от имени юридического лица (ст. 19.28 КоАП РФ); привлечение работодателем к трудовой деятельности либо заказчиком работ (услуг) к выполнению работ на условиях гражданско-правового договора бывшего или действующего государственного или муниципального служащего, замещающего должность, включенную в установленный перечень, без уведомления его бывшего работодателя в 10-дневный срок (ст. 19.29 КоАП РФ). Дела о коррупционных административных правонарушениях возбуждаются исключительно прокурором.

Коррупционными преступлениями являются предусмотренные Уголовным кодексом Российской Федерации общественно опасные деяния, непосредственно посягающие на авторитет публичной службы, выражающиеся в незаконном получении должностными лицами каких-либо преимуществ (имущества, прав на него, услуг или льгот) либо в предоставлении последним таких преимуществ, например:

- использование должностным лицом своих полномочий для получения имущественной выгоды (ст.285, 286 УК РФ);
- дача или получение взятки (материальные ценности, деньги, ювелирные изделия, бытовая и иная техника, недвижимость, транспортное средство, оплата обучения детям или супругам, путевка на отдых и т.д.) за совершение действий при исполнении должностных полномочий, в том числе освобождение лица от ответственности за нарушение закона (ст.290, ст.291 УК РФ);
- хищение должностным лицом бюджетных средств (ч.3,4 ст.159 УК РФ);
- внесение должностным лицом или служащим в официальные документы заведомо ложных или искажающих действительность сведений из корыстной или иной личной заинтересованности (ст.292 УК РФ) и др.

Если вас вынуждают дать взятку или вы уже ее дали, сообщите об этом в полицию, следственный комитет или прокуратуру, способствуйте раскрытию и расследованию преступления. Только в этом случае вы не подлежите административной и уголовной ответственности, в отношении вас могут быть применены меры безопасности с целью охраны ваших прав и свобод (ст. 291 УК РФ, ст. 11 УПК РФ).



МУДРОтека

“К нему и на козе не подъедешь”

Это довольно редкое словосочетание, означающее “он совершенно неприступен”, возникло, вероятно, в языке старорусских “потешных людей” - всяких шутов, гудошников и скоморохов.

Они веселили своих высоких покровителей, применяя для их забавы и гусли, и бубенцы, наряжаясь в козы и медвежьих шкуры, в оперенье журавля. В “репертуар” этих “шпыней” входила и езда на козлах и свиньях.

Очевидно, скомоорохи встречались иной раз с таким дурным настроением высокопоставленной особы, что на него “даже коза не действовала”.

Отсюда и пошла эта поговорка.

**“К шапочному разбору (прийти)”**

Это значит: опоздать, явиться, когда все уже кончилось. Поговорка возникла в те времена, когда на Руси люди, являясь в церковь в теплой одежде и зная, что входить внутрь в шапке нельзя, складывали свои треухи и колпаки у самого входа. По окончании церковной службы, выходя, все разбирали их. “К шапочному разбору” приходил только тот, кто явно не торопился в церковь.

**“Как в воду глядел”**

Это выражение связано с широко известным и распространенным некогда “бытовым” способом гадания. Желая узнать что-нибудь заранее, человек мог, не прибегая к услугам ворожеи, гадать себе сам, всматриваясь в собственное неясное отражение в озере, ручье или просто чашке с водой. Используя специальные наговоры, он мог, глядя в воду, якобы “считывать” свою судьбу, предугадывать ход каких-либо событий. Выражение “как в воду глядел” давно утратило свой буквальный смысл, но осталось жить в разговорной речи и дошло до нас в значении “знать заранее, предвидеть что-нибудь”.



Библейские крылатые слова и выражения

“Казни египетские”

В Библии рассказывается: фараон Египта долго отказывался отпустить на свободу народ, живший в Египте на положении рабов. По преданию, разгневанный Бог наслал тогда на египетскую страну последовательно десять суровых наказаний, по-старославянски - “казней”. Это были: превращение воды Нила в кровь, нашествие на страну жаб и других пресмыкающихся, изобилие мошкар, прилет особо злых “песых” мух, падеж скота, страшная эпидемия, покрывшая все население нарывами, град, прерывающийся огненными ливнями, нашествие всеистребляющей саранчи, многодневная тьма (см. “Тьма египетская”), смерть первенцев не только в человеческих семьях, но и у домашнего скота. Напуганный бедствиями, фараон позволил поработенным покинуть Египет.

“Египетской казнью” теперь называют любое тяжелое бедствие, мучение.

“Казанская сирота”

В октябре 1552 года войско Ивана Грозного взяло столицу татарского Казанского ханства, город Казань. Огромная территория перешла под власть Москвы. Чтобы держать в покорности ее население, приходилось изыскивать разные способы. Поэтому русские власти старались привлечь на свою сторону, конечно, не татарских “мужиков”, простых людей, а в первую очередь татарскую знать, князей - мурз. Князья в большинстве своем довольно охотно шли навстречу новой власти, стремясь сохранить свое положение и богатство. Многие из них принимали христианство, получали от царя подарки и ехали в Москву, чтобы присоединиться там к царской свите. Этих князей и княжат наш народ стал насмешливо называть “казанскими сиротами” - при дворе они приbedнялись, старались получить как можно больше наград и “жалованья”.

“Казанская сирота” - человек, прикидывающийся несчастным, чтобы вызвать сочувствие жалостливых людей; в этом смысле мы и по сей день используем как поговорку старинную кличку.



Пора освежить тюль

Каким бы качественным и дорогостоящим не был ваш тюль, все равно рано или поздно под воздействием времени, пыли и солнечного света тюль принимает далеко непрезентабельный вид. А это значит, что пора его освежить. Постараемся вернуть тюлю его первоначальный вид. В статье мы расскажем, как стирать тюль в стиральной машине (автомат) и в ручную, чтобы была белая, рассмотрим, при какой температуре лучше проводить стирку.

Руками

Первым делом нужно снять тюль с окна и хорошенько встряхнуть его. Делать это лучше всего, конечно же, на улице. Потому что тюль, да и вообще все занавески, - это отличный сборник пыли.

Следующим шагом при стирке тюля станет его отмачивание. Замачивать тюлевые занавески нужно в теплой воде, с температурой примерно 36 градусов. Предварительно нужно добавить в воду обычную пищевую соль. Сколько сыпать? Все зависит от той емкости, в которой вы замачиваете тюль. Главное, чтобы вода была соленая. Вы удивитесь, когда увидите, какой грязной стала вода. Соль прекрасно смягчает воду и разъедает все загрязнения. На замочку отвечает примерно час-полтора.

Если время, отведенное на замочку, уже вышло, то достаем тюль из воды и хорошенько выполаскиваем. Очень важный момент! Тюль боится горячей воды - от нее он желтеет и становится жестким. Так что полоскать нужно также в чуть теплой воде.

Теперь собственно сам процесс стирки. Он будет проходить в два этапа.

Этап №1

Наливаем в таз чистой и (опять же) чуть теплой воды. Теперь нам понадобится немного уксуса - одна столовая ложка на литр воды. Уксус нужен для того, чтобы после стирки тюль блеснул и искрился в лучах солнечного света. Хорошо размешиваем уксус в воде, и добавляем стиральный порошок. Лучше всего использовать специальный порошок для деликатных тканей, но если такого в наличии нет, то берем самый-самый качественный. Порошка нам потребуется совсем чуть-чуть, так как тюль имеет свойство взбивать густую плотную пену, которую потом непросто выполоскать. Можно взять порошок для машин-автоматов. От него пены почти не будет. Кладем тюль в таз и приступаем к стирке. Тюль - вещь ка-

призная и требует деликатного обращения. А потому, при стирке, его ни в коем случае нельзя выкручивать и тереть. Достаточно просто аккуратно сжимать его руками.

Этап №2

Опять наливаем в таз чистой воды. На этот раз нам потребуется синька. Делаем чуть голубоватый раствор и опускаем тюль в воду. Аккуратно простирываем. После такой стирки ваш тюль станет таким же белоснежным и ярким, как сразу после покупки.

В стиральной машине

Не всегда есть возможность возиться с ручной стиркой. Тем более, если это такая объемная вещь, как тюль. Если вы, к примеру, ждете вечером гостей и вам срочно нужно навести порядок в доме, то можно просто постирать тюль в стиральной машине. Речь идет, конечно же, о стиральной машине-автомате. Машинка активаторного типа, скорее всего, превратит ваш тюль в половую тряпку.

Берем тюль (лучше поместить его в специальный мешок для стирки или наволочку) и кладем в стиральную машину. Для стирки нам также понадобится специальный порошок для деликатных тканей. Включаем самый щадящий режим стирки без отжима и ждем. Все просто, не правда ли? Вот только эффекта блеска и белоснежности при такой стирке добиться вам вряд ли удастся. Для того чтобы после стирки в машине ваша тюль вновь стала белее снега, придется использовать отбеливатель. Отбеливатель с хлором категорически не подходит, а вот кислородные отбеливатели придутся как раз кстати. После стирки сразу же развесьте тюль на карнизе, и складки, образовавшиеся при машинной стирке, разгладятся сами собой.



Что делать, если ничего не помогает

Если вашему тюлю уже порядком лет, и желтизна буквально въелась в его волокна, то можно применить тяжелую артиллерию. Для самых трудных случаев нам понадобятся нашатырный спирт и перекись водорода. Этот способ проверен еще нашими бабушками. И, что самое главное, практически никаких затрат!

Итак, берем одну столовую ложку нашатырного спирта и две столовых ложки трехпроцентной перекиси. Все это выливаем в ведро на этот раз с горячей водой (поверьте, вашему старому тюлю хуже уже не будет, а вот шанс немножко его омолодить появится) и тщательно перемешиваем при помощи деревянных палки. Вся работа обязательно проводится в резиновых перчатках (на всякий случай). Опускаем тюль в раствор так, чтобы он полностью покрывал его. Оставляем тюль в отбеливающем растворе на 15-25 минут, после чего тщательно его прополаскиваем.

Можно попробовать и менее щадящий способ. Для этого уже выстиранный тюль следует на 15 минут замочить в теплой соленой воде, затем слегка отжать и сразу же повесить на окно. После такой процедуры тюль не только отбелится, но и приобретет искрящийся эффект, как после подкрахмаливания.

Мы на сто процентов уверены, что после таких, в большинстве своем, нехитрых, но очень даже эффективных советов, ваш тюль будет всегда радовать глаз как вам, так и гостям вашего жилища!

Эстетика

Томатная маска

***** Небольшой спелый помидор измельчить в блендере или протереть через сито. Сок, который получился, смешать с 1/3 ст. молока. Нанести смесь на лицо и шею на десять минут. А затем смыть теплой водой. Эта маска даст вам эффект нежного очищения.



Чем полезна ряженка

"О том, что кисломолочные продукты полезны, известно всем, но чаще говорят про кефир, йогурт да простоквашу, а мы поговорим про ряженку. А полезна ли она?"

Ряженку готовят из топленого молока с добавлением ацидофильных палочек и термофильных молочных стрептококков. И она, конечно же, очень полезна! Как и все кисломолочные продукты, ряженка отличается высоким содержанием полезных бактерий, улучшающих работу желудочно-кишечного тракта и почек. Ряженка прекрасно усваивается организмом, нормализует микрофлору кишечника, подавляет размножение гнилостных бактерий и повышает иммунитет. Ряженка отличается повышенным содержанием кальция и фосфора, дефицит этих элементов может привести к проблемам с кожей, ногтями, волосами, болезням костной системы, в том числе и таким серьезным, как остеопороз. Один стакан ряженки восполнит су-



точную потребность организма в кальции. В состав белка ряженки входят незаменимые аминокислоты, многие из которых не повторяются в других продуктах, особенно важными считаются росто-

вые аминокислоты - лизин и метионин. В них

также присутствует полный состав альбуминов, казеинов, глобулинов, необходимых человеческому организму.

Врачи советуют употреблять ряженку при болезнях внутренних органов, особен-

но при заболеваниях печени и желчного пузыря. Ряженка полезна при атеросклерозе и гипертонии, благотворно влияет на работу желудочно-кишечного тракта, она содержит целый комплекс ферментов, аминокислот и антибиотических веществ. Ряженку рекомендуют употреблять при продолжительных мигренях, стоит только включить в свой рацион хотя бы один стакан ряженки в день, и через неделю головные боли исчезнут.

Рецепты борьбы с целлюлитом

Очень эффективным методом борьбы с целлюлитом являются обертывания. Перед обертыванием желательно принять ванну, а еще лучше посетить парную, чтобы все поры кожи открылись и очистились. На сухую кожу наносят подготовленную смесь для обертываний и сверху обматывают пленкой. Затем нужно лечь под одеяло или одеть теплую одежду и посидеть так 30-60 минут. Затем все снять, смыть смесь для обертывания водой и нанести антицеллюлитный крем. Есть несколько вариантов домашних смесей для обертываний:

***** Сухую ламинарию или другие водоросли залить горячей водой и дать настояться 20 минут. Набухшую массу нанести на проблемные зоны.

***** Листья зеленого чая измельчить в кофемолке до состояния порошка, 5 ст. ложек этого порошка залить небольшим количеством горячей воды, чтобы получилась жидкая каша. Добавить 2 ч. ложки жидкого меда и 1 ч. ложку корицы. Тщательно перемешать и нанести на кожу.

***** Смешать по 2 ч. ложки молотой корицы и красного перца. 5 ч. ложек оливкового масла и 5-6 капель цитрусового эфирного масла (любого). Нанести на кожу.

***** Яблочный уксус разбавить в половину водой и добавить 5 капель масла розмарина или мяты. Смочить в растворе куски марли, наложить их на участки с целлюлитом и сверху замотать пленкой.

***** 3 ст. ложки любой сухой глины развести водой комнатной температуры до кашицеобразного состояния. Добавить 5 капель эфирного масла из цитрусовых или мяты. Перемешать и нанести на проблемные зоны.

Обертывания проводят курсом по 10-12 процедур 2-3 раза в неделю.

homesovety.ru

ОТ РЕДАКЦИИ:

Предлагаемые рецепты и советы могут иметь противопоказания. Обязательно проконсультируйтесь с врачом!

Гурман



Рецепты на «скорую» руку



Пицца-омлет

Помидоры, лук, чеснок, сыр, морковь, перец, 0,5 стакана молока, 1 яйцо, мука, соль.

Все овощи мелко нарезать, поджарить на растительном масле. Яйцо, молоко, соль, немного соды, муку взбить, залить поджаренное. Закрыть крышкой, через 5 минут можно подавать к столу, посыпав укропом.



Завитки из ветчины

Ветчина и сыр - по 8 тонких ломтиков, 1 ст. л. сливочного масла.

На каждый ломтик ветчины положить сыр, свернуть в виде рулета, перевязать ниткой и обжарить до образования хрустящей корочки. Освободить от ниток. Подавать с картофельным пюре и овощными салатами.

Голубцы "На скорую руку"

4 капустных листа, 4 сосиски, 1 яйцо, соль, панировочные сухари, растительное масло.

Ошпарить кипятком капустные листья, завернуть в них по сосиске, обмакнуть во взбитое яйцо, обвалить в сухарях и обжарить на растительном масле на слабом огне.

Рыбный пирог

1 стакан муки, 250 г майонеза, 1 стакан сметаны, 3 яйца, 0,5 ч. л. соды, гашеной уксусом.

Замесить тесто, вылить половину на сковороду. Положить слоями фарш (кусочки свежей рыбы, 1 стакан вареного риса, кольца репчатого лука). Закрыть второй половиной теста. Посыпать тертым сыром и выпекать.

Пирог

3 стакана муки, 200 г маргарина, 3 ст. л. растительного масла, 1 маленький пакетик сухих дрожжей, 1 стакан теплой воды, любая начинка.

Замесить тесто, дать ему постоять 20-30 минут,

накрыв полиэтиленовой пленкой. Раскатать, положить на противень, сверху - любая начинка.

Сырные шницели

100 г твердого сыра, 2 яйца, молотые сухари, растительное масло для жарки, 2 ст. л. измельченного зеленого лука, 1 помидор.

Сыр нарезать толстыми ломтями (чтобы получилось 7-8 кусочков), каждый ломтик обвалить сначала в яйце, затем в сухарях и обжарить до золотистого цвета с двух сторон. Горячие шницели посыпать мелко нарезанным зеленым луком и на каждый положить по кусочку помидора.



Рыба в молоке

250 г рыбы (филе трески, хека), 2 ст. л. масла, 1 луковица, 1/2 стакана молока, 1 лавровый лист, соль, перец.

Мелко нарезанный лук уложить на дно кастрюли из огнеупорного стекла, сверху положить в один слой куски рыбы, посыпанные солью и перцем. Прогреть под крышкой 6 минут. Перевернуть рыбу, залить молоком, положить лавровый лист и греть еще 6 минут.



БРАЧевание

Сердечные заболевания легче предупредить, чем лечить

К сожалению, у женщин меньше шансов пережить сердечный приступ или инфаркт, чем у мужчин. Причины этого явления неизвестны. Не исключено, что эту прискорбную статистику можно объяснить тем, что женщины реже (или слишком поздно) обращаются за медицинской помощью после сердечного приступа - в отличие от мужчин, которых валит с ног простая простуда. Или же это объясняется меньшим размером сердца у женщин и повышенной чувствительностью кровеносных сосудов. Врачи усиленно занимаются поиском ответов на эти вопросы.



Как защитить себя?

Главные факторы, способствующие развитию сердечных заболеваний как у мужчин, так и женщин, - курение, гипертония, высокий уровень холестерина в крови, семейный анамнез и возраст. Проанализируйте свой образ жизни, семейный анамнез и общее состояние здоровья. Эта информация поможет вам и вашему врачу оценить степень потенциального риска и составить план профилактики сердечных заболеваний. Хотя не в ваших силах изменить семейный анамнез или возраст, вы можете изменить образ жизни и таким образом исключить некоторые другие факторы риска.

Бросьте курить

Курение - вот основной фактор риска, способствующий развитию сердечных заболеваний у женщин. Больше половины всех случаев сердечных заболеваний у женщин старше 50 лет так или иначе связаны с курением. Бросив курить, вы можете всего за два года уменьшить вероятность инфаркта на одну треть. К счастью, сегодня можно найти множество средств, помогающих бросить курение. Попробуйте использовать антиникотиновый пластырь или жевательную резинку - эти средства можно приобрести и без рецепта врача. Кроме того, по вашей просьбе врач может прописать некоторые более сильные лекарства, которые помогут вам бросить курить. Обсудите с врачом, какая стратегия будет наиболее эффективной. Пассивное курение (вдыхание дыма) также негативно сказывается на состоянии сердца и легких. Если вы живете с заядлым курильщиком, попробуйте переубедить его (или ее) бросить курить.

Следите за своим давлением

Своевременное лечение повышенного/пониженного кровяного давления снижает риск инфаркта и инсульта. Поддержание нормального веса,

регулярные занятия спортом и здоровое рациональное питание - все это помогает сохранить давление в норме. Уменьшение потребления соли также способствует понижению давления. Если гипертония не отступит и после этого, обратитесь за помощью к врачу.

Следите за уровнем холестерина

Чтобы определить уровень холестерина, обратитесь к врачу - он выпишет направление на анализы. Диета - вот единственный эффективный способ понижения уровня холестерина. Тем не менее, некоторым людям диеты и фитнеса недостаточно - им нужно также принимать определенные лекарства.

Поддерживайте здоровый вес

Избыточный вес означает дополнительную нагрузку на сердце и кровеносные сосуды. Занятия спортом и нежирная диета помогут сбросить вес. Полные люди подвержены повышенному риску развития многих болезней, особенно диабета, гипертонии и сердечных болезней, поэтому им особенно рекомендуется вести здоровый образ жизни.

Регулярно занимайтесь спортом

Помните, что сердце - это мышца. Чтобы эта мышца оставалась в тонусе, ее нужно разрабатывать. Аэробные упражнения, например, быстрая ходьба, плавание, бег трусцой или езда на велосипеде лучше всего для этого подходят. Также на тренировках можете пользоваться различным спортивным инвентарем и тренажерами, например, велосипедом, беговой дорожкой и тому подобное. Чтобы не отступать от составленного плана тренировок и не снижать их темпа, найдите партнера для занятий фитнесом. Оптимальный режим тренировок - 4-6 в неделю, продолжительностью 30-60 минут. Прежде чем приступить к

тренировкам, проконсультируйтесь у врача.

Соблюдайте нежирную диету

Старайтесь на две трети уменьшить привычное потребление калорий и исключите из рациона насыщенные жиры. Информацию о нежирных продуктах можно найти в различных источниках. Например, на упаковке продуктов можно найти информацию об их питательной ценности, в том числе о содержании жира, многие кулинарные книги содержат рецепты нежирных блюд, в меню некоторых ресторанов предусмотрены нежирные блюда.

Контролируйте диабет

Для больных диабетом здоровый образ жизни (регулярные занятия спортом, соблюдение нежирной диеты и пребывание на медицинском учете) особенно важен. Лекарства от диабета следует принимать в полном соответствии с инструкциями врача.

Не игнорируйте боль в груди

При появлении резкой боли в груди, в области плеча, шеи или челюсти немедленно обратитесь к врачу. Также сообщите врачу о приступах одышки или тошноты. Если чувствуете первые симптомы сердечного приступа, немедленно вызывайте скорую - чем быстрее вы попадете в больницу, тем меньше пострадает ваше сердце. В этой ситуации каждая секунда на счету.

Изучите семейный анамнез

Если вашему отцу или брату еще не исполнилось 55, а они уже страдают от сердечного заболевания, или если ваша сестра или мать оказались в больнице с инфарктом в возрасте младше 65 лет, будьте осторожны - риск развития сердечного заболевания угрожает и вам. Не забудьте сообщить врачу о подобных случаях заболевания в вашей семье.

ГБУЗ "Республиканский центр медицинской профилактики"

Мужской разговор

Новая жизнь старых стен

Если масштабный ремонт жилища пока не входит в ваши планы, попробуйте самый простой и относительно недорогой способ изменить привычный дизайн помещения - наклейте новые обои. И вы убедитесь - модная одежда для стен способна видоизменить интерьер настолько, что даже крошечная "хрущевка" покажется просторнее и светлее.

Объективные параметры

Очень важно правильно выбрать цвет, фактуру и рисунок обоев. Мы вряд ли во второй раз наденем вещь, которая нам абсолютно не идет. А неподходящие обои - это вам не блузка, просто так не переоденешь. К тому же покрытие стен должно гармонировать с обстановкой квартиры. Важно и то, что каждый цвет, по утверждению психологов, заряжен определенным эмоциональным настроением. Например, в стенах красного цвета человек невольно возбуждается и начинает нервничать, а зеленые тона, наоборот, успокаивают. Сочетание близких по тону красок привнесет в вашу жизнь ощущение гармонии и уюта, зато контрастные цвета сделают интерьер более динамичным и живым.



Действовать в трех измерениях

Обои могут зрительно изменить размеры вашего милого гнездышка. Например, низкое помещение будет выглядеть более высоким благодаря однотонным обоям без рисунка или же с рисунком в виде вертикальных полос. Правда, они имеют еще одно свойство - узкие полосы как бы сжимают пространство, визуальное уменьшая объем.

* Высокие потолки покажутся ниже, если использовать комбина-

цию крупного и мелкого рисунков, разделенных бордюром.

* Помещение произведет впечатление более просторного, если выбрать для него светлые обои - либо однотонные, либо с мелким рисунком. Чтобы не впасть в скучную монотонность, одну из стен оклейте обоями с крупным узором.

* Если комнатка темноватая, купите обои теплых светлых тонов. Тогда помещение будет словно залито светом солнца.

Ремонт кровли дачного дома

Протечка кровли - ситуация аварийная. Жить в доме, где после таяния снега или очередного дождя потолки и стены покрыты мокрыми пятнами, не только некомфортно, но и опасно.

Мягкая крыша

Битумная черепица хороша тем, что позволяет без труда заменить поврежденную плитку. Однако такие работы рекомендуется проводить при температуре не ниже +5°C, поскольку на холоде битумный материал становится хрупким и может треснуть. Если плитка цела, но на поверхности появились небольшие трещины, ее приподнимают и смазывают с внутренней стороны не слишком толстым слоем кровельного клея, затем, плотно прижав плитку к основанию, покрывают клеем лицевую сторону. В случае более серьезных повреждений плитку заменяют.

Шиферная крыша

Как правило, ремонт шиферной крыши сводится к заделке небольших трещин и сколов. Для этого используют цементный раствор, содержащий 1 часть цемента и 2 части мелкого песка. Еще одно средство герметиза-



ции кровли - клейкие ремонтные ленты на основе бутадиленкаучука. Поврежденный участок протирают хлопчатобумажной тканью, смоченной в уайт-спирите или бензине. Сняв с ленты защитную бумагу, наклеивают ее кусок на трещину, перекрывая ее на 3-5 см. Такие ленты обычно покрыты сверху нетканым материалом, поэтому их можно окрашивать в нужный цвет. Чтобы стальные гвозди, скрепляющие шиферные листы, не ржавели, их покрывают олифой или масляной краской.

ПОНЕДЕЛЬНИК, 23 апреля

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 "ДОБРОЕ УТРО"
 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 НОВОСТИ
 09.15 "КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА"
 09.50 "ЖИТЬ ЗДОРОВО!" (16+)
 10.55 "МОДНЫЙ ПРИГОВОР"
 12.15 "ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ" (16+)
 15.15 "ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!" (16+)
 16.00 "МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ" (16+)
 17.00 "ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ" (16+)
 18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
 18.25 "ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ" (16+)
 18.50 "НА САМОМ ДЕЛЕ" (16+)
 19.50 "ПУСТЬ ГОВОРЯТ" (16+)
 21.00 "ВРЕМЯ"
 21.30 Т/С "ИЩЕЙКА" (12+)
 23.30 "ВЕЧЕРНИЙ УРГАНТ" (16+)
 00.00 "ПОЗНЕР" (16+)
 01.05 Т/С "ТАТЬЯНИНА НОЧЬ" (16+)
 03.05 "ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ" (16+)

РОССИЯ-1

05.00, 09.15 "УТРО РОССИИ" (16+)
 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ (16+)
 09.55 "О САМОМ ГЛАВНОМ" (12+)
 11.40, 14.40, 17.40, 20.45 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ (16+)
 12.00 "СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА С БОРИСОМ КОРЧЕВНИКОВЫМ" (12+)
 13.00, 19.00 "60 МИНУТ" (16+)
 15.00 Т/С "ВЕРЮ НЕ ВЕРЮ" (12+)
 18.00 "АНДРЕЙ МАЛАХОВ. ПРЯМОЙ ЭФИР"
 21.00 Т/С "ОПЕРАЦИЯ "МУХАББАТ" (12+)
 00.15 "ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ"
 02.50 Т/С "ЗЕМЛЯК" (16+)

ГТРК "АЛАНИЯ" "АЛАНИЯ" - КАНАЛ "РОССИЯ-1"

05.07, 06.35, 07.07, 07.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-ИРЫСТОН. УТРО
 06.07, 06.35, 08.07, 08.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-АЛАНИЯ. УТРО
 11.40, 17.40 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-ИРЫСТОН
 14.40, 20.45 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-АЛАНИЯ

"АЛАНИЯ" - КАНАЛ "РОССИЯ-24"

19.00 ВЕСТИ
 19.10 ИНТЕРВЬЮ
 19.30 ЛЕРМДЗЕФ (12+)
 20.00 КАНАЛ "РОССИЯ-24"

НТВ

05.00, 06.05 Т/С "СУПРУГИ" (16+)
 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 "СЕГОДНЯ"
 07.00 "ДЕЛОВОЕ УТРО НТВ" (12+)
 09.00 Т/С "МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД" (16+)
 10.25 Х/Ф "БРАТАНЫ" (16+)
 13.25 "ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ"
 14.00, 16.30, 01.40 "МЕСТО ВСТРЕЧИ" (16+)
 17.20 "ДНК" (16+)
 18.15, 19.40 Т/С "МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ"
 21.00 Т/С "ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ" (12+)
 23.00 "ИТОГИ ДНЯ"
 23.20 "ПОЗДНЯКОВ" (16+)
 23.30 Т/С "ЯРОСТЬ" (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 22.00, 00.00 "ИЗВЕСТИЯ"
 05.10 М/Ф "КАК ОДИН МУЖИК ДВУХ ГЕНЕРАЛОВ ПРОКОРМИЛ" (0+)
 05.30, 06.30 Т/С "АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ" (16+)

07.30 Х/Ф "ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД" (16+)
 09.25-12.05 Т/С "ГРУППА ЗЕТА" (16+)
 13.25-17.00 Т/С "АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ" (16+)
 18.00-23.20 Т/С "СЛЕД" (16+)
 00.30, 01.25 Т/С "СПЕЦЫ" (16+)
 02.15 Х/Ф "УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО" (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
 06.35 ЛЕГЕНДЫ МИРОВОГО КИНО. БАСТЕР КИТОН (16+)
 07.05 Д/С "ЭФФЕКТ БАБОЧКИ": "АДРИАНОПОЛЬ. РИМ ПРОТИВ ВАРВАРОВ" (16+)
 07.35 Д/С "АРХИВНЫЕ ТАЙНЫ": "1963 ГОД. ПОХОРОНЫ ДЖОНА КЕННЕДИ" (16+)
 08.05 Х/Ф "АЛЕШКИНА ЛЮБОВЬ" (16+)
 09.30 Д/Ф "МИР ПИРАНЕЗИ" (16+)
 10.15, 17.50 "НАБЛЮДАТЕЛЬ" (16+)
 11.10, 23.50 ХХ ВЕК. "СНЯТЬ ФИЛЬМ О РИНЕ ЗЕЛЕННОЙ". АВТОР И ВЕДУЩИЙ ЗИНОВИЙ ГЕРДТ (ЭКРАН, 1982 Г.) (16+)
 12.25 "МЫ - ГРАМОТЕИ!" (16+)
 13.05 "БЕЛАЯ СТУДИЯ" (16+)
 13.50, 20.45 Д/С "ВЕЛИКОЕ РАССЕЛЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА": "АФРИКА" (16+)
 14.40 Д/Ф "НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПАРК ТИНГВЕДЛИР. СОВЕТ ИСЛАНДСКИХ ВИКИНГОВ" (16+)
 15.10, 01.40 ПАВЕЛ МИЛОКОВ, АЛЕКСАНДР СЛАДКОВСКИЙ И ГСО РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН. ПРОИЗВЕДЕНИЯ ДМИТРИЯ ШОСТАКОВИЧА (16+)
 16.20 "НА ЭТОЙ НЕДЕЛЕ... 100 ЛЕТ НАЗАД. НЕФРОНТОВЫЕ ЗАМЕТКИ" (16+)
 16.45 "АГОРА" (16+)
 18.45 Д/Ф "СЕКРЕТЫ ДОЛГОЛЕТИЯ" (16+)
 19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ (16+)
 20.05 "ПРАВИЛА ЖИЗНИ" (16+)
 20.30 "СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!" (16+)
 21.35 "САТИ. НЕСКУЧНАЯ КЛАССИКА..." (16+)
 22.15 Т/С "ВАРИАНТ "ОМЕГА" (16+)
 01.00 Д/Ф "ВЕНЕЦИЯ. НА ПЛАВУ" (16+)
 02.50 Д/Ф "ЖЮЛЬ ВЕРН" (16+)

МАТЧ-ТВ

06.30 Д/Ц "ЗАКЛЯТЫЕ СОПЕРНИКИ" (12+)
 07.00, 08.55, 09.45, 11.35, 14.40, 19.20 НОВОСТИ
 07.05, 11.40, 14.45, 18.20, 23.15 ВСЕ НА МАТЧ!
 09.00 ПЛАВАНИЕ. ЧЕМПИОНАТ РОССИИ
 09.50 СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА. ЧЕМПИОНАТ РОССИИ
 12.10 ХОККЕЙ. ЧЕМПИОНАТ МИРА СРЕДИ ЮНИОРОВ. РОССИЯ - ФИНЛЯДИЯ
 15.15 ХОККЕЙ. ЧЕМПИОНАТ МИРА 2017 Г. МАТЧ ЗА 3-Е МЕСТО. РОССИЯ - ФИНЛЯДИЯ
 17.30 ВСЕ НА ХОККЕЙ!
 18.00 "ДЕСЯТКА!" (16+)
 18.50 ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ БОКС. ИТОГИ МАРТА (16+)
 19.25 РОСГОССТРАХ. ЧРФ. "СПАРТАК" (МОСКВА) - "АХМАТ" (ГРОЗНЫЙ)
 21.25 ТОТАЛЬНЫЙ ФУТБОЛ
 22.55 "НАШИ НА ЧМ" (12+)
 00.00 Х/Ф "БЕССТРАШНАЯ ГИЕНА" (16+)
 01.50 ФУТБОЛ. КУБОК ИСПАНИИ. ФИНАЛ. "БАРСЕЛОНА" - "СЕВИЛЬЯ"

ТВЦ-КЛАССИКА

06.00 "НАСТРОЕНИЕ" (16+)
 08.05 Х/Ф "НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН" (6+)
 09.40 Х/Ф "НАГРАДИТЬ (ПОСМЕРТНО)" (12+)
 11.30, 14.30, 19.40, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ (16+)
 11.50 "ПОСТСКРИПТУМ" (16+)
 12.55 "В ЦЕНТРЕ СОБЫТИЙ" (16+)

13.55 "ГОРОДСКОЕ СОБРАНИЕ" (12+)
 14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ (16+)
 15.05 Х/Ф "ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ" (12+)
 16.55 "ЕСТЕСТВЕННЫЙ ОТБОР" (12+)
 17.45 Т/С "КРЕСТНЫЙ" (12+)
 20.00 "ПЕТРОВКА, 38"
 20.20 "ПРАВО ГОЛОСА" (16+)
 22.30 "ПОЛИТИЧЕСКАЯ ХИМИЯ" (16+)
 23.05 БЕЗ ОБМАНА. "ГАД МОРСКОЙ" (16+)
 00.30 "ПРАВО ЗНАТЬ!" (16+)
 02.05 Х/Ф "ИНСПЕКТОР ЛЬЮИС" (12+)

ДОМАШНИЙ-ВИЗАВИ

06.30, 07.30, 18.00, 23.55 "6 КАДРОВ" (16+)
 07.00 "ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ" (16+)
 07.35 "ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ"
 09.40 "ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!" (16+)
 10.40 "ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО" (16+)
 11.40 "ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ" (16+)
 12.45 Х/Ф "НАЙТИ МУЖА В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ"
 17.00, 22.55 "БЕРЕМЕННЫЕ" (16+)
 19.00, 00.30 Т/С "ГЛУХАРЬ" (16+)
 21.00, 02.25 Т/С "САМАРА" (16+)

РЕН-ТВ

05.00, 09.00 "ВОЕННАЯ ТАЙНА С ИГОРЕМ ПРОКОПЕНКО" (16+)
 06.00, 11.00 "ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ" (16+)
 07.00 "С БОДРЫМ УТРОМ!" (16+)
 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 "НОВОСТИ" (16+)
 12.00, 16.00, 19.00 "ИНФОРМАЦИОННАЯ ПРОГРАММА 112" (16+)
 13.00, 23.25 "ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА С ОЛЕГОМ ШИШКИНЫМ" (16+)
 14.00 "ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ" (16+)
 17.00 "ТАЙНЫ ЧАПМАН" (16+)
 18.00 "САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ" (16+)
 20.00 Х/Ф "РЭМБО-4" (16+)
 21.30 "ВОДИТЬ ПО-РУССКИ" (16+)
 00.30 Х/Ф "СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ" (16+)
 02.30 Х/Ф "ПАРНИ ИЗ ДЖЕРСИ" (16+)

СТС

06.00 М/С "СМЕШАРИКИ" (0+)
 06.55 М/С "ДА ЗДРАВСТВУЕТ КОРОЛЬ ДЖУЛИАН!" (6+)
 07.20 М/Ф "КРЯКНУТЫЕ КАНИКУЛЫ" (6+)
 09.00 ШОУ "УРАЛЬСКИХ ПЕЛЬМЕНЕЙ" (16+)
 09.30 Х/Ф "ПИРАТЫ КАРИБСКОГО МОРЯ. СУНДУК МЕРТВЕЦА" (12+)
 12.30 Т/С "КУХНЯ" (12+)
 18.30 Т/С "ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ" (16+)
 21.00 Т/С "УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ" (16+)
 22.00 Х/Ф "МАЛЫЧИШНИК-2. ИЗ ВЕГАСА В БАНГКОК" (16+)
 00.00 "КИНО В ДЕТАЛЯХ С ФЕДОРОМ БОНДАРЧУКОМ" (18+)
 01.00 Т/С "ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ" (12+)
 02.00 "ВЗВЕШЕННЫЕ И СЧАСТЛИВЫЕ ЛЮДИ" (16+)

ТНТ

07.00-08.30 "ТНТ. BEST" (16+)
 09.00, 10.15, 23.00, 00.00 "ДОМ-2" (18+)
 11.30-14.00, 20.00, 20.30 Т/С "САШАТАНЯ" (16+)
 14.30-17.00 "КОМЕДИ КЛАБ. ДАЙДЖЕСТ" (16+)
 18.00 "ПЕСНИ" (16+)
 19.00, 19.30 "УЛИЦА" (16+)
 21.00 "ГДЕ ЛОГИКА?" (16+)
 22.00 "ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ" (16+)
 01.00 "ПЕСНИ" (16+)
 02.00 Т/С "ПОСЛЕДОВАТЕЛИ-3" (18-)

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 "ДОБРОЕ УТРО"
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 НОВОСТИ
09.15 "КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА"
09.50 "ЖИТЬ ЗДОРОВО!" (16+)
10.55 "МОДНЫЙ ПРИГОВОР"
12.15, 17.00, 18.25, 02.15, 03.05 "ВРЕМЯ ПОКА-ЖЕТ" (16+)
15.15 "ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!" (16+)
16.00 "МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ" (16+)
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
18.50 "НА САМОМ ДЕЛЕ" (16+)
19.50 "ПУСТЬ ГОВОРЯТ" (16+)
21.00 "ВРЕМЯ"
21.35 Т/С "ИЩЕЙКА" (12+)
23.35 "ВЕЧЕРНИЙ УРГАНТ" (16+)
00.10 Т/С "ТАТЬЯНИНА НОЧЬ" (16+)

РОССИЯ-1

05.00, 09.15 "УТРО РОССИИ" (16+)
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ (16+)
09.55 "О САМОМ ГЛАВНОМ" (12+)
11.40, 14.40, 17.40, 20.45 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ (16+)
12.00 "СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА С БОРИСОМ КОРЧЕВНИКОВЫМ" (12+)
13.00, 19.00 "60 МИНУТ" (16+)
15.00 Т/С "ВЕРЮ НЕ ВЕРЮ" (12+)
18.00 "АНДРЕЙ МАЛАХОВ. ПРЯМОЙ ЭФИР" (16+)
21.00 Т/С "ОПЕРАЦИЯ "МУХАБАТ" (12+)
23.15 "ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ" (16+)
01.50 Т/С "ЗЕМЛЯК" (16+)

ГТРК "АЛАНИЯ" "АЛАНИЯ" - КАНАЛ "РОССИЯ-1"

05.07, 05.35, 07.07, 07.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-ИРЫСТОН. УТРО
06.07, 06.35, 08.07, 08.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-АЛАНИЯ. УТРО
09.00 САБИ ЛЕМЕ ЗОНДАБИ (6+)
09.05 ФЫДЭЛТЫ УЭЗЛЕГМЕ (12+)
09.30 ЛЕРИДЗЭФ (12+)
09.55 КАНАЛ "РОССИЯ-1"
11.40, 17.40 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-ИРЫСТОН
14.40, 20.45 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-АЛАНИЯ

"АЛАНИЯ" - КАНАЛ "РОССИЯ-24"

19.00 ВЕСТИ
19.10 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ
19.25 ПАРЛАМЕНТ
19.50 ОБЪЯВЛЕНИЯ
20.00 КАНАЛ "РОССИЯ-24"

НТВ

05.00, 06.05 Т/С "СУПРУГИ" (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 "СЕГОДНЯ"
07.00 "ДЕЛОВОЕ УТРО НТВ" (12+)
09.00 Т/С "МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД" (16+)
10.25 Х/Ф "БРАТАНЫ" (16+)
13.25 "ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ"
14.00, 16.30, 01.15 "МЕСТО ВСТРЕЧИ" (16+)
17.20 "ДНК" (16+)
18.15, 19.40 Т/С "МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ" (16+)
21.00 Т/С "ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ" (12+)
23.00 "ИТОГИ ДНЯ"
23.30 Т/С "ЯРОСТЬ" (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 22.00, 00.00 "ИЗВЕСТИЯ"
05.10-08.00 Т/С "АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ" (16+)

09.25-12.05 Т/С "ГРУППА ZETA" (16+)
13.25-17.00 Т/С "АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ-2" (16+)
18.00-23.20 Т/С "СЛЕД" (16+)
00.30, 01.25 Т/С "СПЕЦЫ" (16+)
02.15 Х/Ф "БЛЕФ" (16+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
06.35 ЛЕГЕНДЫ МИРОВОГО КИНО: СЕРАФИМА БИРМАН (16+)
07.05 "ПЕШКОМ...". МОСКВА ДЕРЕВЯННАЯ
07.35, 20.05 "ПРАВИЛА ЖИЗНИ" (16+)
08.10 Т/С "ВАРИАНТ "ОМЕГА" (16+)
09.25 Д/Ф "НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПАРК ТИНГВЕД-ЛИР. СОВЕТ ИСЛАНДСКИХ ВИКИНГОВ" (16+)
09.40, 19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ (16+)
10.15, 17.50 "НАБЛЮДАТЕЛЬ" (16+)
11.10, 00.35 МУЗ/Ф "МИНИАТЮРЫ. МИХАИЛ ЖВАНЕЦКИЙ" (ЭКРАН, 1975 Г.) "МИХАИЛ БОЯРСКИЙ. А Я ИДУ..." (16+)
12.10 "ГЕНИЙ" (16+)
12.40 Д/Ф "БОРДО. ДА ЗДРАВСТВУЕТ БУРЖУАЗИЯ!" (16+)
12.55 "САТИ. НЕСКУЧНАЯ КЛАССИКА..." (16+)
13.40, 20.45 Д/С "ВЕЛИКОЕ РАССЕЛЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА": "АВСТРАЛИЯ" (16+)
14.30 Д/С "БЛЕСК И ГОРЬКИЕ СЛЕЗЫ РОССИЙСКИХ ИМПЕРАТРИЦ": "ДВЕ ЖИЗНИ ЕЛИЗАВЕТЫ АЛЕКСЕЕВНЫ" (16+)
15.10 РОССИЙСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ОРКЕСТР. ДИРИЖЕР МИХАИЛ ПЛЕТНЕВ. ПРОИЗВЕДЕНИЯ АРАМА ХАЧАТУРЯНА И СТАСА НАМИНА (16+)
16.35 ПЯТОЕ ИЗМЕРЕНИЕ (16+)
17.00 "2 ВЕРНИК 2" (16+)
18.45 Д/Ф "ЧТО НА ОБЕД ЧЕРЕЗ СТО ЛЕТ" (16+)
20.30 "СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!" (16+)
21.35 ИСКУССТВЕННЫЙ ОТБОР (16+)
22.15 Т/С "ВАРИАНТ "ОМЕГА" (16+)
23.50 "ТЕМ ВРЕМЕНЕМ"
01.35 К ЮБИЛЕЮ ВАЛЕРИЯ ГЕРГИЕВА. Р.ШТРАУС. "ТАК ГОВОРИЛ ЗАРАТУСТРА". МЮНХЕНСКИЙ ФИЛАРМОНИЧЕСКИЙ ОРКЕСТР. ДИРИЖЕР ВАЛЕРИЙ ГЕРГИЕВ (16+)
02.10 Д/Ф "ПО ТУ СТОРОНУ СНА" (16+)

МАТЧ-ТВ

06.30 Д/Ц "ЗАКЛЯТЫЕ СОПЕРНИКИ" (12+)
07.00, 08.55, 11.30, 15.05 НОВОСТИ
07.05, 15.10, 23.40 ВСЕ НА МАТЧ!
09.00 ПЛАВАНИЕ. ЧЕМПИОНАТ РОССИИ
09.30 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ АНГЛИИ. "ЭВЕРТОН" - "НЬЮКАСЛ"
11.35 РОСГОССТРАХ. ЧРФ
13.35 ТОТАЛЬНЫЙ ФУТБОЛ (12+)
15.30 КЕРЛИНГ. ЧЕМПИОНАТ МИРА. СМЕШАННЫЕ ПАРЫ. РОССИЯ - ЯПОНИЯ
17.25 ХОККЕЙ. ЧЕМПИОНАТ МИРА СРЕДИ ЮНИОРОВ. РОССИЯ - СЛОВАКИЯ
19.55 ХОККЕЙ. КХЛ. КУБОК ГАГАРИНА. ЦСКА - "АК БАРС" (КАЗАНЬ)
21.55 ФУТБОЛ. ЛИГА ЧЕМПИОНОВ. 1/2 ФИНАЛА. "ЛИВЕРПУЛЬ" (АНГЛИЯ) - "РОМА" (ИТАЛИЯ)
00.15 Х/Ф "БЕССТРАШНАЯ ГИЕНА-2" (16+)
02.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. UFC. ФАБРИСИО ВЕРДУМ ПРОТИВ АЛЕКСАНДРА ВОЛКОВА (16+)

ТВЦ-КЛАССИКА

06.00 "НАСТРОЕНИЕ" (16+)
08.05 "ДОКТОР И..." (16+)
08.40 Х/Ф "РОДНЯ" (12+)
10.35 Д/Ф "ЮРИЙ БОГАТЫРЕВ. УКРАДЕННАЯ ЖИЗНЬ" (12+)
11.30, 14.30, 19.40, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ (16+)
11.50, 02.15 Х/Ф "КОЛОМБО" (12+)
13.40 "МОЙ ГЕРОЙ": ВЛАДИМИР СИМОНОВ

14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ (16+)
15.05 Х/Ф "ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ" (12+)
16.55 "ЕСТЕСТВЕННЫЙ ОТБОР" (12+)
17.45 Т/С "КРЕСТНЫЙ" (12+)
20.00 "ПЕТРОВКА, 38"
20.20 "ПРАВО ГОЛОСА" (16+)
22.30 "ОСТОРОЖНО, МОШЕННИКИ! "ХЛЕБНЫЕ" ВАКАНСИИ" (16+)
23.05 Д/Ф "АД И РАЙ МАТРОНЫ" (16+)
00.35 "ХРОНИКИ МОСКОВСКОГО БЫТА. КРЕМЛЕВСКИЕ ЖЕНЫ-НЕВИДИМКИ" (12+)
01.25 Д/Ф "ПИВНОЙ ПУТЧ АДОЛЬФА ГИТЛЕРА"

ДОМАШНИЙ-ВИЗАВИ

06.30, 07.30, 18.00, 23.55 "6 КАДРОВ" (16+)
07.00 "ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ" (16+)
07.35 "ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ"
09.40 "ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!" (16+)
10.40 "ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО" (16+)
11.40 "ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ" (16+)
12.45 Х/Ф "ПРОШУ ПОВЕРИТЬ МНЕ НА СЛОВО" (16+)
17.00, 22.55 "БЕРЕМЕННЫЕ" (16+)
19.00, 00.30 Т/С "ГЛУХАРЬ" (16+)
21.00, 02.25 Т/С "САМАРА" (16+)

РЕН-ТВ

05.00 "САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ" (16+)
06.00, 11.00 "ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ" (16+)
07.00 "С БОДРЫМ УТРОМ!" (16+)
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 "НОВОСТИ"
09.00 "ВОЕННАЯ ТАЙНА С ИГОРЕМ ПРОКОПЕНКО" (16+)
12.00, 16.00, 19.00 "ИНФОРМАЦИОННАЯ ПРОГРАММА 112" (16+)
13.00, 23.25 "ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА С ОЛЕГОМ ШИШКИНЫМ" (16+)
14.00 "ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ" (16+)
17.00 "ТАЙНЫ ЧАПМАН" (16+)
18.00 "САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ" (16+)
20.00 Х/Ф "СКВОЗНЫЕ РАНЕНИЯ" (16+)
21.50 "ВОДИТЬ ПО-РУССКИ" (16+)
00.30 Х/Ф "СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-2" (16+)
02.40 Т/С "СТАРОЕ РУЖЬЕ" (16+)

СТС

06.00 М/С "СМЕШАРИКИ" (0+)
06.20 М/С "НОВАТОРЫ" (6+)
06.40 М/С "КОМАНДА ТУРБО" (0+)
07.30 М/С "ТРИ КОТА" (0+)
07.45 М/С "ШОУ МИСТЕРА ПИБОДИ И ШЕРМАНА" (0+)
08.10 М/С "ТОМ И ДЖЕРРИ" (0+)
09.00, 00.20 ШОУ "УРАЛЬСКИХ ПЕЛЬМЕНЕЙ"
09.50 Х/Ф "КНИГА ДЖУНГЛЕЙ" (12+)
12.00 Т/С "ВОРОНИНЫ" (16+)
15.00 Т/С "КУХНЯ" (12+)
20.00 Т/С "ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ" (16+)
21.00 Т/С "УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ" (16+)
22.00 Х/Ф "СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ" (16+)
00.30 Т/С "ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ" (16+)
01.30 Х/Ф "ДЕВУШКА ИЗ ДЖЕРСИ" (16+)

ТНТ

07.00-08.30 "ТНТ. BEST" (16+)
09.00, 10.15, 23.00, 00.00 "ДОМ-2" (18+)
11.30 "ПЕРЕЗАГРУЗКА" (16+)
12.30-14.00 Т/С "САШАТАНЯ" (16+)
14.30-17.00 "КОМЕДИ КЛАБ. ДАЙДЖЕСТ" (16+)
18.00 "ПЕСНИ" (16+)
19.00, 19.30 "УЛИЦА" (16+)
20.00, 20.30 Т/С "САШАТАНЯ" (16+)
21.00 "ИМПРОВИЗАЦИЯ" (16+)
22.00 "ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ" (16+)
01.00 "ПЕСНИ" (16+)
02.00 Т/С "ПОСЛЕДОВАТЕЛИ-3" (18+)

СРЕДА, 25 апреля

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 "ДОБРОЕ УТРО"
 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 НОВОСТИ
 09.15 "КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА"
 09.50 "ЖИТЬ ЗДОРОВО!" (16+)
 10.55 "МОДНЫЙ ПРИГОВОР"
 12.15, 17.00, 18.25, 02.10, 03.05 "ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ" (16+)
 15.15 "ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!" (16+)
 16.00 "МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ" (16+)
 18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
 18.50 "НА САМОМ ДЕЛЕ" (16+)
 19.50 "ПУСТЬ ГОВОРЯТ" (16+)
 21.00 "ВРЕМЯ"
 21.35 Т/С "ИЩЕЙКА" (12+)
 23.35 "ВЕЧЕРНИЙ УРГАНТ" (16+)
 00.10 Т/С "ТАТЬЯНИНА НОЧЬ" (16+)

РОССИЯ-1

05.00, 09.15 "УТРО РОССИИ" (16+)
 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ (16+)
 09.55 "О САМОМ ГЛАВНОМ" (12+)
 11.40, 14.40, 17.40, 20.45 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ (16+)
 12.00 "СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА С БОРИСОМ КОРЧЕВНИКОВЫМ" (12+)
 13.00, 19.00 "60 МИНУТ" (16+)
 15.00 Т/С "БЕРЮ НЕ ВЕРЮ" (12+)
 18.00 "АНДРЕЙ МАЛАХОВ. ПРЯМОЙ ЭФИР"
 21.00 Т/С "ОПЕРАЦИЯ "МУХАББАТ" (12+)
 23.15 "ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ"
 01.50 Т/С "ЗЕМЛЯК" (16+)

ГТРК "АЛАНИЯ" "АЛАНИЯ" - КАНАЛ "РОССИЯ-1"

05.07, 05.35, 07.07, 07.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-ИРЫСТОН. УТРО
 06.07, 06.35, 08.07, 08.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-АЛАНИЯ. УТРО
 09.00 ЗЕРДЕМ/Е ФЕНДАГ (12+)
 09.20 ИРЫ ХАЭЗНА (12+)
 09.55 КАНАЛ "РОССИЯ-1"
 11.40, 17.40 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-ИРЫСТОН
 14.40, 20.45 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-АЛАНИЯ

"АЛАНИЯ" - КАНАЛ "РОССИЯ-24"

19.00 ВЕСТИ
 19.10 ПУЛЬС
 19.30 КУЛЬТУРА
 19.50 ОБЪЯВЛЕНИЯ
 20.00 КАНАЛ "РОССИЯ-24"

НТВ

05.00, 06.05 Т/С "СУПРУГИ" (16+)
 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 "СЕГОДНЯ"
 07.00 "ДЕЛОВОЕ УТРО НТВ" (12+)
 09.00 Т/С "МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД" (16+)
 10.25 Х/ф "БРАТАНЫ" (16+)
 13.25 "ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ"
 14.00, 16.30, 01.15 "МЕСТО ВСТРЕЧИ" (16+)
 17.20 "ДНК" (16+)
 18.15, 19.40 Т/С "МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ"
 21.00 Т/С "ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ" (12+)
 23.00 "ИТОГИ ДНЯ"
 23.30 Т/С "ЯРОСТЬ" (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 22.00, 00.00 "ИЗВЕСТИЯ"
 05.10 М/ф "ПРО ФОМУ И ПРО ЕРЕМУ" (0+)
 05.20-08.10 Т/С "АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ-2" (16+)
 09.25-12.05 Т/С "ГРУППА ЗЕТА-2"
 13.25-17.05 Т/С "АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ-2" (16+)
 18.00-23.15 Т/С "СЛЕД" (16+)

00.30 Х/ф "ПАПА НАПРОКАТ" (16+)
 02.25 Х/ф "КВАРТИРАНТКА" (16+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
 06.35 ЛЕГЕНДЫ МИРОВОГО КИНО: АНАТОЛИЙ КТОРОВ (16+)
 07.05 "ПЕШКОМ...". МОСКВА ДВОРЦОВАЯ (16+)
 07.35, 20.05 "ПРАВИЛА ЖИЗНИ" (16+)
 08.10 Т/С "ВАРИАНТ "ОМЕГА" (16+)
 09.25 Д/ф "БОРДО. ДА ЗДРАВСТВУЕТ БУРЖУАЗИЯ!" (16+)
 09.40, 19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ (16+)
 10.15, 17.50 "НАБЛЮДАТЕЛЬ" (16+)
 11.10 Д/ф "О МОСКВЕ И МОСКВИЧАХ" (16+)
 12.20 "ИГРА В БИСЕР" (16+)
 13.00 ИСКУССТВЕННЫЙ ОТБОР (16+)
 13.40, 20.45 Д/С "ВЕЛИКОЕ РАССЕЛЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА": "АЗИЯ" (16+)
 14.30 Д/С "БЛЕСК И ГОРЬКИЕ СЛЕЗЫ РОССИЙСКИХ ИМПЕРАТРИЦ": "КОРОЛЕВСКАЯ ДОЧЬ"
 15.10, 01.45 К ЮБИЛЕЮ ВАЛЕРИЯ ГЕРГИЕВА. Р.ШТРАУС. "ТАК ГОВОРИЛ ЗАРАТУСТРА". МЮНХЕНСКИЙ ФИЛАРМОНИЧЕСКИЙ ОРКЕСТР. ДИРИЖЕР ВАЛЕРИЙ ГЕРГИЕВ (16+)
 15.45 Д/ф "ФОРМУЛА НЕВЕРОЯТНОСТИ АКАДЕМИКА КОЛМОГОРОВА" (16+)
 16.25 "ПЕШКОМ...". МОСКВА ГРУЗИНСКАЯ
 16.55 "БЛИЖНИЙ КРУГ ВЛАДИМИРА ИВАНОВА"
 18.45 Д/ф "КЕМ РАБОТАТЬ МНЕ ТОГДА?" (16+)
 20.30 "СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!" (16+)
 21.35 АБСОЛЮТНЫЙ СЛУХ (16+)
 22.15 Т/С "ВАРИАНТ "ОМЕГА" (16+)
 23.50 ДОКУМЕНТАЛЬНАЯ КАМЕРА. "ЭЛЕМ КЛИМОВ И ЛАРИСА ШЕПИТЬКО. ДВА ИМЕНИ - ОДНА СУДЬБА" (16+)
 00.30 Д/ф "О МОСКВЕ И МОСКВИЧАХ" (16+)

МАТЧ-ТВ

06.30 Д/Ц "ЗАКЛЯТЫЕ СОПЕРНИКИ" (12+)
 07.00, 08.55, 10.00, 12.35, 15.05, 18.05, 20.45 НОВОСТИ
 07.05, 12.40, 15.10, 18.10, 23.40 ВСЕ НА МАТЧ!
 09.00 СКАЛОЛАЗАНИЕ. КУБОК МИРА. ФИНАЛ
 09.30 ПЛАВАНИЕ. ЧЕМПИОНАТ РОССИИ
 10.10 ФУТБОЛЬНОЕ СТОЛЕТИЕ (12+)
 10.40 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ МИРА 1974 Г. ФИНАЛ. ФРГ - НИДЕРЛАНДЫ
 13.05 ФУТБОЛ. ЛИГА ЧЕМПИОНОВ. 1/2 ФИНАЛА. "ЛИВЕРПУЛЬ" (АНГЛИЯ) - "РОМА" (ИТАЛИЯ)
 16.05 С/Р "МУНДИАЛЬ. НАШИ СОПЕРНИКИ. САУДОВСКАЯ АРАВИЯ" (12+)
 16.25 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. UFC. ЭДСОН БАРБОЗА ПРОТИВ КЕВИНА ЛИ. МАГОМЕД БИБУЛАТОВ ПРОТИВ ЮТЫ САСАКИ (16+)
 18.45 КЕРЛИНГ. ЧЕМПИОНАТ МИРА. СМЕШАННЫЕ ПАРЫ. РОССИЯ - ФИНЛЯНДИЯ
 20.50 ВСЕ НА ФУТБОЛ!
 21.35 ФУТБОЛ. ЛИГА ЧЕМПИОНОВ. 1/2 ФИНАЛА. "БАВАРИЯ" (ГЕРМАНИЯ) - "РЕАЛ" (МАДРИД, ИСПАНИЯ)
 00.15 БАСКЕТБОЛ. ЕВРОЛИГА. МУЖЧИНЫ. 1/4 ФИНАЛА. "ХИМКИ" (РОССИЯ) - ЦСКА (РОССИЯ)
 02.15 ОБЗОР ЛИГИ ЧЕМПИОНОВ (12+)
 02.45 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. UFC. ДЖЕРЕМИ СТИВЕНС ПРОТИВ ДЖОША ЭММЕТТА. ТИША ТОРРЕС ПРОТИВ ДЖЕССИКИ АНДРАДЕ (16+)

ТВЦ-КЛАССИКА

06.00 "НАСТРОЕНИЕ" (16+)
 08.05 "ДОКТОР И..." (16+)
 08.40 Х/ф "ПРОПАВШИЕ СРЕДИ ЖИВЫХ" (12+)
 10.25 Д/ф "ЮРИИ ЯКОВЛЕВ. ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МОГИКАН" (12+)
 11.30, 14.30, 19.40, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ (16+)
 11.50, 02.20 Х/ф "КОЛОМБО" (12+)
 13.40 "МОЙ ГЕРОЙ": ЕКАТЕРИНА ГРАДОВА

14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ (16+)
 15.05 Х/ф "ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ"
 16.55 "ЕСТЕСТВЕННЫЙ ОТБОР" (12+)
 17.45 Т/С "КРЕСТНЫЙ" (12+)
 20.00 "ПЕТРОВКА, 38"
 20.20 "ПРАВО ГОЛОСА" (16+)
 22.30 "ЛИНИЯ ЗАЩИТЫ" (16+)
 23.05 Д/ф "АД И РАЙ МАТРОНЫ" (16+)
 00.30 "ХРОНИКИ МОСКОВСКОГО БЫТА. МАТЬ-КУКУШКА" (12+)
 01.25 Д/ф "АТАКА С НЕБА" (12+)

ДОМАШНИЙ-ВИЗАВИ

06.30, 07.30, 18.00, 23.55 "6 КАДРОВ"
 07.00 "ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ" (16+)
 07.40 "ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ"
 09.45 "ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ" (16+)
 10.45 "ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО" (16+)
 11.45 "ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ" (16+)
 13.25 "ПРОВИНЦИАЛКА" (16+)
 17.00, 22.55 "БЕРЕМЕННЫЕ" (16+)
 19.00, 00.30 Т/С "ГЛУХАРЬ" (16+)
 21.00, 02.25 Т/С "САМАРА" (16+)

РЕН-ТВ

05.00, 09.00 "ТЕРРИТОРИЯ ЗАБЛУЖДЕНИЙ С ИГОРЕМ ПРОКОПЕНКО" (16+)
 06.00, 11.00 "ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ" (16+)
 07.00 "С БОДРЫМ УТРОМ!" (16+)
 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 "НОВОСТИ" (16+)
 12.00, 16.00, 19.00 "ИНФОРМАЦИОННАЯ ПРОГРАММА 112" (16+)
 13.00 "ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА С ОЛЕГОМ ШИШКИНЫМ" (16+)
 14.00 "ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ" ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ (16+)
 17.00 "ТАЙНЫ ЧАПМАН" (16+)
 18.00 "САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ" (16+)
 20.00 Х/ф "СУМАСШЕДШАЯ ЕЗДА" (16+)
 21.50 "СМОТРЕТЬ ВСЕМ!" (16+)
 23.25 "ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА С ОЛЕГОМ ШИШКИНЫМ" (16+)
 00.30 Х/ф "СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-3" (16+)
 02.40 Т/С "СТАРОЕ РУЖЬЕ" (16+)

СТС

06.00 М/С "СМЕШАРИКИ" (0+)
 06.20 М/С "НОВАТОРЫ" (6+)
 06.40 М/С "КОМАНДА ТУРБО" (0+)
 07.30 М/С "ТРИ КОТА" (0+)
 07.45 М/С "ШОУ МИСТЕРА ПИБОДИ И ШЕРМАНА" (0+)
 08.10 М/С "ТОМ И ДЖЕРРИ" (0+)
 09.00, 00.10 ШОУ "УРАЛЬСКИХ ПЕЛЬМЕНЕЙ" (16+)
 09.35 Х/ф "СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ" (16+)
 12.00 Т/С "ВОРОНИНЫ" (16+)
 15.00 Т/С "КУХНЯ" (12+)
 20.00 Т/С "ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ" (16+)
 21.00 Т/С "УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ" (16+)
 22.00 Х/ф "БОЛЬШОЙ СТЭН" (16+)
 00.30 Т/С "ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ" (16+)
 01.30 Х/ф "КРЫСИНЫЕ БЕГА" (6+)

ТНТ

07.00-08.30 "ТНТ. ВЕСТ" (16+)
 09.00, 10.15, 23.00, 00.00 "ДОМ-2" (18+)
 11.30 "БОЛЬШОЙ ЗАВТРАК" (16+)
 12.30-14.00 Т/С "САШАТАНЯ" (16+)
 14.30-17.00 "КОМЕДИ КЛУБ. ДАЙДЖЕСТ" (16+)
 18.00 "ПЕСНИ" (16+)
 19.00, 19.30 "УЛИЦА" (16+)
 20.00, 20.30 Т/С "САШАТАНЯ" (16+)
 21.00 "ОДНАЖДЫ В РОССИИ" (16+)
 22.00 "ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ" (16+)
 01.00 "ПЕСНИ" (16+)
 02.00 Т/С "ПОСЛЕДОВАТЕЛИ-3" (18+)

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 "ДОБРОЕ УТРО"
 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 НОВОСТИ
 09.15 "КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА"
 09.50 "ЖИТЬ ЗДОРОВО!" (16+)
 10.55 "МОДНЫЙ ПРИГОВОР"
 12.15, 17.00, 18.25, 02.10, 03.05 "ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ" (16+)
 15.15 "ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!" (16+)
 16.00 "МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ" (16+)
 18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
 18.50 "НА САМОМ ДЕЛЕ" (16+)
 19.50 "ПУСТЬ ГОВОРЯТ" (16+)
 21.00 "ВРЕМЯ"
 21.35 Т/С "ИЩЕЙКА" (12+)
 23.35 "ВЕЧЕРНИЙ УРГАНТ" (16+)
 00.10 "НА НОЧЬ ГЛЯДЯ" (16+)
 01.15 Т/С "ТАТЬЯНИНА НОЧЬ" (16+)

РОССИЯ-1

05.00, 09.15 "УТРО РОССИИ" (16+)
 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ (16+)
 09.55 "О САМОМ ГЛАВНОМ" (12+)
 11.40, 14.40, 17.40, 20.45 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ (16+)
 12.00 "СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА С БОРИСОМ КОРЧЕВНИКОВЫМ" (12+)
 13.00, 19.00 "60 МИНУТ" (16+)
 15.00 Т/С "ВЕРЮ НЕ ВЕРЮ" (12+)
 18.00 "АНДРЕЙ МАЛАХОВ. ПРЯМОЙ ЭФИР"
 21.00 Т/С "ОПЕРАЦИЯ "МУХАББАТ"
 23.25 "ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ"
 01.40 40-Й МОСКОВСКИЙ МЕЖДУНАРОДНЫЙ КИНОФЕСТИВАЛЬ. ТОРЖЕСТВЕННОЕ ЗАКРЫТИЕ (16+)
 02.55 Т/С "ЗЕМЛЯК" (16+)

ГТРК "АЛАНИЯ" "АЛАНИЯ" - КАНАЛ "РОССИЯ-1"

05.07, 05.35, 07.07, 07.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-ИРЫСТОН. УТРО
 06.07, 06.35, 08.07, 08.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-АЛАНИЯ. УТРО
 09.00 ЛЕРТХУРОН (12+)
 09.25 ФЫДЭЛТЫ УЭЗЭГМÆ (12+)
 09.55 КАНАЛ "РОССИЯ-1"
 11.40, 17.40 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-ИРЫСТОН
 14.40, 20.45 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-АЛАНИЯ

"АЛАНИЯ" - КАНАЛ "РОССИЯ-24"

19.00 ВЕСТИ
 19.10 В ПОХОД ЗА ВЕТРОМ
 19.25 СПОРТ
 19.45 ЭЛЕКТРОЦИНК
 19.50 ОБЪЯВЛЕНИЯ
 20.00 КАНАЛ "РОССИЯ-24"

НТВ

05.00, 06.05 Т/С "СУПРУГИ" (16+)
 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 "СЕГОДНЯ"
 07.00 "ДЕЛОВОЕ УТРО НТВ" (12+)
 09.00 Т/С "МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД" (16+)
 10.25 Х/Ф "БРАТАНЫ" (16+)
 13.25 "ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ"
 14.00, 16.30, 01.25 "МЕСТО ВСТРЕЧИ" (16+)
 17.20 "ДНК" (16+)
 18.15, 19.40 Т/С "МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ"
 21.00 Т/С "ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ" (12+)
 23.00 "ИТОГИ ДНЯ"
 23.30 Т/С "ЯРОСТЬ" (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 22.00, 00.00 "ИЗВЕСТИЯ"
 05.10-08.00 Т/С "АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ-2" (16+)

09.25-12.05 Т/С "ГРУППА ZETA-2" (16+)
 13.25-17.05 Т/С "АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ-2" (16+)
 18.00-23.20 Т/С "СЛЕД" (16+)
 00.30-03.10 Т/С "ЧУЖАЯ МИЛАЯ" (12+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
 06.35 ЛЕГЕНДЫ МИРОВОГО КИНО: ТАТЬЯНА ОКУНЕВСКАЯ (16+)
 07.05 "ПЕШКОМ...". МОСКВА ТОРГОВАЯ
 07.35, 20.00 "ПРАВИЛА ЖИЗНИ" (16+)
 08.10 Т/С "ВАРИАНТ "ОМЕГА" (16+)
 09.25 Д/Ф "ИЕЛЛОУСТОУНСКИЙ ЗАПОВЕДНИК. ПЕРВЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПАРК В МИРЕ" (16+)
 09.40, 19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ (16+)
 10.15, 17.50 "НАБЛЮДАТЕЛЬ" (16+)
 11.10 Д/Ф "ЧЕРНОБЫЛЬ. ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ"
 12.30 Д/Ф "ЧАРОДЕИ" (16+)
 13.00 АБСОЛЮТНЫЙ СЛУХ (16+)
 13.40 Д/С "ВЕЛИКОЕ РАССЕЛЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА": "ЕВРОПА" (16+)
 14.30 Д/С "БЛЕСК И ГОРЬКИЕ СЛЕЗЫ РОССИЙСКИХ ИМПЕРАТРИЦ": "ВЕНЦЕНОСНАЯ ЗОЛУШКА" (16+)
 15.10, 01.50 К ЮБИЛЕЮ ВАЛЕРИЯ ГЕРГИЕВА. А.БРУКНЕР. СИМФОНИЯ №9 РЕ МИНОР. МЮНХЕНСКИЙ ФИЛАРМОНИЧЕСКИЙ ОРКЕСТР. ДИРИЖЕР ВАЛЕРИЙ ГЕРГИЕВ (16+)
 16.15 Д/Ф "ДЖОРДАНО БРУНО" (16+)
 16.25 ПРЯНИЧНЫЙ ДОМИК. "СОЛНЕЧНЫЙ ГОРОД" (16+)
 16.55 ЛИНИЯ ЖИЗНИ: ЕВГЕНИЙ ЗЕВИН
 18.45 Д/Ф "БИОНИЧЕСКИЕ ПОЛЕТЫ" (16+)
 20.25 "СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!" (16+)
 20.40 Д/С "ВЕЛИКОЕ РАССЕЛЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА": "ЕВРОПА" (16+)
 21.30 "ЭНИГМА. ЭММАНУЭЛЬ ПАЮ" (16+)
 22.15 Т/С "ВАРИАНТ "ОМЕГА" (16+)
 23.50 ЧЕРНЫЕ ДЫРЫ. БЕЛЫЕ ПЯТНА
 00.30 Д/Ф "ЧЕРНОБЫЛЬ. ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ"
 02.45 Д/Ф "ФИДИЙ" (16+)

МАТЧ-ТВ

06.30 Д/С "ЗАКЛЯТЫЕ СОПЕРНИКИ"
 07.00, 08.55, 11.40, 15.15, 17.45 НОВОСТИ
 07.05, 11.45, 15.25, 17.55, 00.00 ВСЕ НА МАТЧ!
 09.00 ПЛАВАНИЕ. ЧЕМПИОНАТ РОССИИ
 09.30 ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ БОКС. ИТОГИ МАРТА (16+)
 10.00 ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ БОКС. КАРЛ ФРЭМПТОН ПРОТИВ НОНИТО ДОНЭЙРА. БОЙ ЗА ТИТУЛ ЧЕМПИОНА МИРА ПО ВЕРСИИ WBO В ПОЛУЛЕГКОМ ВЕСЕ (16+)
 12.15 ФУТБОЛ. ЛИГА ЧЕМПИОНОВ. 1/2 ФИНАЛА. "БАВАРИЯ" (ГЕРМАНИЯ) - "РЕАЛ" (МАДРИД, ИСПАНИЯ)
 14.15 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. ИТОГИ МАРТА (16+)
 16.00 ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ БОКС. БАТЫР АХМЕДОВ ПРОТИВ ПРИНСА ЛИ ИСИДОРЕ. ДЖОСУ ВАРГАС ПРОТИВ ВИКТОРА ВАСКЕСА (16+)
 18.30 ХОККЕЙ КХЛ. КУБОК ГАГАРИНА. "АК БАРС" (КАЗАНЬ) - ЦСКА. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
 21.35 ВСЕ НА ФУТБОЛ!
 22.00 ФУТБОЛ. ЛИГА ЕВРОПЫ. 1/2 ФИНАЛА. "АРСЕНАЛ" (АНГЛИЯ) - "АТЛЕТИКО" (ИСПАНИЯ)
 00.30 ХОККЕЙ. ЧЕМПИОНАТ МИРА СРЕДИ ЮНИОРОВ. 1/4 ФИНАЛА
 03.00 ОБЗОР ЛИГИ ЕВРОПЫ (12+)
 03.30 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. UFC. ДОНАЛЬД СЕРРОНЕ ПРОТИВ ЯНСИ МЕДЕЙРОСА

ТВЦ-КЛАССИКА

06.00 "НАСТРОЕНИЕ" (16+)
 08.05 "ДОКТОР И..." (16+)
 08.40 Х/Ф "ВПЕРВЫЕ ЗАМУЖЕМ" (16+)
 10.35 Д/Ф "ЛЮДМИЛА ЗАЙЦЕВА. ЧЕМ ХУЖЕ - ТЕМ ЛУЧШЕ" (12+)

11.30, 14.30, 19.40, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ (16+)
 11.50 Х/Ф "КОЛОМБО" (12+)
 13.40 "МОЙ ГЕРОЙ": ИРИНА БОГУШЕВСКАЯ
 14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ (16+)
 15.05 Х/Ф "ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ" (12+)
 16.55 "ЕСТЕСТВЕННЫЙ ОТБОР" (12+)
 17.45 Т/С "КРЕСТНЫЙ" (12+)
 20.00 "ПЕТРОВКА, 38"
 20.20 "ПРАВО ГОЛОСА" (16+)
 22.30 "ВСЯ ПРАВДА" (16+)
 23.05 ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ ФИЛЬМ (12+)
 00.35 "ПРОЩАНИЕ. ЯН АРЛАЗОРОВ" (16+)
 01.25 Д/Ф "МАЛАЯ ВОЙНА И БОЛЬШАЯ КРОВЬ"
 02.15 Х/Ф "РОДНЯ" (12+)

ДОМАШНИЙ-ВИЗАВИ

06.30, 07.30, 18.00, 23.55 "6 КАДРОВ" (16+)
 07.00 "ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ" (16+)
 07.45 "ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ"
 09.50 "ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!" (16+)
 10.50 "ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО" (16+)
 11.50 "ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ" (16+)
 13.00 Х/Ф "ПЯТЬ ШАГОВ ПО ОБЛАКАМ" (16+)
 17.00, 22.55 "БЕРЕМЕННЫЕ" (16+)
 19.00, 00.30 Т/С "ГЛУХАРЬ" (16+)
 21.00, 02.25 Т/С "САМАРА-2" (16+)

РЕН-ТВ

05.00 "ТЕРРИТОРИЯ ЗАБЛУЖДЕНИЙ С ИГОРЕМ ПРОКОПЕНКО" (16+)
 06.00, 09.00 "ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ"
 07.00 "С БОДРЫМ УТРОМ!" (16+)
 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 "НОВОСТИ" (16+)
 11.00 "ЧЕРНОБЫЛЬ. СЕКРЕТНОЕ РАССЛЕДОВАНИЕ" (16+)
 12.00, 16.00, 19.00 "ИНФОРМАЦИОННАЯ ПРОГРАММА 112" (16+)
 13.00, 23.25 "ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА С ОЛЕГОМ ШИШКИНЫМ" (16+)
 14.00 "ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ" (16+)
 17.00 "ТАЙНЫ ЧАГМАН" (16+)
 18.00, 02.45 "САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ" (16+)
 20.00 Х/Ф "13-Й ВОИН" (16+)
 21.50 "СМОТРЕТЬ ВСЕМ!" (16+)
 00.30 Х/Ф "СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-4" (16+)

СТС

06.00 М/С "СМЕШАРИКИ" (0+)
 06.20 М/С "НОВАТОРЫ" (6+)
 06.40 М/С "КОМАНДА ТУРБО" (0+)
 07.30 М/С "ТРИ КОТА" (0+)
 07.45 М/С "ШОУ МИСТЕРА ПИБОДИ И ШЕРМАНА" (0+)
 08.10 М/С "ТОМ И ДЖЕРРИ" (0+)
 09.00, 23.50 ШОУ "УРАЛЬСКИХ ПЕЛЬМЕНЕЙ"
 10.15 Х/Ф "ЖИВОТНОЕ" (12+)
 12.00 Т/С "ВОРОНИНЫ" (16+)
 14.00 Т/С "ОТЕЛЬ "ЭЛЕОН" (16+)
 20.00 Т/С "ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ" (16+)
 21.00 Т/С "УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ" (16+)
 22.00 Х/Ф "ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ"
 00.30 Т/С "ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ" (16+)
 01.30 Т/С "ОТЕЛЬ "ЭЛЕОН" (16+)

ТНТ

07.00-08.30 "ТНТ. BEST" (16+)
 09.00, 10.15, 23.30, 00.30 "ДОМ-2" (18+)
 11.30 "АГЕНТЫ 003" (16+)
 12.30-14.00 Т/С "САШАТАНЯ" (16+)
 14.30-17.00 "КОМЕДИ КЛАБ. ДАЙДЖЕСТ" (16+)
 18.00 "ПЕСНИ" (16+)
 19.00, 19.30 "УЛИЦА" (16+)
 20.00, 20.30 Т/С "САШАТАНЯ" (16+)
 21.00 ШОУ "СТУДИЯ СОЮЗ" (16+)
 22.00 "ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ"
 01.30 "ПЕСНИ" (16+)
 02.30 Т/С "ПОСЛЕДОВАТЕЛИ-3" (18+)

ПЯТНИЦА, 27 апреля

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 "ДОБРОЕ УТРО"
 09.00, 12.00, 15.00, 03.00 НОВОСТИ
 09.15 "КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА"
 09.50 "ЖИТЬ ЗДОРОВО!" (16+)
 10.55 "МОДНЫЙ ПРИГОВОР"
 12.15, 17.00, 18.25, 02.40, 03.05 "ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ" (16+)
 15.15 "ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!" (16+)
 16.00 "МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ" (16+)
 18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
 18.50 "НА САМОМ ДЕЛЕ" (16+)
 19.50 "ПУСТЬ ГОВОРИТ" (16+)
 21.00 "ВРЕМЯ"
 21.35 "ГОЛОС. ДЕТИ. 5 ЛЕТ"
 23.50 "ВЕЧЕРНИЙ УРГАНТ" (16+)
 00.45 Т/С "ТАТЬЯНИНА НОЧЬ" (16+)

РОССИЯ - 1

05.00, 09.15 "УТРО РОССИИ" (16+)
 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ (16+)
 09.55 "О САМОМ ГЛАВНОМ" (12+)
 11.40, 14.40, 17.40, 20.45 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ (16+)
 12.00 "СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА С БОРИСОМ КОРЧЕВНИКОВЫМ" (12+)
 13.00, 19.00 "60 МИНУТ" (16+)
 15.00 Т/С "ВЕРЮ НЕ ВЕРЮ" (12+)
 18.00 "АНДРЕЙ МАЛАХОВ. ПРЯМОЙ ЭФИР" (16+)
 21.00 "АНШЛАГ И КОМПАНИЯ" (16+)
 23.55 Х/Ф "ОТПЕЧАТОК ЛЮБВИ" (12+)

ГТРК "АЛАНИЯ" - АЛАНИЯ" - КАНАЛ "РОССИЯ-1"

05.07, 05.35, 07.07, 07.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-ИРЫСТОН. УТРО
 06.07, 06.35, 08.07, 08.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-АЛАНИЯ. УТРО
 11.40, 14.40 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-ИРЫСТОН
 17.40 ВЕСТИ - СЕВЕРНЫЙ КAVKAZ
 20.45 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-АЛАНИЯ

"АЛАНИЯ" - КАНАЛ "РОССИЯ-24"

19.00 ВЕСТИ
 19.10 ЛУЧШЕЕ В ЖИЗНИ
 19.50 ОБЪЯВЛЕНИЯ
 20.00 КАНАЛ "РОССИЯ-24"

НТВ

05.00, 06.05 Т/С "АЛИБИ" НА ДВОИХ" (16+)
 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 "СЕГОДНЯ"
 07.00 "ДЕЛОВОЕ УТРО НТВ" (12+)
 09.00 Т/С "МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД" (16+)
 10.25 Х/Ф "БРАТАНЫ" (16+)
 13.25 "ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ"
 14.00, 16.30, 01.30 "МЕСТО ВСТРЕЧИ" (16+)
 17.20 "ДНК" (16+)
 18.15, 19.40 Т/С "МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ" (16+)
 21.00 Т/С "ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ" (12+)
 23.00 "ИТОГИ ДНЯ"
 23.30 "БРЭЙН-РИНГ" (12+)
 00.30 "МЫ И НАУКА. НАУКА И МЫ" (12+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00 "ИЗВЕСТИЯ" (16+)
 05.10-09.25 Т/С "АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ-3"(16+)
 10.20, 11.15, 12.10 Т/С "КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА" (12+)
 13.25-17.10 Т/С "АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗО-

ПАСНОСТИ-3"(16+)
 18.00-00.25 Т/С "СЛЕД" (16+)
 01.15-04.00 Т/С "ДЕТЕКТИВЫ" (16+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
 06.35 ЛЕГЕНДЫ МИРОВОГО КИНО: ЕВГЕНИЙ МАТВЕЕВ (16+)
 07.05 "ПЕШКОМ...". МОСКВА БОЯРСКАЯ (16+)
 07.35, 20.05 "ПРАВИЛА ЖИЗНИ" (16+)
 08.10 Т/С "ВАРИАНТ "ОМЕГА" (16+)
 09.25 Д/Ф "ВАТТОВОЕ МОРЕ. ЗЕРКАЛО НЕБЕС" (16+)
 09.40, 19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ (16+)
 10.15, 17.50 "НАБЛЮДАТЕЛЬ" (16+)
 11.10, 00.45 XX ВЕК. "ИРАКЛИЙ АНДРОНИКОВ. КОНЦЕРТ В ЛЕНИГРАДСКОЙ ФИЛАРМОНИИ"
 12.40 "ЭНИГМА. ЭММАНУЭЛЬ ПАЮ" (16+)
 13.25 СКАЗКИ ИЗ ГЛИНЫ И ДЕРЕВА. БОГОРОДСКАЯ ИГРУШКА (16+)
 13.40 Д/С "ВЕЛИКОЕ РАССЕЛЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА": "АМЕРИКА" (16+)
 14.30 Д/С "БЛЕСК И ГОРЬКИЕ СЛЕЗЫ РОССИЙСКИХ ИМПЕРАТРИЦ": "НЕВЕСТА ДВУХ ЦЕСАРЕВИЧЕЙ" (16+)
 15.10 К ЮБИЛЕЮ ВАЛЕРИЯ ГЕРГИЕВА. ЛБЕТХОВЕН. СИМФОНΙΑ N3 МИ-БЕМОЛЬ МАЖОР "ГЕРОИЧЕСКАЯ". МЮНХЕНСКИЙ ФИЛАРМОНИЧЕСКИЙ ОРКЕСТР. ДИРИЖЕР ВАЛЕРИЙ ГЕРГИЕВ (6+)
 16.05 ПИСЬМА ИЗ ПРОВИНЦИИ. КРАСНОЯРСК (16+)
 16.30 "БИЛЕТ В БОЛЬШОЙ" (16+)
 17.10 Д/С "ДЕЛО Н. ГЕОРГИЙ ГАПОН. СВЯЩЕННИК-СОЦИАЛИСТ" (16+)
 17.40 Д/Ф "ФРАНСИСКО ГОЙЯ" (16+)
 18.45 Д/Ф "САД НА СВАЛКЕ" (16+)
 20.30 Д/С "ВЕЛИКОЕ РАССЕЛЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА": "АМЕРИКА" (16+)
 21.20 85 ЛЕТ ЛЕОНИДУ РОШАЛЮ. ЛИНИЯ ЖИЗНИ (16+)
 22.15 Т/С "ВАРИАНТ "ОМЕГА" (16+)
 23.50 "2 ВЕРНИК 2"(16+)
 02.10 ИСКАТЕЛИ. "РУССКАЯ АТЛАНТИДА: КИТЕЖ-ГРАД - В ПОИСКАХ ИСЧЕЗНУВШЕГО РАЯ" (16+)

МАТЧ-ТВ

06.30 Д/Ц "ЗАКЛЯТЫЕ СОПЕРНИКИ" (12+)
 07.00, 08.50, 11.25, 13.30, 17.30, 21.35 НОВОСТИ
 07.05, 11.30, 15.35, 17.35, 23.00 ВСЕ НА МАТЧ! 08.55 ХОККЕЙ. ЕВРОТУР. "ШВЕДСКИЕ ИГРЫ". ФИНЛЯНДИЯ - РОССИЯ
 11.55 ФОРМУЛА-1. ГРАН-ПРИ АЗЕРБАЙДЖАНА. СВОБОДНАЯ ПРАКТИКА
 13.35 ФУТБОЛ. ЛИГА ЕВРОПЫ. 1/2 ФИНАЛА. "АРСЕНАЛ" (АНГЛИЯ) - "АТЛЕТИКО" (ИСПАНИЯ)
 15.55 ФОРМУЛА-1. ГРАН-ПРИ АЗЕРБАЙДЖАНА. СВОБОДНАЯ ПРАКТИКА
 18.15 ФУТБОЛ. ЛИГА ЕВРОПЫ. 1/2 ФИНАЛА. "МАРСЕЛЬ" (ФРАНЦИЯ) - "ЗАЛЬЦБУРГ" (АВСТРИЯ)
 20.15 ВСЕ НА ФУТБОЛ! АФИША (12+)
 21.15 "НАШИ НА ЧМ" (12+)
 21.40 ФЕДОР ЕМЕЛЬЯНЕНКО. ЛУЧШИЕ БОИ (16+)
 22.40 "ФЕДОР ЕМЕЛЬЯНЕНКО. ГЛАВНАЯ БИТВА" (16+)
 23.30 Х/Ф "ЛОРД ДРАКОН" (12+)
 01.30 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ГЕРМАНИИ. "ХОФФЕНХАЙМ" - "ГАННОВЕР"
 03.30 ФУТБОЛ. ЛИГА ЧЕМПИОНОВ. 1/2 ФИНАЛА. "БАВАРИЯ" (ГЕРМАНИЯ) - "РЕАЛ" (МАДРИД, ИСПАНИЯ)

ТВЦ-КЛАССИКА

06.00 "НАСТРОЕНИЕ" (16+)
 08.00 Х/Ф "ПЕРВЫЙ ЭШЕЛОН" (12+)

10.15, 11.50 Х/Ф "ОГНЕННЫЙ АНГЕЛ" (12+)
 11.30, 14.30, 22.00 СОБЫТИЯ (16+)
 14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ (16+)
 15.05, 03.05 "ПЕТРОВКА, 38"
 15.25 Х/Ф "ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ" (12+)
 17.20 Х/Ф "ПОРТРЕТ ВТОРОЙ ЖЕНЫ" (12+)
 19.30 "В ЦЕНТРЕ СОБЫТИЙ" (16+)
 20.40 "КРАСНЫЙ ПРОЕКТ" (16+)
 22.30 Х/Ф "ОТЦЫ" (16+)
 00.25 Д/Ф "ВЛАДИСЛАВ ДВОРЖЕЦКИЙ. РОКОВОЕ ВЕЗЕНИЕ" (12+)
 01.15 Х/Ф "КОЛОМБО" (12+)

ДОМАШНИЙ-ВИЗАВИ

06.30, 07.30, 18.00, 22.45 "6 КАДРОВ" (16+)
 07.00 "ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ" (16+)
 07.55 "ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ" (16+)
 09.00 Х/Ф "ПОДАРИ МНЕ ЖИЗНЬ" (16+)
 17.00 "БЕРЕМЕННЫЕ" (16+)
 19.00 Х/Ф "СЛЕПОЕ СЧАСТЬЕ" (16+)
 00.30 Х/Ф "МОТЫЛЬКИ" (16+)

РЕН-ТВ

05.00 "ТЕРРИТОРИЯ ЗАБЛУЖДЕНИЙ С ИГОРЕМ ПРОКОПЕНКО" (16+)
 06.00, 09.00 "ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ" (16+)
 07.00 "С БОДРЫМ УТРОМ!" (16+)
 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 "НОВОСТИ" (16+)
 12.00, 16.00, 19.00 "ИНФОРМАЦИОННАЯ ПРОГРАММА 112" (16+)
 13.00, 23.25 "ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА С ОЛЕГОМ ШИШКИНЫМ" (16+)
 14.00 "ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ" (16+)
 17.00 "ТАЙНЫ ЧАПМАН" (16+)
 18.00 "САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ" (16+)
 20.00 Х/Ф "ВОЗМЕЩЕНИЕ УЩЕРБА" (16+)
 22.00 "СМОТРЕТЬ ВСЕМ!" (16+)
 00.30 Х/Ф "КТО Я?" (16+)
 02.45 "САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ" (16+)

СТС

06.00 М/С "СМЕШАРИКИ" (0+)
 06.20 М/С "НОВАТОРЫ" (6+)
 06.40 М/С "КОМАНДА ТУРБО" (0+)
 07.30 М/С "ТРИ КОТА" (0+)
 07.45 М/С "ШОУ МИСТРА ПИБОДИ И ШЕРМАНА" (0+)
 08.10 М/С "ТОМ И ДЖЕРРИ" (0+)
 09.00, 23.30 ШОУ "УРАЛЬСКИХ ПЕЛЬМЕНЕЙ" (16+)
 10.05 Х/Ф "ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ" (12+)
 12.00 Т/С "ВОРОНИНЫ" (16+)
 14.00 Т/С "ОТЕЛЬ "ЭЛЕОН" (16+)
 18.30 Т/С "УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ" (16+)
 21.00 Х/Ф "ШЕРЛОК ХОЛМС. ИГРА ТЕНЕЙ" (16+)
 00.30 Т/С "ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ" (16+)
 01.30 Т/С "ОТЕЛЬ "ЭЛЕОН" (16+)

ТНТ

07.00-08.30 "ТНТ. BEST" (16+)
 09.00, 10.15, 23.00, 00.00 "ДОМ-2" (18+)
 11.30-14.00 Т/С "САШАТАНЯ" (16+)
 14.30-17.00 "КОМЕДИ КЛАБ. ДАЙДЖЕСТ" (16+)
 18.00 "ПЕСНИ" (16+)
 19.00, 19.30, 21.00 "КОМЕДИ КЛАБ" (16+)
 20.00, 20.30 Т/С "LOVE IS" (16+)
 22.00 "COMEDY БАТТЛ" (16+)
 01.00 "ТАКОЕ КИНО!" (16+)
 01.35 "ПЕСНИ" (16+)
 02.35 Х/Ф "ХОЧУ КАК ТЫ" (16+)

СУББОТА, 28 апреля

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 "ДОБРОЕ УТРО"
 09.00, 12.00, 15.00 НОВОСТИ
 09.15 "КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА"
 09.50 "ЖИТЬ ЗДОРОВО!" (16+)
 10.55 "МОДНЫЙ ПРИГОВОР"
 12.15, 17.00, 18.25 "ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ" (16+)
 15.15 "ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!" (16+)
 16.00 "МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ" (16+)
 18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
 18.50 "ЧЕЛОВЕК И ЗАКОН" (16+)
 19.55 "ПОЛЕ ЧУДЕС"
 21.00 "ВРЕМЯ"
 21.30 "СЕГОДНЯ ВЕЧЕРОМ" (16+)
 00.20 Х/Ф "ДРУГАЯ ЖЕНЩИНА" (18+)
 02.20 Х/Ф "МОЙ КУЗЕН ВИННИ" (16+)

РОССИЯ-1

05.00, 09.15 "УТРО РОССИИ" (16+)
 09.00, 11.00, 20.00 ВЕСТИ (16+)
 09.55 "О САМОМ ГЛАВНОМ" (12+)
 11.40 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ (16+)
 12.00 Х/Ф "ОПЯТЬ ЗАМУЖ" (12+)
 13.45 Х/Ф "ИЩУ МУЖЧИНУ" (12+)
 17.50 "ПЕТРОСЯН-ШОУ" (16+)
 20.45 Х/Ф "СОСЕДИ" (12+)
 01.15 Х/Ф "ФРАНЦУЗСКАЯ КУЛИНАРИЯ" (12+)

ГТРК "АЛАНИЯ" "АЛАНИЯ" - КАНАЛ "РОССИЯ-1"

05.07, 05.35, 07.07, 07.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-ИРЫСТОН. УТРО
 06.07, 06.35, 08.07, 08.35 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-АЛАНИЯ. УТРО
 09.00 ЛУЧШЕЕ В ЖИЗНИ
 09.35 ДЕЖУРНАЯ ЧАСТЬ
 09.55 КАНАЛ "РОССИЯ-1"
 11.40 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-ИРЫСТОН
 11.55 КАНАЛ "РОССИЯ-1"

"АЛАНИЯ" - КАНАЛ "РОССИЯ-24"

18.00 ГОРОД ЗА НЕДЕЛЮ
 18.05 ДЕЖУРНАЯ ЧАСТЬ
 18.25 ГЛАВНАЯ СТУДИЯ "РОССИЯ-24"
 19.50 ОБЪЯВЛЕНИЯ
 20.00 КАНАЛ "РОССИЯ-24"

НТВ

05.00, 06.05 Т/С "АЛИБИ" НА ДВОИХ"
 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 "СЕГОДНЯ"
 07.00 "ДЕЛОВОЕ УТРО НТВ" (12+)
 09.00 Т/С "МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД" (16+)
 10.25 Х/Ф "БРАТАНЫ" (16+)
 13.25 "ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ"
 14.00, 16.30 "МЕСТО ВСТРЕЧИ" (16+)
 17.20 "ЧП. РАССЛЕДОВАНИЕ" (16+)
 18.00, 19.40 Т/С "МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ" (16+)
 20.40 Т/С "ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ" (12+)
 22.45 "ЗАХАР ПРИЛЕПИН. УРОКИ РУССКОГО" (12+)
 23.15 Х/Ф "СЛЕД ТИГРА" (16+)
 01.10 "КВАРТИРНИК НТВ У МАРГУЛИСА". ГРУППА "ЧИЖ&СО" (16+)
 02.50 Х/Ф "ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИМ ВХОД ВОСПРЕЩЕН"

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 00.00 "ИЗВЕСТИЯ" (16+)
 05.10 М/Ф "ХИТРАЯ ВОРОНА" (0+)
 05.20-08.10 Т/С "АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ-3" (16+)
 09.25-12.05 Т/С "ОДЕССИТ" (16+)

13.25-16.20 Т/С "АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ-4" (16+)
 17.20-23.05 Т/С "СЛЕД" (16+)
 00.55-04.00 Т/С "ТАМАРКА" (16+)

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 10.00, 15.00, 19.30, 23.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
 06.35 ЛЕГЕНДЫ МИРОВОГО КИНО: ДЖИНА ЛОЛЛОБРИДЖИДА (16+)
 07.05 "ПЕШКОМ...". МОСКВА НОВОМОСКОВСКАЯ (16+)
 07.35 "ПРАВИЛА ЖИЗНИ" (16+)
 08.10 Т/С "ВАРИАНТ "ОМЕГА" (16+)
 09.20 Д/Ф "ГЕНИАЛЬНЫЙ ШАЛОПАЙ. ФЕДОР ВАСИЛЬЕВ" (16+)
 10.20 Х/Ф "ОШИБКА ИНЖЕНЕРА КОЧИНА" (16+)
 12.25 СКАЗКИ ИЗ ГЛИНЫ И ДЕРЕВА. ФИЛИМОНОВСКАЯ ИГРУШКА (16+)
 12.35 Д/Ф "СИБИРЯКОВСКАЯ ЭКСПЕДИЦИЯ" (16+)
 13.25 Д/Ф "СКАЗКИ ВЕНСКОГО ЛЕСА" (16+)
 15.10 К ЮБИЛЕЮ ВАЛЕРИЯ ГЕРГИЕВА. И.БРАМС. КОНЦЕРТ ДЛЯ СКРИПКИ С ОРКЕСТРОМ РЕ МАЖОР. ЯНИН ЯНСЕН И МЮНХЕНСКИЙ ФИЛАРМОНИЧЕСКИЙ ОРКЕСТР. ДИРИЖЕР ВАЛЕРИЙ ГЕРГИЕВ (16+)
 16.00 Д/Ф "ВАТТОВОЕ МОРЕ. ЗЕРКАЛО НЕБЕС" (16+)
 16.15 "ПЕШКОМ...". МОСКВА ИТАЛЬЯНСКАЯ (16+)
 16.50 К 90-ЛЕТИЮ СО ДНЯ РОЖДЕНИЯ ЮРИЯ ЯКОВЛЕВА. ОСТРОВА (16+)
 17.30 Х/Ф "ИДИОТ" (16+)
 19.45 "СИНЯЯ ПТИЦА - ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ" (16+)
 21.15 Х/Ф "КРАМЕР ПРОТИВ КРАМЕРА" (16+)
 23.20 Д/Ф "ТАНЕЦ НА ЭКРАНЕ" (16+)
 00.20 Х/Ф "ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА" (16+)
 01.50 ИСКАТЕЛИ: "ПО СЛЕДАМ СИХИРТЯ" (16+)

МАТЧ-ТВ

06.30 Д/Ц "ЗАКЛЯТЫЕ СОПЕРНИКИ" (12+)
 07.00, 08.55, 12.25, 13.50, 15.20 НОВОСТИ
 07.05 "ЗВЕЗДЫ ФУТБОЛА" (12+)
 07.35, 15.25, 20.55, 01.00 ВСЕ НА МАТЧИ
 08.35 С/Р "МУНДИАЛЬ. НАШИ СОПЕРНИКИ. САУДОВСКАЯ АРАВИЯ" (12+)
 09.00 ФУТБОЛЬНОЕ СТОЛЕТИЕ (12+)
 09.30 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ МИРА 1978 Г. ФИНАЛ. АРГЕНТИНА -НИДЕРЛАНДЫ
 12.30 ВСЕ НА ФУТБОЛ! АФИША (12+)
 13.30 "РОССИЯ ЖДЕТ" (12+)
 13.55 ВСЕ НА СПОРТ!
 14.50 "АВТОИНСПЕКЦИЯ" (12+)
 15.55 ФОРМУЛА-1. ГРАН-ПРИ АЗЕРБАЙДЖАНА. КВАЛИФИКАЦИЯ
 17.00 ХОККЕЙ. ЕВРОТУР. "ШВЕДСКИЕ ИГРЫ". ШВЕЦИЯ - РОССИЯ
 18.55 ВОЛЕЙБОЛ. ЧЕМПИОНАТ РОССИИ. МУЖЧИНЫ. ФИНАЛ. "ЗЕНИТ" (САНКТ-ПЕТЕРБУРГ) - "ЗЕНИТ-КАЗАНЬ"
 21.10 "ВЭЛКАМ ТУ РАША" (12+)
 21.40 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ. "ИНТЕР" - "ЮВЕНТУС"
 23.40 ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ БОКС. КЕРМАН ЛЕХАРАГА ПРОТИВ БРЭДЛИ СКИТА. БОЙ ЗА ТИТУЛ ЧЕМПИОНА ЕВРОПЫ В ПОЛУСРЕДНЕМ ВЕСЕ. ЕРЖАН ЗАЛИЛОВ ПРОТИВ ЙОНУТА ВАЛЮТЫ
 01.30 Д/Ф "ПОЧЕМУ МЫ ЕДИМ НА МОТОЦИКЛАХ?" (16+)
 03.15 "ВЫСШАЯ ЛИГА" (12+)
 03.40 "ФЕДОР ЕМЕЛЬЯНЕНКО. ГЛАВНАЯ БИТВА" (16+)
 04.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. BELLATOR. ФЕДОР ЕМЕЛЬЯНЕНКО ПРОТИВ ФРЭНКА МИРА

ТВЦ-КЛАССИКА

05.55 "МАРШ-БРОСОК" (12+)
 06.30 "АБВГДЕЙКА" (16+)

06.55 Х/Ф "ВПЕРВЫЕ ЗАМУЖЕМ" (16+)
 08.50 "ПРАВОСЛАВНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ"
 09.20 Х/Ф "БЕЗОТЦОВЩИНА" (12+)
 11.20 "ПЕТРОВКА, 38"
 11.30, 14.30 23.40 СОБЫТИЯ (16+)
 11.45 Д/Ф "ФИЛИПП КИРКОРОВ. НОВЫЕ СТРАСТИ КОРОЛЯ" (12+)
 13.15, 14.45 Х/Ф "УЛЫБКА ЛИСА" (12+)
 17.15 Х/Ф "НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ" (12+)
 21.00 "ПОСТСКРИПТУМ" (16+)
 22.10 "ПРАВО ЗНАТЬ!" (16+)
 23.55 "ПРАВО ГОЛОСА" (16+)

ДОМАШНИЙ-ВИЗАВИ

06.30 "ЖИТЬ ВКУСНО С ДЖЕЙМИ ОЛИВЕРОМ" (16+)
 07.30, 18.00, 22.40 "6 КАДРОВ" (16+)
 08.50 Х/Ф "Я СЧАСТЛИВАЯ" (16+)
 10.40 "ТРИ СЧАСТЛИВЫХ ЖЕНЩИНЫ" (16+)
 14.15 Х/Ф "ШКОЛА ПРОЖИВАНИЯ" (16+)
 19.00 Т/С "ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК" (16+)
 00.30 Х/Ф "ЛЕГЕНДА ДЛЯ ОПЕРШИ" (16+)

РЕН-ТВ

05.00 "ТЕРРИТОРИЯ ЗАБЛУЖДЕНИЙ С ИГОРЕМ ПРОКОПЕНКО" (16+)
 06.00, 09.00, 10.00 "ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ" (16+)
 07.00 "С БОДРЫМ УТРОМ!" (16+)
 08.30, 12.30, 16.30, 19.30 "НОВОСТИ" (16+)
 12.00, 16.00, 19.00 "ИНФОРМАЦИОННАЯ ПРОГРАММА 112" (16+)
 13.00 "ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА С ОЛЕГОМ ШИШКИНЫМ" (16+)
 14.00 "ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ" (16+)
 17.00 "ТАЙНЫ ЧАПМАН" (16+)
 18.00 "САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ"
 20.00 "ВО ВСЕ ТЯЖКИЕ" (16+)
 21.00 "ПРЕДСКАЗАНИЯ СМЕРТИ: КАРТА БУДУЩИХ КАТАСТРОФ" (16+)
 23.00 "ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ" (16+)
 00.50 Х/Ф "КОБРА" (16+)
 02.30 "ТЕРРИТОРИЯ ЗАБЛУЖДЕНИЙ С ИГОРЕМ ПРОКОПЕНКО" (16+)

СТС

06.00 М/С "СМЕШАРИКИ" (0+)
 06.20 М/С "КОМАНДА ТУРБО" (0+)
 06.45 М/С "ШОУ МИСТЕРА ПИБОДИ И ШЕРМАНА" (0+)
 07.10 М/С "ТОМ И ДЖЕРРИ" (0+)
 07.35 М/С "НОВАТОРЫ" (6+)
 07.50 М/С "ТРИ КОТА" (0+)
 08.05 М/С "ДА ЗДРАВСТВУЕТ КОРОЛЬ ДЖУЛИАНИ!" (6+)
 08.30 "УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ. ЛЮБИМОЕ" (16+)
 09.30 "ПРОСТО КУХНЯ" (12+)
 10.30 "УСПЕТЬ ЗА 24 ЧАСА" (16+)
 11.30, 16.00, 00.20 ШОУ "УРАЛЬСКИХ ПЕЛЬМЕНЕЙ" (16+)
 12.10 Х/Ф "ПИНГВИНЫ МИСТЕРА ПОППЕРА" (0+)
 14.05, 01.00 Х/Ф "МЫШИНАЯ ОХОТА" (0+)
 16.45 "ВЗВЕШЕННЫЕ И СЧАСТЛИВЫЕ ЛЮДИ" (16+)
 18.45 Х/Ф "ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДИЕНИЯМИ" (16+)
 21.00 Х/Ф "ПИРАТЫ КАРИБСКОГО МОРЯ. НА КРАЮ СВЕТА" (12+)

ТНТ

07.00, 07.30, 08.30 "ТНТ. BEST" (16+)
 08.00 "ТНТ MUSIC" (16+)
 09.00 "АГЕНТЫ 003" (16+)
 09.30, 10.30, 23.00, 00.00 "ДОМ-2" (18+)
 11.30-20.00 "КОМЕДИ КЛУБ В ЮРМАЛЕ" (16+)
 21.00 "ПЕСНИ" (16+)
 01.00 Х/Ф "ЗАТЕРЯННЫЕ В КОСМОСЕ" (16+)

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 29 апреля

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.50, 06.10 X/Ф "ГУСАРСКАЯ БАЛЛАДА"
 06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
 07.50 "СМЕШАРИКИ. ПИН-КОД"
 08.05 "ЧАСОВОЙ" (12+)
 08.35 "ЗДОРОВЬЕ" (16+)
 09.40 "НЕПУТЕВЫЕ ЗАМЕТКИ" (12+)
 10.15 "ЮРИЙ ЯКОВЛЕВ. "РАСПУСТИЛИСЬ ТУТ БЕЗ МЕНЯ!" (12+)
 11.15 "В ГОСТИ ПО УТРАМ" С МАРИЕЙ ШУК-ШИНОЙ
 12.15 "ТЕОРИЯ ЗАГОВОРА" (16+)
 13.10 X/Ф "СВАДЬБА В МАЛИНОВКЕ" (16+)
 14.50 "ЭЭХХ, РАЗГУЛЯЙ!" (16+)
 17.25 "ЛЕДНИКОВЫЙ ПЕРИОД. ДЕТИ"
 19.25 "ЛУЧШЕ ВСЕХ!"
 21.00 ВОСКРЕСНОЕ "ВРЕМЯ"
 22.30 X/Ф "ЧИСТОЕ ИСКУССТВО" (16+)
 00.20 X/Ф "ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН: РЕВОЛЮЦИЯ"
 02.45 X/Ф "БУМЕРАНГ" (16+)

РОССИЯ-1

05.00 X/Ф "МОСКВА-ЛОПУШКИ" (12+)
 06.45 "САМ СЕБЕ РЕЖИССЕР" (16+)
 07.35 "СМЕХОПАНОРАМА" (16+)
 08.05 "УТРЕННЯЯ ПОЧТА" (16+)
 08.45 ВЕСТИ-МОСКВА
 09.25 "СТО К ОДНОМУ" (16+)
 10.10 "КОГДА ВСЕ ДОМА С ТИМУРОМ КИЗЯКОВЫМ" (16+)
 11.00 ВЕСТИ (16+)
 11.20 "СМЕЯТЬСЯ РАЗРЕШАЕТСЯ" (16+)
 14.00 X/Ф "ЛЮБИТЬ И ВЕРИТЬ" (12+)
 18.00 "СИНЯЯ ПТИЦА - ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ" (6+)
 20.00 ВЕСТИ НЕДЕЛИ
 22.00 "ВОСКРЕСНЫЙ ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ" (16+)
 00.30 "МАРШАЛ КОНЕВ. ИВАН В ЕВРОПЕ" (16+)
 01.30 X/Ф "ЕСЛИ БЫ Я ТЕБЯ ЛЮБИЛ?" (12+)

ГТРК "АЛАНИЯ" "АЛАНИЯ" - КАНАЛ "РОССИЯ-1"

08.45 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-АЛАНИЯ. СОБЫТИЯ НЕДЕЛИ

"АЛАНИЯ" - КАНАЛ "РОССИЯ-24"

18.00 САБИ ДЕМЕ ЗОНДАБИ (6+)
 18.05 МОБИЛЬНЫЙ РЕПОРТЕР
 18.10 ПРО НАС
 18.40 ФАРНЫ ХАБЕРТТ/Е (12+)
 19.50 ОБЪЯВЛЕНИЯ
 20.00 КАНАЛ "РОССИЯ-24"

НТВ

05.10 X/Ф "ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ" (16+)
 08.00, 10.00, 16.00 "СЕГОДНЯ"
 08.20 "ИХ ПРАВЫ"
 08.45 "УСТАМИ МЛАДЕНЦА"
 09.25 "ЕДИМ ДОМА"
 10.20 "ПЕРВАЯ ПЕРЕДАЧА" (16+)
 11.00 "ЧУДО ТЕХНИКИ" (12+)
 11.55 "ДАЧНЫЙ ОТВЕТ"
 13.00 "НАШ ПОТРЕБНАДЗОР" (16+)
 14.00 "У НАС ВЫИГРЫВАЮТ!" (12+)
 15.05 "СВОЯ ИГРА"
 16.20 "СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ..." (16+)
 17.15 "НОВЫЕ РУССКИЕ СЕНСАЦИИ" (16+)
 19.00 ИТОГИ НЕДЕЛИ
 20.10 "ТЫ НЕ ПОВЕРИШЬ!" (16+)
 21.10 "ЗВЕЗДЫ СОШЛИСЬ" (16+)
 23.00 X/Ф "НЕ БОЙСЯ, Я С ТОБОЙ!" (12+)
 01.20 X/Ф "РОДИТЕЛЬСКИЙ ДЕНЬ" (16+)

ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 М/Ф "ПАСТУШКА И ТРУБОЧИСТ" (0+)
 05.25-08.05 Т/С "ЧУЖАЯ МИЛАЯ" (12+)
 09.00 "ИЗВЕСТИЯ" (16+)
 09.15-00.40 Т/С "СЛЕД" (16+)
 01.30-04.00 Т/С "СПЕЦЫ" (16+)

КУЛЬТУРА

06.30 Д/Ф "ЧЕЛОВЕК НА ПУТИ БУДДЫ" (16+)
 07.00 X/Ф "ИДИОТ" (16+)
 09.00 М/Ф "ЗАКОЛДОВАННЫЙ МАЛЬЧИК" (16+)
 09.50 "ОБЫКНОВЕННЫЙ КОНЦЕРТ С ЭДУАРДОМ ЭФИРОВЫМ" (16+)
 10.15 "МЫ - ГРАМОТЕИ!" (16+)
 11.00 X/Ф "ШУМИ ГОРОДОК" (16+)
 12.15 Д/Ф "ШПИОН В ДИКОЙ ПРИРОДЕ", "ЛЮБОВЬ" (16+)
 13.15 Д/С "ЭФФЕКТ БАБОЧКИ": "КОНФУЦИЙ И КИТАЙСКАЯ ФИЛОСОФИЯ" (16+)
 13.45 Д/Ф "ТАНЕЦ НА ЭКРАНЕ" (16+)
 14.45 X/Ф "ФАНТОЦИ" (16+)
 16.30 "ГЕНИЙ" (16+)
 17.00 "БЛИЖНИЙ КРУГ ИГОРЯ КЛЕБАНОВА" (16+)
 18.00 X/Ф "ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА" (16+)
 19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
 20.10 КОНЦЕРТ "БЕРЕЗКА" (16+)
 21.05 "БЕЛАЯ СТУДИЯ" (16+)
 21.45 АННА НЕТРЕБКО И ЮСИФ ЭЙВАЗОВ В ОПЕРЕ ДЖ.ПУЧЧИНИ "МАНОН ЛЕСКО". РЕЖИССЕР-ПОСТАНОВЩИК АДЛЬФ ШАПИРО. ДИРИЖЕР ЯДЕР БИНЬЯМИНИ (16+)
 00.15 X/Ф "ФАНТОЦИ" (16+)
 02.00 Д/Ф "ШПИОН В ДИКОЙ ПРИРОДЕ", "ЛЮБОВЬ" (16+)

МАТЧ-ТВ

06.30, 11.00, 23.40 ВСЕ НА МАТЧ!
 07.00 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ АНГЛИИ. "СУОНСИ" - "ЧЕЛСИ"
 09.00 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИСПАНИИ. "РЕАЛ" (МАДРИД) - "ЛЕГАНЕС"
 10.50, 12.50 НОВОСТИ
 11.50 "АВТОИНСПЕКЦИЯ" (12+)
 12.20 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. ВЕЛЛАТОР. ФЕДОР ЕМЕЛЬЯНЕНКО ПРОТИВ ФРЭНКА МИРА (16+)
 12.55 ХОККЕЙ. ЕВРОТУР. "ШВЕДСКИЕ ИГРЫ". РОССИЯ - ЧЕХИЯ
 15.25 "ВЭЛКАМ ТУ РАША" (12+)
 15.55 РОСГОССТРАХ. ЧРФ. "ЗЕНИТ" (САНКТ-ПЕТЕРБУРГ) - ЦСКА
 18.25 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ АНГЛИИ. "МАНЧЕСТЕР ЮНАЙТЕД" - "АРСЕНАЛ"
 20.25 ПОСЛЕ ФУТБОЛА С ГЕОРГИЕМ ЧЕРДАНЦЕВЫМ
 21.40 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИСПАНИИ. "ДЕПОРТИВО" - "БАРСЕЛОНА"
 00.15 ФОРМУЛА-1. ГРАН-ПРИ АЗЕРБАЙДЖАНА
 02.45 X/Ф "УЛИЧНЫЙ БОЕЦ" (16+)
 04.30 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ. "ТОРИНО" - "ЛАЦИО"

ТВЦ-КЛАССИКА

06.00 X/Ф "ЗЕМЛЯ САННИКОВА" (16+)
 07.55 "ФАКТОР ЖИЗНИ" (16+)
 08.25 Д/Ф "ВЛАДИСЛАВ ДВОРЖЕЦКИЙ. РОКОВОЕ ВЕЗЕНИЕ" (12+)
 09.15 X/Ф "ВАРВАРА-КРАСА, ДЛИННАЯ КОСА" (16+)
 10.35 ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ ФИЛЬМ (12+)
 11.30, 23.05 СОБЫТИЯ (16+)
 11.45 X/Ф "ПОРТРЕТ ВТОРОЙ ЖЕНЫ" (12+)
 13.50 "СМЕХ С ДОСТАВКОЙ НА ДОМ" (12+)

14.30 МОСКОВСКАЯ НЕДЕЛЯ (16+)
 15.00 "ПРОЩАНИЕ. ГЕОРГИЙ ЖУКОВ" (16+)
 15.55 "ХРОНИКИ МОСКОВСКОГО БЫТА. ОДИНКАЯ СТАРОСТЬ ЗВЕЗД" (12+)
 16.45 "ДИКИЕ ДЕНЬГИ. АНДРЕЙ РАЗИН" (16+)
 17.35 X/Ф "ДЕСЯТЬ СТРЕЛ ДЛЯ ОДНОЙ" (12+)
 21.15 X/Ф "СНАЙПЕР" (16+)
 23.20 X/Ф "ОРУЖИЕ" (16+)
 01.05 X/Ф "ОТЦЫ" (16+)

ДОМАШНИЙ-ВИЗАВИ

06.30 "ЖИТЬ ВКУСНО С ДЖЕЙМИ ОЛИВЕР" (16+)
 07.30, 18.00, 22.45 "6 КАДРОВ" (16+)
 09.00 X/Ф "ВСЕ НЕ СЛУЧАЙНО" (16+)
 10.40 X/Ф "ТЕЩИНЫ БЛИНЫ" (16+)
 14.15 X/Ф "СЛЕПОЕ СЧАСТЬЕ" (16+)
 19.00 Т/С "ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК" (16+)
 00.30 X/Ф "Я СЧАСТЛИВАЯ" (16+)
 02.20 Д/Ф "ЗАМУЖ ЗА РУБЕЖ" (16+)

РЕН-ТВ

05.00 "ТЕРРИТОРИЯ ЗАБЛУЖДЕНИЙ С ИГОРЕМ ПРОКОПЕНКО" (16+)
 06.00 X/Ф "ЛУНИ ТЮНЗ: С НОВА В ДЕЛЕ" (12+)
 07.45 X/Ф "КТО Я?" (16+)
 10.00 "МИНТРАНС" (16+)
 11.00 "САМАЯ ПОЛЕЗНАЯ ПРОГРАММА" (16+)
 12.00 "ВОЕННАЯ ТАЙНА С ИГОРЕМ ПРОКОПЕНКО" (16+)
 16.30 "НОВОСТИ" (16+)
 16.35 "ТЕРРИТОРИЯ ЗАБЛУЖДЕНИЙ С ИГОРЕМ ПРОКОПЕНКО" (16+)
 18.30 "ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ. САМЫЕ ХУДШИЕ!" (16+)
 20.30 Т/С "СНАЙПЕР-2. ТУНГУС" (16+)
 23.45 Т/С "СНАЙПЕР. ОРУЖИЕ ВОЗМЕЗДИЯ" (16+)

СТС

06.00 М/С "СМЕШАРИКИ" (0+)
 06.10 М/Ф "САВВА. СЕРДЦЕ ВОИНА" (6+)
 07.50 М/С "ТРИ КОТА" (0+)
 08.05 М/С "ДА ЗДРАВСТВУЕТ КОРОЛЬ ДЖУЛИАН!" (6+)
 08.30 ШОУ "УРАЛЬСКИХ ПЕЛЬМЕНЕЙ" (12+)
 10.30 X/Ф "ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДИЕНИЯМИ" (16+)
 12.45 X/Ф "ПИРАТЫ КАРИБСКОГО МОРЯ. НА КРАЮ СВЕТА" (12+)
 16.00 ШОУ "УРАЛЬСКИХ ПЕЛЬМЕНЕЙ" (12+)
 16.35 X/Ф "ШЕРЛОК ХОЛМС. ИГРА ТЕНЕЙ" (16+)
 19.05 М/Ф "В ПОИСКАХ ДОРИ" (6+)
 21.00 X/Ф "ПИРАТЫ КАРИБСКОГО МОРЯ. НА СТРАННЫХ БЕРЕГАХ" (12+)
 23.40 X/Ф "АМЕРИКАНСКИЙ ПИРОГ" (16+)
 01.30 X/Ф "ГОРОДСКИЕ ДЕВЧОНКИ" (12+)

ТНТ

07.00-08.30 "ТНТ. ВЕСТ" (16+)
 09.00, 10.00, 23.00, 00.00 "ДОМ-2" (18+)
 11.00 "ПЕРЕЗАГРУЗКА" (16+)
 12.00 "БОЛЬШОЙ ЗАВТРАК" (16+)
 12.30 "ПЕСНИ" (16+)
 14.30-19.00 Т/С "УНИВЕР" (16+)
 19.30 "ОДИН ДЕНЬ В УНИВЕРЕ" (16+)
 20.00 "ХОЛОСТЯК" (16+)
 21.30 Т/С "STAND UP. ЮЛИЯ АХМЕДОВА" (16+)
 22.00, 22.30 "КОМИК В ГОРОДЕ" (16+)
 01.00 "ТАКОЕ КИНО!" (16+)
 01.30 X/Ф "КОРОЛЕВА ПРОКЛЯТЫХ" (16+)

Если лень мешает жить

Шесть способов побороть лень и довести дело до конца. Читайте советы психолога и начинайте действовать!



Психолог Петр Столетов изучал это явление в течение пяти лет. В результате выяснилось, что 95 процентов людей имеют привычку постоянно что-то откладывать. Мы не беремся за работу, которая кажется нам безумно скучной, или вызывает у нас страх перед неудачей, или, когда кажется, что слишком много на себя берем, - все это угрожает нашим намерениям, нашим стремлениям. Мы давно должны были усвоить этот урок: любое промедление крадет наше драгоценное время. Исследования показали, что промедление в таких мелочах - это еще цветочки. Самые грандиозные вещи начинаются с малого. Сделав, как нам кажется, незначительную ошибку, мы можем спровоцировать серьезные последствия. К примеру, несвоевременная оплата счетов. За каждый просроченный день налагается штраф, а это потерянные вами деньги. Откладывая поход к врачу, мы рискуем здоровьем, а не позвонив маме, мы теряем шанс общения с ней, хотя она уже не мо-

лода. "Медлительные люди рискуют своим здоровьем и счастьем", - говорит психолог Столетов. Но, если вы готовы поменять свою жизнь, вы можете узнать, как избавиться от медлительности прямо сейчас.

1. Поменяйте местами начало и конец

Когда на горизонте появляется сложная задача, которую нужно решить, порой даже самая сильная и целеустремленная женщина подумает: "Пойду-ка я пока брови пощиплю". Вместо того чтобы негодовать о далеком конце, сконцентрируйтесь на первом шаге. Конечно, вам потребуется время для того, чтобы подумать: с чего начать? Но ведь думать о чем-то - это уже начать что-то предпринимать. Делайте перерывы, не доводите себя до депрессии. Просто спросите себя: "Когда я смогу продолжить?"

2. Сделайте рывок

"Отводите на трудную работу хотя бы пять минут. Если совсем

невозмогу, отвлекитесь на что-нибудь. Главное - заниматься этим постоянно, но маленькими порциями. Используя такой подход, вы никогда не устанете от работы, потому что как раз на это у вас не будет времени, - поясняет Мария Терещенко, редактор веб-сайта. Она советует: "Начните с вопросов: с чего бы я могла начать? Что я умею?" Если вам нужно разобрать вещи в кладовке, первые пять минут отведите на упаковку старых игрушек. Поставьте таймер - ровно пять минут. Затем отвлекитесь на что-нибудь, через какое-то время займитесь уборкой снова. Так потихоньку дело будет двигаться. Мы все знаем: самое сложное - начать! Недаром же говорят: глаза боятся, а руки делают. Проблема большинства из нас заключается в том, что мы не знаем, как сделать первый шаг - самый трудный. Если вы сделаете первый рывок, то это уже результат. Можно считать, что лед тронулся. Более того, вы можете начать и просто не остановиться, действия будут цепляться одно за другое. Вы подумаете: ну, раз я начала, сделаю еще это и это... Да и к тому же, (только подумайте) пять минут - это довольно много. Вы можете удивиться, сколько можно сделать за это время. Анна (49 лет) каждый день мыла гору посуды за своими домашними, и, к ее удивлению, это занимало всего пять минут! С тех пор она стала относиться к мытью посуды гораздо проще. Будьте уверены, что нет ничего невозможного.

3. Не стройте грандиозных планов

Кто из нас не обещал себе, что непременно начнет по утрам делать зарядку? А чем все заканчивалось? Разумеется, вы постоянно откладывали: "Начну с понедельника. Нет, лучше со вторника..." и т.д. При таком подходе вы просто обрекаете сами себя на неудачу. Иногда мы откладываем начало задуманного, ожидая какого-то благоприятного момента, но ведь это абсолютное заблуждение.

Личная жизнь

На деле мы просто тянем время. Для удобства вы можете создать для себя целую систему выполнения задач. Для начала составьте список вещей, которые вы реально можете выполнить в течение 24 часов. Вместо "Оплатить квитанции за квартиру" напишите: "Найти квитанции, заполнить их, положить на видное место". Вместо "Купить новую кровать в комнату сына" - "Позвонить в мебельный и спросить о наличии детских кроваток, поискать через Интернет". Начните с малого. Чтобы достичь вершины, нужно преодолеть все участи.

4. Концентрируйтесь

Предположим, вы хотите проверить свою электронную почту. Заходите в Интернет, но вдруг вам попадается реклама: "Самые откровенные истории Киркорова" или что-то в этом роде. Вы сразу начинаете отвлекаться, затем вспоминаете, что хотели посмотреть рецепты утки с яблоками, и про проверку почтового ящика совсем забываете. Так может продолжаться в течение долгого времени, каждый день вы будете садиться за компьютер, чтобы прочитать письма, но в итоге так этого и не сделаете. Что это? Забывчивость? А может, элементарное неумение организовать свое время? Сегодня существует очень много вещей, которые отвлекают нас от дела, от нашей цели.

Еще никогда люди не были такими медлительными. Казалось бы, надо срочно помыть посуду, но нет, мы постоянно отвлекаемся, в конце концов, когда уже не остается чистых тарелок, мы решаем помыть хотя бы одну. Если вы отвлекаетесь на рекламу, просто поставьте на своем компьютере блокировку спама. Если ваше внимание притягивает телевизор, возьмите и выключите его из розетки.

5. Помните об удовольствиях

Медлительность может привести к тому, что жизнь незаметно пройдет стороной, и вы даже не успеете ей насладиться. Исследования показали, что люди, которые занимаются спортом, часто проводят время с друзьями, выполняют свои задачи быстрее тех, кто большую



часть времени сидит дома, занимаясь незначительными вещами. В жизни последних ничего не происходит. Они закрываются в себе и от этого же мучаются. Вот что многие из них говорили: "Мне редко удается хорошо отдохнуть. Иногда кажется, что я занят целыми днями, и в результате чувствую хроническую усталость. Но когда я хочу отвлечься от забот, то все равно ничего из этого не выходит". Психологи советуют ставить на первое место отдых, а не работу. Но так, чтобы он был своеобразной наградой за труды. Пусть поход в бар с друзьями будет вашим подарком. Берясь за очередное задание, не жалуйтесь на жизнь, помните, что в конце каждого тоннеля есть свет. Устраивайте себе праздник почаще. Когда вы начнете дело, вам захочется поскорее его закончить, если будете знать, что вас ждет вознаграждение.

6. Поборите свой страх

Наша медлительность питается страхом оказаться несостоятельными в глазах окружающих. Мы боимся, что кто-то недооценит нашу личность. Такая боязнь может навсегда поставить перед вами мощный психологический барьер, и вы уже никогда не сможете показать

себя. "Если вы чувствуете, что дело именно в страхе, задайте себе вопрос: что самое ужасное может со мной случиться? - советует психолог Екатерина Буреева, автор тренингов. - Затем продумайте все возможные последствия и то, как вы поступите при различных кризисных ситуациях". Допустим, вам поручили сделать небольшую презентацию о компании, в которой вы работаете. Предположим, вас постигла неудача, вы провалили проект. Что дальше? Ваш начальник в ярости, и вы никогда не получите повышение. Так... И как вы будете действовать? Да просто будете продолжать жить, смеяться, радоваться и заниматься повседневными делами. Будьте с собой откровенны, в конце концов, вы поймете: что бы ни случилось (вас уволили. Пирожные, которые вы приготовили на день рождения сына, несъедобны. Не успели сбросить лишние 5 кило перед свадьбой дочери...), ваша жизнь на этом не кончается. Все неудачи пройдут, и в будущем вы будете смеяться над собой, вспоминая эти мелочи. Не нужно бояться, надо быть выше этого, тогда у вас все получится.

"Домашняя энциклопедия"

Столярный клей

Прохоров Борис Борисович,
доктор географических наук, академик РАЕН



Незадолго до войны родители захотели сделать в квартире ремонт и купили кое-какие материалы, в том числе, столярный и казеиновый клей. Столярный клей в те годы был натуральным, его варили из костей, копыт и рогов (вспомним "Рога и копыта" из "Золотого тельца"). Казеиновый клей производился из натуральной молочной сыворотки. В дни блокады и то, и другое стали считаться пищевыми продуктами. Из столярного клея варили холодец, плитка клея считалась роскошным подарком. Из казеина папа с сестрой готовили какой-то мутный напиток, который тоже как-то поддерживал наши уходящие силы наряду с другими блокадными блюдами типа лепешек из кофейной гущи или толченой яичной скорлупы.

В конце 1941 года в осажденном Ленинграде по рабочим карточкам давали 250 г. хлеба, по иждивенческим - 125 г. Вязкую массу с примесями опилок трудно было назвать хлебом, но и за ним люди выстраивали длинные очереди на морозе. Дома хлеб делили, и каждую порцию взвешивали на аптекарских весах. На этой "процедуре" присутствовала вся семья. Мы любили друг друга, но дележ хлеба - дело святое.

Новый 1942 год

У моей мамы была подруга - Зинаида Давыдовна Габриэльянц. Она была ведущей солисткой Ленинградского театра музыкальной комедии, как бы сейчас сказали, оперной дивой. Театр этот знаменит тем, что его труппа, кажется, единственная из всех театральных трупп города, не эвакуировалась, а полностью осталась в осажденном Ленинграде. Более того, жанр музыкальной комедии оказался востребованным, и артисты постоянно выступали перед военными моряками. За Зинаидой Давыдовной ухаживал один адмирал. Он принес ей и двум ее маленьким детям на Новый год настоящую елку. Меня с мамой тоже пригласили на этот праздник. Елка была прекрасна, но самое удивительное на ней - огарки свечей, принесенные адмиралом. Он их специально собирал для праздника в своем служебном кабинете. ярко горящие свечи произвели на всех нас сильное впечатление, ибо декабрьские вечера мы уже давно коротали в темноте. Электричества в городе не было. Дети получили маленькие подарочки, тоже, видимо, из адмираловского пайка.

Непридуманные рассказы о войне

Черный рынок

В городе работал черный рынок, где люди пытались что-то продать или обменять. Главной валютой считались хлеб и крупа. На хлеб можно было выменять все. Я уверен, что в блокаду, обернувшуюся несметными бедами для большинства ленинградцев, нашлись люди, сумевшие в этой ситуации сказочно обогатиться.

В один из зимних дней мама отнесла на черный рынок платиновые часы, украшенные бриллиантами. Это была ее самая ценная вещь, которая пережила даже блокаду в Царьцине во времена гражданской войны. Часы ей подарил отец на день шестнадцатилетия. Маме повезло, она совершила очень выгодный обмен. Ее не ограбили и не обманули. За свои часы она получила 3 килограмма гречки, 2 килограмма сала и буханку хлеба. Такой продуктовый набор в то время означал отсрочку голодной смерти для всей нашей семьи.

Бомбоубежище

Под нашим домом находились глубокие подвалы. Их превратили в бомбоубежище. Когда объявляли воздушную тревогу, мы спускались туда. Брли с собой какие-то вещи. В памяти остались сколоченные из досок скамейки и люди с узлами, тихо сидящие и прислушивающиеся к тому, что происходит снаружи. Дедушка в бомбоубежище не ходил. Говорил, что лучше умереть сразу от бомбы или снаряда, чем быть живо погребенным. Кажется, через какое-то время и мы перестали во время бомбежек уходить из квартиры. Когда близко падали бомбы, дом вздрагивал, а в шкафу дребезжала посуда. Дом, помнивший Пушкина, был на редкость крепким.

Голодный обморок

Зима. Очень холодно. Стук в дверь. Двое мужчин тащат под руки Таню. Она шла по улице и потеряла сознание. Упала. Хорошо, что это было недалеко от дома. Двое прохожих подняли ее и привели домой. Можно считать, что Тане повезло. Домашние говорят, что на улице лежат трупы, и люди спокойно проходят мимо.

Москва. Апрель, 2014 г.

Материал доработан и подготовлен
для www.world-war.ru

Екатериной Горшковой, Санкт-Петербург.
www.world-war.ru

Духовное пространство

Неделя Жен-Мироносиц (22 апреля)

В 3-ю Неделю по Пасхе Церковь воспоминает святых Жен-Мироносиц и праведных Иосифа Аримафейского и Никодима - тайных учеников Христовых. Мироносицы, пришедшие помазать Тело благовонными маслами, первыми удостоиваются видеть Воскресшего Господа.

Мироносицы - носящие мир. Это те женщины, которые в ночь Воскресения Христова спешили ко гробу Господню с миром в руках, чтобы по восточному обычаю возлить благовонные ароматы на бездыханное Тело своего Учителя.

Также Православная Церковь отмечает этот день как праздник всех женщин-христианок.

Не все имена этих Жен-Мироносиц нам известны. Евангелисты и Священное Предание сохранили нам ряд имен: Мария Магдалина, Мария - мать Иакова меньшего и Иосии, Саломия, Иоанна, Марфа и Мария - сестры Лазаря, Сусанна и другие. Среди них были женщины богатые и знатные: Иоанна была женой Хузы, домправителя царя Ирода; простые и незнатные: Саломия, мать сынов Зеведеевых Иакова и Иоанна, была женой рыбака.

Женщины, идя ко гробу, рассуждали, "кто отвалит камень от гроба". Перед их приходом, вследствие сошествия Ангела, случается землетрясение, которое отвалило камень и повергло стражу в страх. Ангел говорит женам, что Христос воскрес, и предвещает им в Галилее. Евангелие от Иоанна, как самое позднее, особо подчеркивает, что Мария Магдалина пришла ко гробу первой, - "во едину от суббот Мария Магдалина прииде

заутра, еще сущей тьме...". Возвращаясь к апостолам Петру и Иоанну, она говорит: "Не знаем, где положили Его".

Вместе с женами-мироносицами в третью Неделю по Пасхе вспоминают праведников Иосифа Аримафейского и Никодима. Тех, что снимали Тело Христово с Креста, пеленали, но, прежде всего, - оставались с ним при Распятии Его, тогда как из апостолов там был только Иоанн, а другие Его ученики в унынии и недоумении удалились.

Благообразный Иосиф, как именует его Священное Писание, был одним из семидесяти апостолов. Он происходил из города Аримафеи или Рамафы (Рамы) и был богатым и знатным членом Синедриона и так же, как и Никодим, тайным учеником Христовым. Он мужественно открыл свою веру и решился идти к Понтийскому Пилату, чтобы просить Святое Тело Господне для погребения. Он презрел все страхи и опасения возможной последующей мести от иудейских старейшин. Получив разрешение снять Иисуса с креста, похоронил Его в вырубленной в скале гробнице, принадлежавшей ему самому. Вместе с Никодимом Иосиф обвил тело Иисуса плащаницей.

После участия в погребении Христа Никодим, по Преданию Церкви, был изгнан из Иудеи. А Иосифа Аримафейского заключили в оковы и бросили в ров, откуда он был спасен Ангелом. Впоследствии Иосиф, как говорит Священное Предание, вместе с Марией, Марфой и их братом Лазарем, которого воскресил Христос, проповедовал Евангелие в Галлии, на территории современной Франции.

pravmir.ru



Зоопарк

В здоровом питомце здоровый дух

Каким видом спорта занять своего четвероногого друга?



Собак легче приручить и дрессировать, чем других животных. Это связано с их постоянной потребностью находиться рядом со своим хозяином. Если ей уделяют мало внимания, она чувствует себя одинокой и ненужной. Из-за этого у нее плохое настроение, некоторые могут даже впасть в депрессию. Чтобы избежать это, следует больше времени проводить со своим питомцем, занимаясь совместным спортом или другой активной жизнедеятельностью. На сей день существует большое количество разных видов спорта для собак.

Аджилити

Этот вид очень популярен как в России, так и в других странах. Для азартной собаки это самый подходящий спорт. Смысл заключается в том, что животное должно преодолеть полосу различных препятствий. Хозяин может подавать голосовые команды и не должен помогать собаке, заманивая ее косточками, игрушками или конфетами. Благодаря этому зрелищному и динамичному занятию питомец учится прислушиваться к своему хозяину и правильно выполнять все указания.

Скиджоринг

Скиджоринг предназначен для выносливых собак. Хозяин, крепко пристегнутый тросом к своей собаке, катится на лыжах коньковым ходом. Если вдруг вы в ненадлежащей физической форме, собака может бежать и с другим спортсменом. Вы можете тренироваться за городом, в

парке. Этот вид спорта актуален в зимнее время.

Гонки на собачьих упряжках

Название говорит само за себя. Этот ездовой спорт похож на предыдущий, правда заключает в себе прохождение различных дистанций на время, используя при этом силы двух или больше собак. Мартин Бусер, неоднократный американский чемпион по данному виду спорта, говорил: "Хорошая ездовая собака - это личность: честная, работающая, дружелюбная. Кроме того, она обладает хорошим аппетитом и прочными лапами. Однако самые лучшие собаки - это такие, у которых еще есть сердце, воля и желание до конца выполнить свою работу".

Питч энд гоу

Питч энд гоу - это, скорее всего, развлекательный вид спорта. Если вы, скажем, собрались поехать компанией на природу, обязательно возьмите ваших питомцев - их будет чем занять, да и сами вы повеселитесь. Все, что нужно, - это мука, чтобы нарисовать разметку, и игрушки ваших собак (желательно их любимые). Хозяин должен стоять за линией старта и бросать игрушку в помеченное место, после чего собака, не лоя при этом ее на лету, должна подбежать, схватить ее и принести вам обратно. Самое смешное, что, если ваш четвероногий друг по каким-то причинам не принес вам добычу, вы

должны побежать за ней сами. Можно пофантазировать: например, заставить хозяина бежать на четвереньках, изображая собаку, лаять и т.д. Просто и весело! Особенно для больших компаний!

Фристайл

Это зрелищный и интенсивно развивающийся в России вид спорта. Его популярность растет, потому что в правилах нет жестких ограничений. Хозяин со своим питомцем могут танцевать самые разные танцы. Судьи рассматривают и оценивают именно дуэт, совместную работу животного и человека. При выступлении жесты и команды хозяина должны не сильно выделяться и быть связаны с постановочным номером. Конечно, наивысшим мастерством считается выступление с двумя и больше собаками, но это требует огромного опыта. Здесь оцениваются костюмы, сложность постановки и четкость исполнения. Многие ветеринары советуют применить этот спорт как вид дрессировки, ведь он еще ближе связывает питомца со своим хозяином.

Фризби

Вам понадобится специальная летающая тарелка или так называемый диск для игры и, конечно, же хорошее настроение. Смысл заключается в следующем: хозяин кидает диск, но так, чтобы собака его увидела раньше полета, иначе она не поймет, что добыча уже в воздухе.

Далее собака просто должна его поймать и принести хозяину. Но существует три вида фризби: броски на точность, когда собака должна поймать тарелку в отмеченном месте, броски на дальность и фризби-фристайл, когда все трюки связаны с музыкой и представляют собой своеобразный номер. Данное занятие способствует развитию реакции собаки.

Не упускайте возможности провести свободное время, занимая себя и своего питомца этими увлекательными видами спорта. Любите своих питомцев, заботьтесь о них и делайте вашу совместную жизнь ярче!

6 соток

Майские праздники на садовом участке

Совершенно естественно, что длинные выходные владельцы садовых участков стремятся провести у себя на даче. Приятно подышать свежим воздухом, сделать шашлыки на природе, да и дел после зимы накопилось столько, что и не счесть!



Одни дачники всю уже занимают посадками, а другие все еще ждут, когда наступит тепло, и можно будет сделать первоочередные дела - привести в порядок домик и сам участок. Но, если вы только-только открываете новый дачный сезон, хорошо бы все правильно спланировать, чтобы выходные не превратились в трудовую повинность, и к выходу на работу чувствовать себя не уставшей и больной, а посвежевшей и отдохнувшей.

В дачном домике много дел после зимы, и это понятно, ведь с осени вы практически не занимались им, да и на даче, наверное, бывали нечасто. Начните уборку с кухонных шкафов, ведь вполне возможно, что зимой в них забирались мыши. Уберите следы пребывания непрошенных гостей и хорошенько вымойте всю посуду.

Не забудьте отрегулировать двери, так как за зиму они могли отсыреть и обвиснуть. Для этого под открытую дверь подсуньте ножовку, наступите на нее ногой и несколько раз энергично откройте и закройте дверь. Таким образом "лишний" низ двери будет подплен.

Если после зимы в дощатом полу образовались щели и он стал скрипеть, то отремонтировать их вам поможет битум. Нужно расплавить смолу и залить ее в щели. Затем срезать излишки смолы, а места, где были "прорехи", нужно покрасить.

И садовый участок после зимы выглядит уныло: обломанные ветки, сгнившие листья, неизвестно откуда взявшийся мусор... Вот и начните с уборки территории! Сначала верными граблями нужно почистить участок

от прошлогодней листвы, собрать ее в кучу и сжечь. Наведите порядок в цветниках, парниках и на грядках - срежьте засохшие прошлогодние растения и тоже сожгите вместе с листьями. Погода позволяет раскрыть многолетние цветы и растения, а после этого нужно аккуратно собрать пленку, опоры и сложить в хозяйственную постройку, где вы храните укрывные материалы и все, необходимое для ухода за растениями. Теперь на участке стало чисто, и можно расположиться с мангалом или копильней.

Но выходные длинные, и у вас хватит времени осмотреть плодовые деревья, проверить, как они перенесли зиму. Если на коре деревьев есть повреждения, трещины от мороза или ожоги от солнечных лучей, замажьте их садовым варом или специальными препаратами, которые можно купить в магазине. Срежьте с деревьев сухие и поломанные ветки и обязательно замажьте места срезов. А теперь вам осталось побелить стволы и основания ветвей.

Кусты тоже нуждаются во внимании. Особенно внимательно ос-

мотрите кусты смородины. Если увидите почки, вздутые до размеров горошины и похожие на маленький кочан капусты, значит, растение оккупировал клещ! Чтобы избавиться от него, срежьте больные веточки и сожгите. Но если таких зараженных мест на кусте много, то его придется выкорчевать, а новый посадить в другом месте.

Чтобы избавиться от вредителей, пока на кустах не распустятся почки, смородину и крыжовник можно облить горячей водой - вредители погибнут. Приготовьте кипяток, перелейте в лейку и подождите, пока вода остынет примерно до 70°C, а затем обработайте ею куст в один прием. Но учтите, что, если температура будет выше - можно обварить растение.

К сожалению, по весне вместе с растениями просыпаются и вредители, которые спали под корой и в засохших листьях. Поэтому очень важно вовремя избавиться от всех этих жуков и червяков, иначе они расползутся по участку и начнут питаться почками, молодыми листьями. Чтобы очистить растение от вредителей, нужно расстелить под деревьями брезент или мешковину и очистить ствол от старой отслоившейся коры. Вместе с ней вы сразу удалите многих паразитов. Затем обмотайте мягкой тряпкой конец деревянной палки и постучите по стволу и веткам, но не слишком сильно, чтобы не нанести вреда растениям. А затем все, что опадет с веток, нужно пересыпать в ведро с водой или с керосином и сжечь. Процедуру повторите 3-4 раза каждые пять дней. Лучше это делать в пасмурную погоду, ранним утром или поздним вечером - в это время вредители малоподвижны.

Чтобы вредные насекомые не смогли заползти с земли на крону, установите ловчие пояса. Сделать их несложно: нарежьте из оберточной бумаги или мешковины полоски шириной до 20 см и привяжите их на ствол так, чтобы получилась воронка с широким основанием внизу. И не забывайте регулярно осматривать ловчие пояса, собирать и сжигать попавших туда вредителей.

Звездные истории

Ирина Апексимова: "Я делаю только то, во что верю"

Директором легендарной Таганки Апексимова стала не так давно, в 2015 году. Сегодня обновленный театр, переживший не один ремонт и перестановки в репертуаре, отмечает год с первой премьеры в новом составе - спектакля "Кориолан". Отмечает и столетний юбилей создателя и идейного вдохновителя театра, режиссера Юрия Любимова, чьи спектакли до сих пор составляют основу репертуара - это видно по афишам, встречающим зрителя при входе.



Сейчас театр находится в поиске нового образа и зрителя, но уже собирает полные залы. От скандального имиджа, сложившегося за последние годы, потихоньку отказывается. Новый директор считает, что театр - не место для политики и разборок, а провокационность и скандальность сводит к форме спектаклей.

Театр на Таганке приобретает ее черты: такой же многогранный, многоликий и простой в обращении. Премьера нового сезона - экстравагантный мюзикл "Суини Тодд" - не только по сюжету погружает зрителя в мрачные подворотни Лондона, где из людей делают пирожки, но и по форме является иммерсивным, то есть актеры непосредственно взаимодействуют со зрителем.

- Ирина, Вы не боитесь, что на такой страшный мюзикл, где актеры бегают между стульями и дотрагиваются до зрителей, люди просто испугаются идти?

- Начнем с того, что наши люди не из пугливых. Если мы говорим об иммерсивности - "Суини Тодд" еще не самый страшный спектакль. Есть более экстремальные представители жанра, в которых люди бродят по комнатам и непонятен финал. Тут все-таки абсолютный театр и понятно, что все закончится аплодисментами во время поклонов. А когда в процессе спектакля выясняется, кто будет есть, а кто окажется едой, зрители даже смеются, и мне это нравится.

- То есть задача была не напугать, а рассмешить?

- Конечно, нас и так ежедневно пугают. Все равно театр, особенно музыкальный, даже с самым серьезным драматургическим материалом несет в себе развлекательность.

- Вот и режиссер спектакля Алексей Франдетти как раз отмечал, что современный зритель идет в театр развлечься. Вы согласны с ним? Или зрителю в театре все-таки нужна рефлексия по поводу актуальных событий?

- Утром в газете, вечером в куплете? Мне кажется, театр существует для другого. Он должен быть актуален чувственно, а не политическими проблемами. Режиссеру важно поймать эмоциональную волну, то, что будоражит зрителей сегодня.

- По репертуару можно заметить, что Вы делаете ставку на молодые таланты. Две последние премьеры - рок-н-драма "Вий" и "Суини Тодд" - поставлены молодыми режиссерами с молодыми, малоизвестными актерами. Новая Таганка должна быть с новыми лицами?

- Новая Таганка должна быть с

новой, молодой режиссурой, как она когда-то начиналась с молодой команды Любимова. В этом году празднуем столетие Юрия Петровича, создаем много разнообразных ярких премьер, проводим фестиваль "Театральный марш", посвященный Любимову, и продолжаем показ спектаклей, поставленных самим Юрием Петровичем.

- А в начале сезона, помнится, прозвучала новость, что из репертуара Таганки изымают старые спектакли, это сразу вызвало бурю негодования...

- Были сняты формально, на бумаге, те девять названий, которые уже и так не шли на сцене несколько лет, но числились в репертуаре.

- Как-то Вы говорили о том, что театр в понимании многих зрителей - это традиции, а не эксперименты. Таганку как раз всегда отличала революционность, прогрессивность формы и содержания. Если в Большой театр ходят в платье, то на Таганку вполне можно и в джинсах.

- Таганка когда-то была сверхреволюционной, сегодня эти же спектакли смотрятся совершенно классическими. Конечно, этот театр более демократичный, молодежный. В вечернем платье на крутящемся стуле, как в "Суини Тодде", не усидишь. Мне больше всего на этом спектакле, где нет рядов, а зрители сидят за столиками, нравится место у большого стола. Там самые дорогие билеты и самый необычный обзор - 360 градусов - полное погружение. А музыку лучше слышно за столиками выше. В этом здании театра, который начинался с кинотеатра "Вулкан", сложно выстроить звук, существуют акустические ямы.

- Недавно Вы говорили в одном из интервью, что нет объективных критериев, чтобы оценить драматический театр. Как тогда Вы выбираете эскизы, который станет будущей премьерой? По эмоциональному отклику?

- Интуиция. Все равно драматический театр - это очень вкусовая история. Что тебе в данный момент интересно, то и нравится. Все очень субъективно.

- Вы больше ориентируетесь на отзывы зрителей или мнение экспертного жюри?

- Зрители важны, но у нас квалифицированный совет, так что опираемся на собственные, коллективные ощущения. Пытаемся угадать, станет спектакль победой или нет. Я делаю только то, во что верю.

- Расчет здесь, наверняка, и экономический. У каждого театра свой зритель. Кто-то делает ставку на классику, кто-то пытается удивить, даже шокировать... Как ведет себя Таганка?

- Если собрать все премьеры за год, то получится пестрая картинка. "Вий" и "Суини Тодд" - шокирующие, шекспировский "Кориолан" - классика, но современно поставленная. "Золотой дракон" абсолютно не вписывается ни в какие рамки, при этом "Эльза" - очень классический спектакль, несмотря на современную драматургию. Вроде все очень просто, но эмоции, которые я вижу на лицах зрителей после спектакля, это, наверное, одно из самых сильных впечатлений.

- В спектакле "Суини Тодд" играет ваша дочь - Дарья Аврагинская. Она советовалась с Вами по поводу выбора профессии?

- Она не советовалась со мной. Да, она собиралась поступать в театральный институт. Я пыталась не столько отговорить, сколько проговорить все неприятные моменты профессии. Несмотря на то, что она росла в актерской семье и видела много сложных моментов, все равно у нее достаточно успешные родители (отец Дарьи - актер Валерий Николаев. - Ред.). Но я пыталась еще раз ей сказать: необязательно ты станешь популярной актрисой, необязательно все в тебя влюбятся и начнут ходить в театр на твои спектакли. Популярность - это случай, она не является критерием актерского качества. Это самая тяжелая профессия, задевающая самолюбие, нужно быть очень собранным, сильным внутри человеком.

- В итоге она выбрала ту же Школу-студию МХТ, которую оканчивали Вы. Только мастером ее был не Олег Табаков, а Дмитрий Брусникин.

- Теперь у них совсем другая система обучения. Конечно, я постоянно ее пинаю и не даю существовать спокойно. Но она и сама идет по правильному пути, не вита-



ет в облаках: мол знаете, я сыграла две главные роли за полсезона, и в МХТ, и на Таганке ("Гордость и предубеждение" в МХТ. - Ред.) Она работает.

- А труппу Вы воспитываете в строгости или по-дружески?

- Я не умею работать в атмосфере недоверия и страха, пытаюсь наладить нормальные человеческие отношения. Для меня театр - это близкий коллектив. Но иногда случаются моменты, когда люди неправильно это расценивают, принимают за некую слабость. Видимо, в чем-то надо оставаться директором-диктатором.

- Вообще, это две столь разные роли: быть актрисой и директором. А где больше творческой свободы?

- Я директор во всех бумагах и документах, в принятии каких-то решений и устранении проблем. Во всем остальном я актриса. В каждой профессии есть плюсы и минусы, но везде интересно. Здесь тоже можно реализоваться творчески не хуже, чем актеру.

- До того как стать директором Таганки, Вы работали в Театре Романа Виктюка. Но на Таганке вы совмещаете эту должность с обязанностями художественного руководителя. Как же Вы все успеваете?

- С Театром Романа Виктюка Таганку не сравнить по масштабу. Там было гораздо проще. Здесь я решила попробовать реализовать свои творческие замыслы. Сейчас у нас готовится интересная премьера - "Красная шапочка" Жозеля Помра,

французского драматурга. Это другая, взрослая "Красная шапочка", в которой девочка взрослеет, превращается в женщину и постепенно увядает. Две прекрасные актрисы играют дочку, маму, бабушку... Навероятно стильная, трогательная постановка. Затем у нас будет "Чайка" А.Чехова. Это дебют на Таганке литовского режиссера Дайнюса Казлаускаса. Мы акцентируем внимание на том, что это 73458-я постановка пьесы, как бы отвечая на риторический вопрос: доколе можно ставить эту пьесу? Дальше запланирован "Старший сын" Вампилова в постановке потрясающего Дениса Бакурадзе, совершенной жемчужины современного театра. В начале нового сезона приступаем к репетициям пластического спектакля по басням Крылова, его ставит солист Венской оперы Андрей Кайдановский.

- А Вам не кажется, что у нас слишком консервативная публика, не готовая принимать новые веяния, эксперименты?

- Публика невероятно разнообразная. Главное, что на каждый спектакль находится своя. Обязательное условие - приходиться в театр открытым, без предвзятых ощущений. Иначе ты обкрадываешь сам себя.

- Получается, происходит некая зрительская работа даже на развлекательном спектакле?


- Конечно, душа обязана трудиться. А душой работать гораздо сложнее, чем руками и ногами.

**Ответы на сканворд,
опубликованный 14 апреля**

По горизонтали: Бива. Адана. Граб. Ним. Сап. Отклик. Гросс. Ньюанс. Шоу. Пигмеи. Торг. Берег. Длинна. Ура. Венок. Нонет. Отсек. Ось.

По вертикали: Чикаго. Прут. Маг. Расправа. Сиг. Сабо. Дно. Молот. Ланкре. Икс. Нил. Камин. Банк. Кюве. Руно. Интерес. Гать.

Сканворд

					1	2	3	4	5	6
На-бросок	Горный бальзам		Снежный катыш		"Знак отличия" коньяка	Дом дятла		Луб липы		Шар-снаряд
					Верзила					
"Техосмотр" организма								Рыночный диалог		Ворох дел
					В ухо "влетает"		2			
					Вода водопада				Мусорница	
	Отдел министерства		Муза и жена Пушкина		Хула-хуп					5
					"Хохлатые" индейцы	Левый приток Оки				
	Хайям		Сорт яблок					Буфер авто		Талон
		6		Подпорка под углом	"Паства" пастуха			3		
							Удильщик		Заменители дензнаков	
					Тип кузова авто					
	Модный танец 1960-х	Женская стрижка					Испарина			
				1	Часть цепи					
	Низкий шкаф						Львиный рывк		4	

РЕМОНТ



**всех видов
холодильников
с выездом
на дом.**
Тел.: 8-961-820-26-73,
8-964-838-30-25

ПРОДАЮ

щенков немецкого шпица.



Тел.: 8-918-822-24-49

В номере использованы собственные материалы, а также информация интернет-сайтов и периодических изданий: "Домашняя энциклопедия для вас", "Психология и я", "Ай, болит", "1000 советов", "Юрист спешит на помощь", "Всему свету по совету".

Учредитель:
Комитет по делам печати и массовых коммуникаций РСО-А.
Главный редактор А. К. ОЛИСАЕВА
Адрес редакции, издателя, типографии:
362015, РСО-А, г. Владикавказ, пр. Коста, 11.
E-mail: gazeta.slovo@mail.ru
Интернет-версия газеты - www.gztslovo.ru

Выпуск подготовила Ж. Мамсурова
Телефоны редакции:
приемная/факс - 25-63-12;
бухгалтерия - 25-91-96;
корректорская - 25-64-17.

Индекс 53900. Тираж 1626 экз.
Заказ № . Печать офсетная.

Материалы на коммерческой основе помечены буквой - **Р**.
Отпечатано в АО "Осетия-Полиграфсервис"
Подписано в печать: по графику - 18.00, фактически - 18.30, 19.04.2018 г.

Корректоры **Л. Черджиева, З. Качмазова**

При перепечатке материалов ссылка на газету "Слово" обязательна. Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по РСО-А.

Регистрационный номер ПИ № ТУ 15-00145 от 30.05.2017 г.