

Дмитрий Шепелев: Тяжелее всего далась заключительная глава, мое прощальное письмо Жанне

Вчера, 24 ноября, вышла в продажу книга известного телеведущего Дмитрия Шепелева о Жанне Фриске. Точнее, о тех четырех годах, которые ему довелось прожить с одной из самых светлых, счастливых и самых несчастных звезд нашей эстрады. Особое внимание автор (если, конечно, можно называть столь отстраненным, бездушным словом человека, решившегося излить на бумагу чувства и эмоции, факты и детали из их совместной жизни) уделил трагическим месяцам болезни и ухода Жанны. Собственно, Дмитрий и не скрывает: в книге отражен субъективный взгляд на случившееся. Иного и быть не могло, ведь он — непосредственный участник событий, а не холодный наблюдатель со стороны. Тем более другие участники уже много чего сказали о том же самом, и тоже очень субъективно... Читателю, вероятно, не все в книге «Жанна» понравится, а в чем-то позиция автора покажется очевидно уязвимой. Но одно несомненно: этот человек по-настоящему любил и любит Жанну. Ту женщину, с которой свела его судьба и с которой так безжалостно разлучила. Ту женщину, что была матерью его сына Платона. Обо всем этом накануне выхода книги состоялся разговор Дмитрия с журналистами — в том числе и с задавшим ему свои вопросы обозревателем «Труда».

СЕРГЕЙ БИРЮКОВ

Книга закончена этим летом, а задумывалась, еще когда Жанна была жива — в 2014 году. Писал ее я один, Жанна только участвовала в обсуждении идеи, но для меня трепетно важно, что ее согласие на этот труд я получил. Иначе бы за него не принимался.

НЕ ОПУСКАТЬ РУКИ!

Первый импульс, который мы испытали, узнав о диагнозе, — закрыться, спрятаться от всех. Мысль о том, что люди, привыкшие к образу Жанны — яркой, красивой, солнечной девочки, — увидят ее в тяжелом состоянии, казалась невыносимой. Находясь все время рядом с ней, я чувствовал обязанность отгородить ее от ненужного, назойливого внимания. Каждого журналиста или фотографа, искавшего встречи, воспринимал враждебно. Но потом пришло осознание необходимости поделить происходящим. Потому что публичность подразумевает и обязательство перед людьми, которым ты интересен. Эту настоятельную рекомендацию дал мне Константин Эрнст в телефонном разговоре.

Когда Жанна увидела мое видеообращение в программе «Пусть говорят», она плакала. Хотя в обычной жизни слезы на ее глазах никогда не появлялись. Плакала она не только от свалившегося на нее и всех нас несчастья — ее поразило то, сколько людей искренне за нее переживают и поддерживают. Когда наш секрет перестал быть секретом, любовь, которую ощутила наша семья, произвела неопишемое, волшебное действие.



МЫ С СЫНОМ
Часто говорим о Жанне. Я рассказываю о ее любимых песнях и городах, о любимом десерте. Кстати, Платону, как и Жанне, нравится морковный пирог, что я с удивлением обнаружил недавно. Но о смерти мы, безусловно, не говорим. Такой разговор еще впереди

ВЗГЛЯД

Гузель АГИШЕВА,
редактор
отдела
«Общество»



Случай в автобусе

По поводу безбилетной девочки, высаженной уральским водителем на 30-градусный мороз. Вернее, по поводу тех воплей, которые понесли вслед этому инциденту из каждого утюга. На всех телеканалах розовощекие и волоокие представители прессы-служб в погонах возмущаются и сообщают о возбуждении уголовного дела против водителя, трактуя случай как неказание помощи или оставление человека в беде. Хана бездумному, жестокосердному водиле! Мало того что уволят, еще и заклеят вдогонку. Больше же клеймить некого...

Оставленные на весь белый свет водители екатеринбургского автобусного парка, на маршруте которого, по утверждению упомянутой выше девочки, имело место сие прискорбие, демонстрируют на нервном фоне вполне естественную в их положении житейскую мудрость: ни с кем из них, мол, ничего такого не приключалось. А если и приключалось, так разве же все вспомнить? И удивляться тут нечему — кто крутил баранку по двадцать часов кряду, тот их поймет.

«Неужели никто из пассажиров автобуса, дядей и тетей, не мог купить ребенку билет? И если эти 26 рублей за билет — существенные деньги, играющие какую-то роль в жизни среднестатистического россиянина, то как же мы, господа-товарищи, живем?»

Давайте все же спокойно разберемся. Дядька-водитель поступил плохо, кто спорит. Да его никто и не защищает. Он должен был разрешить ребенку ехать дальше — всех-то дел три останки. Но уперся в букву закона: нет билета — на выход. Контролеры-то не дремлют, поймай они такую зайку, и шоферская доброта выйдет боком. В любом случае формально водитель прав. Так за что тогда дело заводило, да еще и уголовное? А может, взглянем на коллизии шире? И увидим салон автобуса в момент изгнания несчастной безбилетницы: неужели никто из пассажиров, дядей и тетей, не мог купить ребенку билет за 26 рублей? Или хотя бы дать девочке свой мобильный, чтобы та позвонила матери — не волнуясь, мол, мам, тут я проездной потеряла... Но для нашего пассажира эти три рубля за минуту разговора и целых 26 рублей за билет, видимо, существенные деньги. Но если 26 рублей играют роль для среднестатистического россиянина, то как же мы, господа-товарищи, живем? Есть, конечно, и те, кто получает раз в 200–300 больше среднестатистического россиянина, но они едва ли ездят в общественном транспорте...

Впрочем, уверена, что такая трактовка «случая в автобусе» уж точно не придет ни в одну депутатско-чиновничью голову — им-то такая диспропорция аморальной вовсе не кажется. Так стоит ли удивляться, что никто из депутатов прошлого созыва и не подумал отказаться от астрономического бонуса за «недосяженные» в Думе месяцы и что депутаты новые начали служение с призыва расширить штат своих помощников и повысить их оклады?

Еще по поводу закона, буквоедства и чело-вечности. Я часто езжу в электричках. За часовую дорогу раза два случается проверка. Увидев контролеров, группы молодежи, гастарбайтеры и даже люди весьма преклонного возраста снимаются с мест и стремятся перебегают в другой вагон, который контролеры уже прошли. Но вот ночной поезд. На улице холодно, метет. Худенький юноша, похожий на Брюса Ли, сидит, ежась в тонкой болоньевой ветровке. Глаза беспокойные. Завидев контролеров, пытается не спеша выйти — бежать ему, похоже, стыдно — и не успевает. Два бугая преграждают дорогу и нависают над ним. У того денег нет. Проехать нужно всего-то пару остановок, с «Павшино» до «Тушино». Но эти две остановки — все же не трамвай и не автобуса, их просто так пешком не пройдешь. И электричка эта сегодня последняя по расписанию. «Выходи или плати штраф!» — слышит он громкие командные голоса.

«Давайте я заплачу?» — предлагаю я. «Не надо, я не возьму», — говорит парень. «А с вами, женщина, вообще никто не разговаривает. Сидите себе, не переживайте», — огрызается тот, что побугаривает.

А вы говорите — девочка замерзла.

БОРЬБА ИДЕЙ

Тоска почета, доска позора

В городской администрации Симферополя открыли первую в стране доску позора для нерадивых чиновников. Глава республики Сергей Аксенов заявил, что народ должен знать своих «героев» в лицо, и пообещал, что в ближайшее время «черные доски» появятся во всех административных учреждениях полуострова.

МАКСИМ БАШКЕЕВ

Вот уж действительно, все новое — хорошо забытое старое. Многие еще помнят широко распространенные в Стране Советов стенды. Доски почета из красной материи с фотографиями передовиков производства, особо активных общественников

и прочих достойных граждан, и их полная противоположность — доски позора, где на беспросветно унылом и траурном фоне лепились туняядцы, лодыри, пьяницы и прогульщики. Эти стенды присутствовали в каждом мало-мальски серьезном учреждении и на всех без исключения предприятиях.

Четверть века назад ветры перемен смели эти атрибуты из нашей жизни, но теперь они возвращаются. Характерно, что начали не с почета, а с позора, не со стахановцев, а с чиновников. Хотя уже несколько лет в том же Севастополе на площади Нахимова стоит регулярно обновляемая Доска почета, а красные стенды имеются во всех районах города, эти приветы из социализма как-то примелькались

и эмоций не вызывают. А вот открытие в Симферополе, в холле здания городской администрации стенда, на котором вывешены особо нерадивые представители местных властей, — это, безусловно, событие.

Вглядимся в лица. На доске со звучным названием «Они позорят наш город» фигурируют: бывший главный архитектор Симферополя Эрнст Мавлютов (уволен с занимаемой должности по статье), гендирек-

тор компании «Крым Инвест Холдинг» (осуществлял торговлю в незаконно возведенных объектах), руководитель компании «Союздорстрой-10» (активно производила укладку асфальта в дождь)... Критерии и процедура отбора кандидатов для размещения на «черных досках» шлифуются, но уже сейчас понятно, что это будет серьезный инструмент влияния и подкованной борьбы — любимого вида спорта среди чиновничества.

Почин крымских властей заслуживает поддержки и развития в масштабах страны. Так и вижу, как в центре Москвы возникают подсвеченные прожекторами стенды с физиономиями министров, а в Питере напротив знаменитого на весь мир стадиона — недостроя вешалю целую галерею поясных портретов маслом, на которых отцы города, погретые руки на «стройке века»...

Впрочем, похоже, я замечтался. Разбудите меня!

А какой ГЛИЦИН принимаете Вы?

Принимайте Глицин Форте Эвалар! Он отличается:

- Высоким содержанием глицина — 300 мг.
- Действие глицина усилено витаминами для мозга — В₁, В₆, В₁₂.
- Таблетки легко и быстро рассасываются, что способствует быстрому достижению эффекта — уменьшению нервного и умственного напряжения, повышению умственной работоспособности днем и нормализации сна ночью.
- Произведено Эвалар: выгодная цена, высокое качество по стандарту GMP¹.

Глицин Форте Эвалар — почувствуйте разницу!

Спрашивайте во всех аптеках! www.evalar.ru
«Линия здоровья» Эвалар: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный).
Заказывайте на сайте apteka.ru с бесплатной доставкой в ближайшую аптеку

Сертификат GMP №C0170889-03, NSF International (США), 659332, г. Вэйкс, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 102220053760 БАД. Реклама



ВИДЫ НА ОТПУСК

Донашиваем, доедаем и отдыхаем!

Эксперты Высшей школы экономики опубликовали результаты исследования делового климата в сфере услуг. Что удивительно: на фоне стагнирующей экономики впечатляющий рынок продемонстрировал туристический бизнес. Большинство работающих в этой области предпринимателей заявили, что их дела идут в гору, уверенность растет. Как прикажете это понимать?

ОЛЕГ НЕСТЕРОВ

Деловой климат в сфере туризма улучшился впервые за два года. Эксперты допускают, что этот факт свидетельствует не об улучшении материального состояния россиян, а о том, что турфирмы наконец-то научились зарабатывать на внутреннем рынке. О том, что осторожный оптимизм туроператоров и турагентов связан именно с импортозамещением, говорит статистика. По прогнозу Ростуризма, внутренний поток по сравнению с прошлым годом может увеличиться на 5 млн человек. Этот прирост позволил бизнесменам не замечать того обстоятельства, что зарубежный выездной туризм продолжает переживать жесточайший кризис. Открытие Турции не принесло на рынок революционных изменений, а разговоры о возобновлении регулярного авиасообщения с Египтом все больше напоминают сказку про белого бычка.

ная поляна, а Таиланд и Вьетнам занимают лишь 3–4 место. Причем следом за ними идут казалось бы уже окончательно и бесповоротно забытые курорты Кавказских Минеральных Вод.

Впрочем, нельзя игнорировать и некоторые позитивные изменения в экономике и социальной сфере. Ситуация с зарплатами более-менее стабилизировалась. Эксперты пока не ожидают новых массовых волн сокращений — работодатели, кто хотел или был вынужден оптимизировать зарплатные ведомости, уже это сделали. Замедлила свой рост инфляция: с более чем 12% к концу прошлого года до 7–8% к концу текущего.

Ну, а главное, сами граждане адаптировались к новой обстановке. Да, реальные доходы сокращаются уже второй год. Но в 2015-м это заставляло работающих россиян крайне рачительно относиться к деньгам, не тратить лишнего и формировать персональные подушки финансовой безопасности. А в 2016 году пружина лопнула. Едва увидев первые признаки стабилизации, люди позволили себе слабину, в том числе и выкраивая из семейного бюджета некоторые суммы на относительно недорогой отдых.

Кстати, о некотором улучшении состояния российской экономики косвенным образом говорит и снижение в III квартале 2016 года индекса предпринимательской активности ломбардов, процветающих именно в период экономических кризисов.



ФОТО ЗАМИРА УСМАЧЕВА/ТАСС

Неожиданно для многих выяснилось, что пакетные туры, включающие в себя перелет, размещение, экскурсионное обслуживание и внутреннюю логистику, можно продавать и внутри страны. И что чартерными бывают не только зарубежные, но и внутренние авиарейсы. Все вместе позволило снизить стоимость туристического продукта на 20–25%, подогрев интерес россиян к курортам Краснодарского края и Крыма.

Сыграла также свою роль негласная рекомендация силовикам воздержаться от туристических зарубежных поездок, которая остается в силе. В итоге мы имеем удивительный для ноября рейтинг. Самые популярные туристические направления сейчас — это Домбай и Крас-

Впрочем, все позитивные моменты — это пока не более чем намеки, штрихи и полтона. Положительные изменения больше ожидаются, чем ощущаются, и их явно не достаточно для восстановления потребительского спроса. Продажи новых автомобилей, крупной бытовой техники, одежды и обуви не растут, а сокращаются. Подавляющее большинство россиян скорее отдаст испортившуюся вещь в ремонт, чем пойдет в магазин за такой же новой. И этот тезис находит свое подтверждение в индексе деловой активности ремонтных мастерских самого разного профиля, который продолжает стабильно расти. Вот уж кто действительно выиграл от кризиса, но вот только радоваться этому пока не хочется.

Дмитрий Шепелев:

Тяжелее всего далась заключительная глава, мое прощальное письмо Жанне

Именно благодаря этой поддержке (я не только про деньги, но про неоценимую эмоциональную, душевную подпитку) нам удалось вырвать эти два года жизни для Жанны.

До обрушившейся на нее болезни мы были наивными детьми в смысле медицинских знаний. На моей памяти в нашей семье, по счастью, не было опыта серьезных, да еще фатальных, заболеваний. Тем не менее сейчас, уже из сегодняшнего дня, вижу, что на протяжении двух лет мы, по сути, все делали правильно. Нам, возможно, везло: мы находили именно тех врачей, которые были нужны. Можно даже увидеть в этом мистику, но скорее тут еще одно доказательство того, что никогда не надо опускать руки. Единственное, что я с сегодняшним моим опытом сделал бы тогда иначе — пожалуй, открылся бы раньше.

Главной целью книги, которую, повторю, мы задумали вместе с Жанной, было не просто рассказать о случившемся, но и дать надежду тем, у кого схожее несчастье — похожая болезнь. Ведь благодаря лечению были моменты, когда мы испытывали настоящую воодушевленность. После возвращения из США Жанна чувствовала себя намного лучше, хорошея с каждым днем, возвращалась к себе прежней, пыталась вновь зачерпнуть полную жизнь в меру скромно отпущенных ей сил. А есть люди, я знаю, которые с диагнозом «рак» прожили и пять, и десять, и двадцать лет. Нам хотелось рассказать, что этот диагноз — не повод поддаваться страху и прощаться с жизнью. Напротив, это повод собрать волю, надежду и все свои силы в кулаки и бороться за выздоровление. Именно поэтому в конце многих глав есть конкретные рекомендации: как противостоять грозной опасности, что предпринимать, когда диагноз поставлен.

В определенный момент мы с Жанной даже имели смелость говорить не только о книге, но и о документальном фильме. Собрали съемочную команду, заново проделали все путешествие по местам лечения — побывали в московском онкоцентре на Каширке, в Гамбурге, Лос-Анджелесе, Нью-Йорке... К огромному сожалению, не успели снять одно самое важное интервью — главной героини. Без него, конечно же, фильм не может выйти. Поэтому — только книга. И только одна — я не хочу превращать ее в коммерческую франшизу, тем более в кино или сериал.

В целом написание стало для меня очень тяжелой в эмоциональном смысле работой. Некоторые главы переписывались по три-четыре раза. Безо всякой посторонней помощи: я не из того теста, чтобы искать активную поддержку в своих делах, мне проще справляться одному. К психологам, не скрою, много обращался во время болезни Жанны. Но потом — нет, как отрезало. Теперь мне достаточно того, что я предоставлен самому себе и что рядом сын. Возвращаясь к написанию... Тяжелее всего далась заключительная глава, мое прощальное письмо Жанне. А самой легкой, светлой и душевной



ФОТО PHOTOPRESS

оказалась, естественно, глава о том, как мы ждали появления на свет Платона.

ПЛАТОН МНЕ ДРУГ

Это самое важное наше с Жанной дело, начатое очень успешно. Ему сейчас три с половиной года. Все мое свободное время посвящено сыну. Книга написана и для него тоже. Когда-нибудь, надеюсь, он ее прочтет. Вернее, мы сним вместе ее прочтем. Мне важно быть честным с моим ребенком, он должен знать все, в том числе какую громадную роль сыграл сам, поддерживая нас в этих непростых условиях. Он ведь такой же участник происхождения. Понимаю, ему будет сложно, предстоит немало интимных и откровенных разговоров. Именно поэтому хочу быть все время рядом с ним.

У Платона крайне напряженный график, расписанный буквально по часам. Он ходит в английский школу и в обыкновенный детсад. Еще — гимнастика, бассейн, лепка, уроки музыки в международном еврейском центре (кто, как не евреи, научит ребенка музыке). Я бы хотел, чтобы Платон постоянно ощущал присутствие мамы. Так же, как ощущаю его я, бесконечно оборачиваясь внутрь себя и думая, а что бы Жанна на это сказала, как бы она на то отреагировала...

Мы с сыном часто говорим о ней. Я рассказываю про стюарта, бытовые вещи: о ее любимых песнях, любимых городах, любимом десерте. Кстати, Платону так же, как и Жанне, нравится морковный пирог, что я с удивлением обнаружил недавно... Но о смерти мы, безусловно, не говорим. Такой разговор — кропотливый, пошаговый — еще впереди. Я не собирался придумывать для мальчишки какую-то сказочную историю, будто его мама — капитан дальнего плавания или космонавт, улете-

ла на другую планету. Обманывать ребенка нечестно, да он и сам неизбежно почувствует фальшь. Отвечаю ему на те вопросы, которые у него возникают. Очень хочу, чтобы мальчик вырос светлым и был абсолютно уверен: рядом папа, ничего плохого не произойдет.

Мы с ним много путешествуем, если это не вредит учебе. Пожалуй, на вопрос о географической точке, где мы находимся постоянно, я бы не смог ответить. Но в Москве проводим достаточно много времени.

КУДА ПРОПАЛ 21 МИЛЛИОН

Деликатная тема, но ее не обойдешь. Про бабушку и дедушку Платон не спрашивает. К сожалению, я был бы рад, если бы он испытывал естественный интерес. Если спросит — скажу. Я никогда не ограничивал и не собираюсь ограничивать общение сына с родителями его мамы, если это только не будет угрожать его спокойствию. Уверен, для него это важно. Но решение — за противоположной стороной. Пока они виделись мало. Последний раз бабушка навестила Платона в апреле, дедушка за полтора года видел ребенка только однажды. На данный момент у меня с родными Жанны нет никаких отношений. Их враждебная настроенность ко мне и моей семье налицо. Но реагировать на это в том же ключе не считаю правильным. Тем более выносить семейное непонимание на страницы книги. Она писалась для другого и о другом. Родственникам Жанны я книжку не посылал. Насколько мне известно, они не стремятся ее прочесть. Ну что ж, это их право.

В то же время я не делал секрета из пропажи того примерно 21 млн рублей, который после того, как Жанны не стало, должен был оставаться на счетах Русфонде, открытым для сбора народных

денег на ее лечение (всего было собрано около 69 миллионов). Оставались они потому, что было собрано гораздо больше средств, чем можно было потратить на лечение в случае с Жанной. По договору с Русфондом эти средства должны были быть ему возвращены. Новость о том, что этих денег там нет, стала для меня таким же шоком, как для всей страны. Разумеется, я не мог не сказать об этом публично и не представить имеющиеся в моем распоряжении, как представителя интересующих Платона, банковские выписки, говорящие о том, кто и как расходовал средства. Хочу подчеркнуть: моей персональной ответственности здесь нет, так как я не распоряжался этим счетом. Но есть наша общая ответственность перед людьми, которые эти деньги посылали.

Конечно, окончательное слово не за мной, а за Следственным комитетом. Правда должна быть установлена, поскольку случившееся бросает тень на все благотворительные фонды России.

НЕ ИЩУ ПЕРЕМЕН

Простите за то, что в книге нет иллюстраций. Это сделано намеренно. Мне непросто дался баланс между тем, что стоит рассказать публике, и интимными обстоятельствами, которые должны остаться между нами с Жанной. Я не хотел стать автором фотоальбома. Надеюсь, то, что описано, само достаточно красноречиво. Но тем ценнее для меня фотография, попавшая на обложку. Она никогда раньше не публиковалась. На ее отбор я потратил гораздо больше времени, чем если бы собирал наш семейный архив. Мне хотелось очень естественного образа Жанны, и, кажется, это удалось. Обращу внимание: заглавие воспроизводит почерк Жанны, собранный из ее писем.

Мне неизвестно точно, сколько будет стоить издание. Цену устанавливаю не я, но надеюсь, она будет держаться на уровне 500 рублей, чтобы ее смогли купить все, кто любит Жанну. Тираж — 10 тысяч. Если понадобится, издательство, надеюсь, печатает еще. Отдельно хочу сказать, что средства, которые поступят мне как автору, я намерен перевести в фонд хосписа «Вера».

Что будет со мной дальше? Все мое время. Моя жизнь на случившемся не заканчивается. Но пока мы с сыном вдвоем, мне это состояние комфортно, и я не хочу никаких перемен. Очень благодарен Первому каналу за деликатность. Мне дали возможность быть с Жанной, когда это было необходимо, а потом — сконцентрироваться на работе, что помогло справиться с шоком. Никаких условий никто никому не ставил, это просто дружеские договоренности. «Достоинство Республики» остановлено, но есть же и другие проекты. Я не отчаиваюсь, уверенно смотрю в будущее.

P.S. Во время этого разговора Дмитрий держался подчеркнуто интеллигентно — как обычно. Лишь однажды разволновался и чуть не переступил грань вежливости. Это когда его спросили, почему он не способен встречать сына Платона с родителями Жанны. На что последовал резкий ответ: «Ребята, вы пришли мне советы давать, как строить отношения в семье? Разберитесь со своей. Давайте оставим эту тему». Тем не менее если у родных Жанны или кого-либо еще есть желание рассказать о важных фактах, проливающих новый свет на ее историю, «Труд» готов предоставить им эту возможность.

000 «Легендарный концертный центр «Сладкий родничок» 1251671 г. Москва, ул. Ипатьевская, д.11, корпус 1, офис 2511, ОГРН 1167746419630
Ближневые адреса: 000 «СДС-Экспо» 125086 г. Москва, 3-й этаж Восточного павильона д.30, ОГРН 117174832984, Восточный Сити Холл АЗ «ПРОКОН» Архангельск, Междугородная 20, ОГРН 102770207022

Крокус Экспо
билеты + parter.ru + 258 00 00
С 17 ДЕКАБРЯ
НОВОГОДНЕЕ СКАЗОЧНОЕ ШОУ
ФИКСИКИ
В СТРАНЕ ЧУДЕС!
747 3030 7-RADUGA.RU
БЕСПЛАТНОЕ ИНТЕРАКТИВНОЕ ШОУ
ЗИМА + ПАРК
АТТРАКЦИОНОВ И РАЗВЛЕЧЕНИЙ
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ СПОНСОР ЗАО «ФЕРРЕРО РУССИЯ»

000 «Легендарный концертный центр «Сладкий родничок» 1251671 г. Москва, ул. Ипатьевская, д.11, корпус 1, офис 2511, ОГРН 1167746419630
Ближневые адреса: 000 «Легендарный концертный центр» 125086 г. Москва, Олимпийский павильон, д.3, ОГРН 117174832984, Восточный Сити Холл АЗ «ПРОКОН» Архангельск, Междугородная 20, ОГРН 102770207022

CROCUS CITY HALL С 17 ДЕКАБРЯ
ShowMart.ru
ЗАКАЗ БИЛЕТОВ +7 215 0000
96.8
НОВОГОДНЕЕ МЕГА-ШОУ
МАША И МЕДВЕДЬ
+ ТРИ БОГАТЫРЯ
747 3030 7-RADUGA.RU
БЕСПЛАТНЫЕ ИНТЕРАКТИВНЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ
МАШКИ И ШАРИКИ
ЗИМА + ПАРК
АТТРАКЦИОНОВ И РАЗВЛЕЧЕНИЙ
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ СПОНСОР ЗАО «ФЕРРЕРО РУССИЯ»



Елена Воробей с детства хотела смеить людей. Своими пародиями и выступлениями она способна заставить хохотать тысячи зрителей. Гость ток-шоу «Мой герой» Вт, 13.40, «ТВ-Центр»

НАШИ РЕКОМЕНДАЦИИ

Галина Волчек

★★★★★
«Строится мост», Сб, 10.35, «Россия К»

Джим Керри

★★★★★
«Лжец, лжец», Пн, 23.15, ТВ-3

Джулия Робертс

★★★★★
«Ноттинг Хилл», Сб, 23.10, CTC

Дмитрий Харатьян

★★★★★
«Инфант», Ср, 00.30, «Домашний»

ВМЕСТЕ У ЭКРАНА

Только черному коту и не везет

Если быть точным, то не коту, а кошке. Но это не важно. Ведь, речь идет не о животном, а о сериале «Черная кошка», повествующем о ликвидации одноименной банды в послевоенные годы. Его премьерный показ только что завершился на канале «Россия 1». Но не повезло новому проекту вовсе не потому, что зритель волею неволей сравнил его с фильмом «Место встречи изменить нельзя». Нет, засада оказалась в другом.

СЕРГЕЙ БЕДНОВ

Разумеется, создатели «Кошки» не могли не понимать, что взявшись за эту историю при наличии эталонной говорухинской версии, они идут на риск. Кстати, ровно о том же были еще и выпуски документальных циклов «Легенды советского сыска» и «Следствие вели...». А менее трех лет назад на Первом канале прошел детектив «Черные кошки» (во множественном числе). Там речь хоть и шла о другой банде, но время действия было тем же, название хоть и имело символическое значение – мол, преступники появляются и исчезают так же незаметно – но аллюзии все равно были неизбежны.

Но имелся у авторов и контраргумент: они намеревались показать события, связанные с «Черной кошкой», не так, как Вайнеры или Говорухин, а максимально близко к реальности. На самом-то деле преступники орудовали не сразу после войны, а в начале 50-х. И были они не матерыми рецидивистами, возглавляемыми упырем Горбатьем, а молодыми рабочими. Ударниками труда и спортсменами. Их вожак Иван Митин и вовсе к моменту задержания был представлен к ордену Трудового Красного Знамени. Разве же не интересно посмотреть, что Говорухин показал не так, что было на самом деле?..



В итоге в списке лучших программ прошлой недели «Кошка» оказалась на тринадцатом месте с долей аудитории 14,3%. Казалось бы, совсем не плохая цифра. А то, что позиция не из самых верхних, так что ж, сериалы вообще редко попадают в первую пятерку. Вот и на сей раз «Кошку» оставили за кормой шоу «Лучше всех» и «Голос», а также информационные и аналитические передачи. И это было бы не обидно, если бы под №1 не значился другой сериал – «Мажор 2».

Подумаешь, один сериал лучше другого. А как иначе? Да только цифры «Мажора» по нынешним меркам кажутся просто гигантскими: доля его аудитории – 25,4%! То есть на 5% больше, чем у вечных лидеров – «Голоса» и «Времени». Шедвр? Отнюдь. Более того, «Черная кошка» куда профессиональнее, последовательнее, чем ее конкурент, даже притом что затянута изрядно. Ей просто не повезло с соседством в эфире.

Первый «Мажор», вышедший два года назад, был принят на ура по сово-

купности обстоятельств. Оригинальный сюжет про зарвавшегося представителя золотой молодежи, которого богатый отец в наказание отправляет

служить в полицию. Комичные ситуации, возникающие в связи с тем, что этот молодец впервые оказывается в кругу людей, где его миллионы решают далеко не все. Служебный роман и ревность крутого коллеги-опера. Крепкая детективная составляющая. И, наконец, удачный актерский состав во главе с легким, ироничным Павлом Прилучным. А когда в финале главный герой отправился за решетку, так и не разобравшись ни с любовью, ни с убийством родителей, стало понятно, что будет продолжение, и что зритель будет ждать его с нетерпением.

Когда же обрадованные поклонники увидели анонсы «Мажора 2», они, конечно, не знали, что в проекте сменились режиссеры: на смену паре, имевшей неплохой опыт постановки сериалов, пришли молодые ребята, до того работавшие монтажерами. Трудно сказать, по их ли вине, по вине ли сценаристов или кого-то еще, но второй «Мажор» значительно отличается от первого. И не в лучшую сторону. Но тогда откуда успех?!

Из тюрьмы герой Прилучного выходит сыщиком экстра-класса, в считанные секунды раскрывающим преступления (кажущиеся, впрочем, странноватыми), по одному, а то и по два в каждой серии. Из прожигателя жизни он превращается в мрачноважного типа, крутящего любовь уже не с одной, а с двумя женщинами. Ведущего бесконечную игру с преследующим его маньяком и старающегося уничтожить бизнес отца своей возлюбленной, которого считает убийцей. Что-то криминально-фантастическое постоянно происходит и с другими героями. Невероятные сюжетные повороты авторы усилили откровенной эротикой, рваным монтажом, англоязычными песенками, служебными отбивкой едва ли не каждого эпизода, безостановочным потреблением алкоголя и Верой Брежневой в качестве cameo (с фр. cameo – пригласенная на эпизодическую роль известной персоны). Апофеоз – это когда главный герой устраивает брак своей сослуживца, простого мента, че-

ловека недалекого, но доброго душой, с дочкой олигарха. И по этому случаю прямо в отделении полиции закатывается мальчишник с проститутками, концертом все той же Брежневой и брейк-дансом в исполнении подполковника.

Обалдевший зритель чувствует себя так, будто среди ночи его разбудили и он обнаружил себя не в собственной кровати, а на арене шапито в окружении клоунов и магов. В таком состоянии он и пребывает до самого конца, силится понять, чем же все это может закончиться. Но так ничего и не поймет. Да и зачем? Ведь мутным финалом авторы пролонгировали проект по крайней мере еще на сезон.

В чем не повезло «Черной кошке»? В том, что до премьеры она все же была для аудитории котом в мешке. То ли дело продолжение уже полюбившегося «Мажора!» И даже если потом кто-то в нем и разочаровался, он все равно с «Первого» ушел не на «Россию», а на другой канал, потому что детективные сериалы с середины не смотрят.

Холестерин может быть в норме и без статинов!

Высокий холестерин – бич современного общества. Люди с повышенным его уровнем вынуждены вести с ним беспощадную войну, ведь на кону здоровье их сердца и сосудов, а значит, и всего организма в целом. «Лидером» по борьбе с холестерином по праву считаются статины (синтетические лекарства). Однако все больше людей вынуждены отказываться от их приема или искать им альтернативу. Причина этого кроется в большом количестве побочных действий: это и головные, мышечные боли, и хроническая усталость с бессонницей, проблемы с пищеварением (тошнота, рвота), респираторные аллергические реакции. И это далеко не весь список.

Всем, у кого повышен уровень холестерина и кто ищет альтернативу статинам, стоит обратить внимание на лекарственное средство Атероклефит от компании Эвалар. Атероклефит выводит холестерин из организма и препятствует его отложению на стенках сосудов в виде атеросклеротических бляшек. Более того, Атероклефит нормализует проницаемость сосудистой стенки. Хорошей новостью является то, что Атероклефит переводит «плохой» холестерин – низкой плотности в «хороший» – высокой плотности, который жизненно необходим человеку для правильного функционирования головного мозга и производства гормонов, таких как тестостерон и эстроген.

И что самое важное – Атероклефит имеет более высокий профиль безопасности, чем статины! Принимайте натуральное лекарство Атероклефит – пусть сосуды будут чистыми, а сердце здоровым! Холестерин может быть в норме и без статинов!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

www.evalar.ru

28 НОЯБРЯ ПОНЕДЕЛЬНИК

ПЕРВЫЙ

05.00 Теленал «Доброе утро»
09.00, 14.00, 03.00 Новости
09.20 Контрольная зачупна
09.50 «Жить здорово!». 12+
10.55, 03.15 Модный приговор
12.00, 15.00 Новости
12.15 «Про любовь». 16+
13.20, 14.15, 15.15, 01.15 «Время покажет». 16+
16.00 «Мужское / Женское». 16+
17.00 «Наедине со всеми». 16+
18.00 Вечерние новости
18.45 «Давай познакомимся!». 16+
19.50 «Густь говорят!». 16+
21.00 «Время»
21.30 **ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «НАУЧИ МЕНЯ ЖИТЬ»**. 16+
23.30 «Вечерний Ургант». 16+
00.00 «Познер». 16+
01.00 Ночные новости
02.05, 03.05 «Наедине со всеми». 16+
04.15 Контрольная зачупна

РОССИЯ 1

05.00, 09.15 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести
09.55 «О самом главном». 12+
11.45, 14.45, 17.20, 20.45 Вести. Местное время
12.00, 00.05 **СЕРИАЛ «СВАТЫ»**. 12+
15.00 **СЕРИАЛ «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ - 14»**. 12+
17.40 «Прямой эфир». 16+
18.50 «60 Минут». 12+
21.00 **СЕРИАЛ «СОФИЯ»**. 16+
23.10 Специальный корреспондент. 12+
02.00 **СЕРИАЛ «ДАР»**. 12+

МАТЧ ТВ

06.30 «Высшая лига». Док. цикл. 12+
07.00, 08.55, 11.45, 14.20, 18.30 Новости
07.05, 11.50, 14.30, 17.00, 00.55 Все на Матч!
09.00 «Бесконечные истории». Док. цикл. 12+
09.30 «Лица биатлона». Док. фильм. 12+
10.00 Биатлон. Кубок мира. Смешанная эстафета. О+
12.45 Биатлон. Кубок мира. Одиночная смешанная эстафета. О+
13.50, 01.30 «Звезды футбола». 12+
15.00 Футбол. Чемпионат Англии. «Манчестер Юнайтед» – «Вест Хэм». О+
17.30 Спортивный интерес. 16+
18.35 Нонтиментальный вечер
19.05 Хончей. НХЛ. ЦСКА – «Динамо»
22.20 ЕвроТур. Обзор матчей недели. 12+
22.55 Футбол. Чемпионат Италии. «Интер» – «Фиорентина»
02.00 Футбол. Чемпионат Англии. «Арсенал» – «Борнмут». О+
04.00 Футбол. Чемпионат Франции. «Лион» – ПСЖ. О+
06.00 «500 лучших голов». Док. цикл. 12+

НТВ

05.00 **СЕРИАЛ «ПРЕСТУПЛЕНИЕ БУДЕТ РАСКРЫТО»**. 16+
06.00 «Новое утро»
07.30 «Студия Юлии Высоцкой». О+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня
08.05 **СЕРИАЛ «ВОЗВРАЩЕНИЕ МИХАРА-2»**. 16+
10.20 **СЕРИАЛ «ЛЕСНИК»**. 16+
12.00 Суд присяжных. 16+
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00 «Место встречи»
16.25 **СЕРИАЛ «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-10»**. 16+
18.00 «Говорим и показываем». Ток-шоу с Леонидом Занозанским. 16+
19.45 **ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «НАЗАНИ»**. 16+
23.30 «Итоги дня»
00.00 «Поздняя еда». 16+
00.10 **СЕРИАЛ «МОРСКИЕ ДЬВУЛЬ»**. 16+
01.10 «Место встречи». 16+
03.10 «Мировая закулиса. Таблетка от здоровья». Фильм Вадима Глуснера. 16+
04.05 **СЕРИАЛ «ХВОСТ»**. 16+

5-Й КАНАЛ

06.00 «Сейчас»
06.10 Информационно-развлекательный канал «Утро на «5». 6+
09.10 «Место происшествия»
10.00 «Сейчас»
10.30 **СЕРИАЛ «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА: ПЕРВЫЙ УДАР»**. 12+
12.00 «Сейчас»
12.30 **СЕРИАЛ «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА: ПЕРВЫЙ УДАР»**. 12+
15.30 «Сейчас»
16.00 **СЕРИАЛ «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА: ПЕРВЫЙ УДАР»**. 12+
18.30 «Сейчас»
19.00 **СЕРИАЛ «ДЕТЕКТИВЫ»**. 16+
20.20 **СЕРИАЛ «СЛЕД»**. 16+
22.00 «Сейчас»
22.25 **СЕРИАЛ «СЛЕД»**. 16+
23.15 «Момент истины». Авторская программа Андрея Нарзулова. 16+
00.10 «Место происшествия. О главном». 16+
01.10 **СЕРИАЛ «ДЕТЕКТИВЫ»**. 16+

РОССИЯ К

07.00 «Евроныюз»
10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры
10.15, 01.40 «Наблюдатель»
11.15 «Библиотека приключений»
11.30 **«ПОЙ, НОВОЙ, ПОЙ»**. Художественный фильм (ГДР)
12.55 «Неизвестный АзС». Док. фильм
13.35 «Пешком...»
14.05 «Линия геометрии. Следы наших загадочных предков». Док. фильм
16.00 **«БЕЗ ВИНЫ ВИНОВАТЫЕ»**. Художественный фильм
17.35 «О времени и о себе». Док. фильм
18.15 «Цвет времени»
18.25 «Город М». Док. фильм
19.15 «Спокойной ночи, малыши!»
19.45 Главная роль
20.05 «Сети. Несучная классика...»
20.45 «Правила жизни»
21.10 «Больше, чем любовь»
21.50 «Тем временем»
22.35 Ступени цивилизации. Док. фильм
23.45 Худсовет
23.50 «Энигма. Анне-Софи Муттер»
00.30 Анне-Софи Муттер, Саймон Раттл и Берлинский филармонический оркестр
01.15 «Запечатленное время». Док. сериал
02.40 «Муза и поэт»

ТВ-ЦЕНТР

06.00 «Настроение»
08.00 **«СИНХРОНИСТИ»**. Худ. фильм. 12+
11.30, 14.30, 19.30, 22.00 События
11.50 «Постсрипты» с Алексеем Пушковым. 16+
12.55 «В центре событий» с Анной Прохоровой. 16+
13.55 «Осторожно, мошенники! Нан привлеч миллион». 16+
14.50 Город новостей
15.15 «Ородное собрание. 12+»
16.00 «Линия защиты. Тайная армия Кремля». 16+
16.35 «Естественный отбор». 12+
17.40 **СЕРИАЛ «ЖЕНЩИНА В БЕДЕ»**. 12+
20.00 «Право голоса». 16+
21.45 Петровна, 38. 16+
22.30 «Г лавный налбр». Специальный репортаж. 16+
23.05 Без обмена. «Ронь против плещицы». 16+
00.00 События. 25-й час
00.30 **«НОГОТ ИЗ МАВРИТАНИИ-2»**. Детектив. 12+
04.25 «Смерть на спортивной арене». Док. фильм. 12+
05.10 «Короли эпизода. Готлиб Рончисон». Док. фильм. 12+

МОСКВА 24

06.00 Утреннее вещание
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 13.00, 13.30, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 17.30, 18.00, 19.15, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.00, 02.00, 03.00, 04.00, 05.00, 05.30 Новости
10.15, 12.15, 13.15, 22.15, 05.15 Специальный репортаж. 12+
10.45, 03.15 Городской репортаж. 12+
11.20, 19.45, 04.15 Простые решения. 12+
11.35 До звезды. 16+
12.35, 15.35, 00.30 Топ. Сеть. 12+
13.35 И о погоде. 12+
14.15, 17.15, 23.45 Африка. 12+
14.30, 02.30 Отрайте! Полиция. 16+
15.15, 02.15 Торти Москвы. 12+
16.35 Ничья в большом городе. 12+
17.35 Интервью. 12+
17.45, 21.30 Сеть. 12+
18.35 Москва в деталях. 12+
19.00, 20.15 Москва сегодня
20.25, 01.30, 04.30 В теме. 16+
21.45, 23.30, 05.45 Московский патруль. 16+
22.30 Врачи. 16+
03.35 Наизнанку. 12+

РЕН ТВ

05.00, 09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. 16+
06.00 «Документальный проект». 16+
07.00 «С добрым утром!». 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». 16+
11.00 «Документальный проект: «Наследие инопланетных архитекторов». 16+
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». 16+
13.00 Звонки улич. 16+
14.00 **«ГРАНЬ БУДУЩЕГО»**. Фантастический боевик (США-Нагада). 16+
17.00, 03.30 «Тайны Чапман». 16+
18.00, 01.30 «Самые шокирующие гипотезы». 16+
20.00 **«ПЕРЕВОЗЧИК-3»**. Боевик (Франция-Великобритания-США). 16+
22.00 «Водить по-русски». 16+
23.25 **ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «СТРАШНЫЕ СКАЗКИ»**. 18+
02.30 «Странное дело». 16+
04.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+

СТС

06.00, 05.30 «Ералаш». О+
06.20 **«МОЯ УРАСНАЯ НЯНЯ»**. Номедия (США). О+
08.20 «Три нота». Мультсериал. О+
08.30 **СЕРИАЛ «ВЕЧНЫЙ ОТПУСК»**. 16+
10.00 **СЕРИАЛ «КУХНЯ»**. 12+
20.00 **ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «ОТЕЛЬ «ЭЛОН»**. 16+
21.00, 03.30 **«2 СТОЛА»**. Криминальный боевик (США). 16+
23.05, 00.30 «Уральские пельмени». «Любимое». 16+
23.30 «Нино в деталях» с Федором Бондарчуком. 18+
01.00 **СЕРИАЛ «ВЕЧНЫЙ ОТПУСК»**. 16+
02.00 **СЕРИАЛ «ЭТО ЛЮБОВЬ»**. 16+
05.50 Музыка на СТС. 16+

ДОМАШНИЙ

06.30 «Ничь вкусно с Джейми Оливером». 16+
07.30 «Домашняя кухня». 16+
08.00, 02.10 «По делам несовершеннолетних». 16+
10.00, 04.10 «Давай разведемся!». 16+
12.00, 03.00 «Свадебный размер». 16+
13.00 «Счастье из пробирки». 16+
14.00, 19.00 **СЕРИАЛ «СВАТЫ»**. 16+
15.55, 21.00 **СЕРИАЛ «ДУРНАЯ КРОВЬ»**. 16+
18.00, 00.00, 05.10 «6 кадров». 16+
18.05 **СЕРИАЛ «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО»**. 16+
00.30 **«ПОДАРИ МНЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ»**. Худ. фильм. 16+
05.15 «Тайны еды». 16+
05.30 «Ничь вкусно с Джейми Оливером». 16+
С 01.45 для Малыши и МО только набельное вещание.

ТВ-3

06.00 Мультфильмы. СМД. О+
09.30 «Слепа». Док. сериал. 12+
10.30 «Гадалка». Док. фильм. 12+
11.30 «Места Силь». Назхастан». 12+
12.30 «Тайные значки» с Олегом Девотченко. 12+
13.30 «Фоточки за привидениями». Док. фильм. 16+
15.00 «Мистические истории. Знати судьбы». 16+
16.00 «Гадальная». Док. фильм. 12+
17.30 «Слепа». Док. сериал. 12+
18.30 **СЕРИАЛ «НУЛЫ НОЛДУНА»**. 12+
19.30, 20.30 **СЕРИАЛ «АННА-ДЕТЕКТИВ»**. 12+
21.30, 22.15 **СЕРИАЛ «НОСТИ»**. 12+
23.15 **«ЛЖЕЦ, ЛЖЕЦ»**. Художественный фильм (США). 12+
00.45 **СЕРИАЛ «ДЕТЕКТИВ МОНН»**. 12+

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром»
08.20 «Политический детектив». 12+
08.45, 09.15, 10.05, 11.20, 13.15 **СЕРИАЛ «НА УГЛУ, У ПАТРИАРШИХ...»**. 16+
09.00, 13.00, 18.00, 22.00 Новости дня
10.00, 14.00 Военные новости
14.05 **СЕРИАЛ «ПЕСВОДИМ «АЛБА-НЕЦ»-2»**. 16+
18.30 «Автомобили в погонах». Док. сериал.
19.20 «Теория заговора. Вторжение в мозг». 12+
20.05 «Специальный репортаж». 12+
20.30 «Особая статья». 12+
22.25 «Загадки века с Сергеем Медведевым». Док. сериал. «12+»
23.15 «Звезда на «Звезде» с Леонидом Якубовичем. 6+
00.00 «22 МИНУТЫ». Худ. фильм. 12+
01.35 **СЕРИАЛ «НА УГЛУ, У ПАТРИАРШИХ...»**. 16+

ТНТ

07.00 «Черепашки-ниндзя». Мультсериал. 12+
07.30, 08.00, 08.30 «Экстрасенсы ведут расследование». 16+
08.00 «Дом-2. Лиза». 16+
08.30, 23.00 «Дом-2. Остров любви». 16+
12.00 «Танцы». 16+
14.00 «Comedy Woman». 16+
14.35 **СЕРИАЛ «ИНТЕРНЫ»**. 16+
19.00 **СЕРИАЛ «САШАТАН»**. 16+
21.00 «Жених». Номедия. 16+
00.00 «Дом-2. После заката». 16+
01.00 **«КОНКРАВЛЕННЫЕ ХОЛМЫ»**. Унасы, триллер (США). 18+
02.30 «Холостан». 16+
05.35 **СЕРИАЛ «СУПЕРВЕСНЫЕ ВЕЩЕР»**. 16+
06.35 **СЕРИАЛ «ЗАПОННИ»**. 16+

29 НОЯБРЯ ВТОРНИК

ТВ-канал ПЕРВЫЙ. 05.00 Телеканал «Доброе утро» 09.00, 14.00, 03.00 Новости 09.20 Контрольная закупка 09.50 «Нить здоровья». 12+

ТВ-канал РОССИЯ 1. 05.00, 09.15 Утро России 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 09.55 «О самом главном». 12+

ТВ-канал МАТЧ ТВ. 06.30 «Высшая лига». Док. цикл. 12+ 07.00, 08.55, 12.00, 15.30 Новости 07.05, 12.05, 15.35, 23.00 Все на Матч!

ТВ-канал НТВ. 05.00 СЕРИАЛ «АДВОКАТ». 16+ 06.00 «Новое утро» 07.30 «Студия Юлии Высоцкой». О+

ТВ-канал 5-Й КАНАЛ. 06.00 «Сейчас» 06.10 Информационно-развлекательный канал «Утро на 5». 6+

ТВ-канал РОССИЯ К. 06.30 «Евроныс» 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры 10.15, 01.55 «Наблюдатель»

ТВ-канал ТВ-ЦЕНТР. 06.00 «Настроение» 08.10 «Доктор И...». 16+

ТВ-канал МОСКВА 24. 06.00 Утреннее вещание 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 17.30, 18.00, 19.15, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 05.00, 05.30 Новости

ТВ-канал РЕН ТВ. 05.00, 04.30 «Территория заблудений» с Игорем Прокопенко. 16+

ТВ-канал СТС. 06.00 «Ералаш». О+ 06.50 «Барбоскины». Мультсериал. О+

ТВ-канал ДОМАШНИЙ. 06.30 «Нить вкуса с Днейми Оливером». 16+

ТВ-канал ТВ-3. 06.00 Мультфильмы. СМФ. О+ 09.30 «Слепая». Док. сериал. 12+

ТВ-канал ЗВЕЗДА. 06.00 «Сегодня утром» 08.00 «Русские саперы. Повелители взрыва». Док. сериал. 12+

ТВ-канал ТНТ. 07.00 «Черепашки-ниндзя». Мультсериал. 12+



Я шагаю по Москве Комедийная мелодрама (СССР, 1963) Юный метростроевец Ноля и его друзья – приезжий Володя, москвич Саша, невеста Саши – Света, продавщица Алена, встречаются, расстаются и снова встречаются на улицах Москвы 60-х. Впереди у них еще вся жизнь...



Загадочный предок из Каменного века Документальный фильм (Австралия) Труднодоступная пещера в Юго-Восточном Китае стала последним прибежищем весьма необычных, неизвестных ранее людей, чьи останки пролежали нетронутыми несколько тысячелетий. Что, если это новый вид человека?

30 НОЯБРЯ СРЕДА

ТВ-канал ПЕРВЫЙ. 05.00 Телеканал «Доброе утро» 09.00, 14.00, 03.00 Новости 09.20 Контрольная закупка 09.50 «Нить здоровья». 12+

ТВ-канал РОССИЯ 1. 05.00, 09.15 Утро России 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 09.55 «О самом главном». 12+

ТВ-канал МАТЧ ТВ. 06.30 «Высшая лига». Док. цикл. 12+ 07.00, 08.55, 12.05, 15.00, 19.00, 23.00 Все на Матч!

ТВ-канал НТВ. 05.00 СЕРИАЛ «АДВОКАТ». 16+ 06.00 «Новое утро» 07.30 «Студия Юлии Высоцкой». О+

ТВ-канал 5-Й КАНАЛ. 06.00 «Сейчас» 06.10 Информационно-развлекательный канал «Утро на 5». 6+

ТВ-канал РОССИЯ К. 06.30 «Евроныс» 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры 10.15, 01.55 «Наблюдатель»

ТВ-канал ТВ-ЦЕНТР. 06.00 «Настроение» 08.10 «Доктор И...». 16+

ТВ-канал МОСКВА 24. 06.00 Утреннее вещание 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 17.30, 18.00, 19.15, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 05.00, 05.30 Новости

ТВ-канал РЕН ТВ. 05.00, 09.00, 04.30 «Территория заблудений» с Игорем Прокопенко. 16+

ТВ-канал СТС. 06.00, 05.25 «Ералаш». О+ 06.50 «Барбоскины». Мультсериал. О+

ТВ-канал ДОМАШНИЙ. 06.30, 05.35 «Нить вкуса с Днейми Оливером». 16+

ТВ-канал ТВ-3. 06.00 Мультфильмы. СМФ. О+ 09.30 «Слепая». Док. сериал. 12+

ТВ-канал ЗВЕЗДА. 06.00 «Сегодня утром» 08.00 «Русские саперы. Повелители взрыва». Док. сериал. 12+

ТВ-канал ТНТ. 07.00 «Черепашки-ниндзя». Мультсериал. 12+

1 ДЕКАБРЯ ЧЕТВЕРГ

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ. Программы: 05.00 Теленал «Доброе утро», 09.00, 14.00, 03.00 Новости, 09.20 Контрольная закупка, 09.50 «Нить здоровья», 12+ 10.55 Модный приговор, 12.00, 15.00 Новости, 12.15 «Про любовь», 16+ 13.20, 14.15, 15.15, 01.00 «Время покажет», 16+ 16.00, 02.45, 03.05 «Мунское / Женское», 16+ 17.00 «Наедине со всеми», 16+ 18.00 Вечерние новости, 18.45 «Давай познакомимся!», 16+ 19.50 «Густь повероят», 16+ 21.00 «Время», 21.35 СЕРИАЛ «НАУЧИ МЕНЯ ЖИТЬ», 16+ 23.40 ПРЕМЬЕРА «Маршал Жунов. До и после Победы», 12+ 00.45 Ночные новости, 01.50 «Наедине со всеми», 16+ 03.45 «Модный приговор»

ТВ-каналы: РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ. Программы: 05.00, 09.15 Утро России, 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести, 09.55 «О самом главном», 12+ 11.40, 14.40, 17.20, 20.45 Вести. Местное время, 11.55, 01.35 СЕРИАЛ «СВАТЫ-3», 12+ 14.55 СЕРИАЛ «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ -14», 12+ 17.40 «Прямой эфир», 16+ 18.50 «60 Минут», 12+ 21.00 «СЕРИАЛ «СОФИЯ», 16+ 23.10 «Поединок», 12+ 03.10 СЕРИАЛ «ДАР», 12+ 04.10 Номната смеха

ТВ-каналы: МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ. Программы: 06.30 «Высшая лига», Док. цикл, 12+ 07.00, 08.55, 11.25, 14.30, 16.55 Новости, 07.05, 11.30, 17.00, 23.05 Все на Матч!, 09.00, 01.50 «Барса, больше чем клуб», Док. фильм 12+ 12.00 Баттлон с Дмитрием Губерниевым, 12+ 12.30 Баттлон. Нубок мира. Индивидуальная гонка. Мужчины, О+ 14.35, 22.45 «Десятка!» 16+ 14.55 Росгострах. Чемпионат России по футболу. «Томь» – «Локомотив», 12+ 17.55 Росгострах. Чемпионат России по футболу. «Хрыля Советов» – «Спартак», 12+ 19.55 Баттлон. Нубок мира. Индивидуальная гонка. Мужчины, 21.45 «Бои в большом городе», 16+ 23.45 «ЗАЩИТА ЛУНИНА», Художественный фильм (Великобритания – Франция) 04.10 «БОНСЕР», Художественный фильм (США), 16+ 06.00 «Звезды футбола», 12+

ТВ-каналы: НТВ, 5-Й КАНАЛ. Программы: 05.00 СЕРИАЛ «АДВОКАТ», 16+ 06.00 «Новое утро», 07.30 «Студия Юлии Высоцкой», О+ 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня, 08.05 СЕРИАЛ «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2», 16+ 10.20 СЕРИАЛ «ЛЕСНИК», 16+ 12.00 Суд присяжных, 16+ 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие, 14.00 «Место встречи», 16.25 СЕРИАЛ «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-10», 16+ 18.00 «Говорим и показываем». Тоншоу с Леонидом Занозанским, 16+ 19.45 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «НАЗАНИ», 16+ 23.30 «Итоги дня», 00.00 СЕРИАЛ «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-5», 16+ 01.00 «Место встречи», 16+ 03.00 СЕРИАЛ «ЗАКОН И ПОРЯДОК», 16+ 04.00 СЕРИАЛ «ХВОСТ», 16+

ТВ-каналы: 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программы: 06.00 «Сейчас», 06.10 Информационно-развлекательный канал «Утро на 5», 6+ 09.10 «Место происшествия», 10.00 «Сейчас», 10.40 СЕРИАЛ «ОХОТА НА ВЕРВОЛЬФА», 16+ 12.00 «Сейчас», 12.40 СЕРИАЛ «ОХОТА НА ВЕРВОЛЬФА», 16+ 15.30 «Сейчас», 16.00 «Открытая студия», 17.30 «Актуально», 18.30 «Сейчас», 19.00 СЕРИАЛ «ДЕТЕКТИВЫ», 16+ 20.20 СЕРИАЛ «СЛЕД», 16+ 00.00 «Матрос с «Кометы», 12+ 01.55 СЕРИАЛ «ОХОТА НА ВЕРВОЛЬФА», 16+

ТВ-каналы: РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программы: 06.30 «Евроныс», 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры, 10.15, 01.55 «Наблюдатель», 11.15, 14.15, 15.10, 17.15 XVII Международной телевизионной конкурсной «Целючичи» музыкантов, 13.20 Мировые союзища. Док. фильм, 13.40 «Россия, любовь моя!», 14.05 «Цвет времени», 17.05 «Нюль Верн», Док. фильм, 19.15 «Спокойной ночи, малыши!», 19.45 Главная роль, 20.05 Черные дыры. Белые пятна, 20.45 «Правила низин», 21.10, 01.25 «Запечатленное время», Док. сериал, 21.40 «Культурная революция», 22.25 «Маршал Жунов. Страницы биографии», Док. фильм, 23.45 Худсовет, 23.50 СЕРИАЛ «НОПОМБО»

ТВ-каналы: ТВ-ЦЕНТР. Программы: 06.00 «Настроение», 08.00 «Доктор И...», 16+ 08.35 «ОДИН ИЗ НАС», Худ. фильм, 12+ 10.40 «Николай Рыбников. Зима на Заречной улице», Док. фильм, 12+ 11.30, 14.30, 19.30, 22.00 События, 11.50 СЕРИАЛ «МИСС МАРПЛАГ АГАТЫ КРИСТИ», 12+ 13.40 «Мой герой», Тоншоу с Татьяной Устиновой, 12+ 14.50 Город новостей, 15.15 ПРЕМЬЕРА. «90-е. Сердце Ельцина», 16+ 16.00 «Линия защиты. Каменная Зоя», 16+ 16.35 «Естественный отбор», 12+ 17.35 СЕРИАЛ «ЖЕНЩИНА В БЕДЕ-2», 12+ 20.00 «Право голоса», 16+ 21.45 Петровна, 38. 16+ 22.30 «Обложка. Петр и его станан», 16+ 23.05 «Занулисные войны в цирке», Док. фильм, 12+ 00.00 События, 25-й час, 00.30 «ПОПЛОТНИК», Худ. фильм, 16+ 02.25 «Вор. Закон вне закона», Док. фильм, 16+ 04.05 «Русский фонстрот», Док. фильм, 12+ 05.10 «Ворошилов против Тухачевского. Маршал на заклание», Док. фильм, 12+

ТВ-каналы: РАДИО РОССИИ, РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: 06.00 Утреннее вещание, 10.00, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 17.30, 18.00, 19.15, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 05.00, 05.30 Новости, 10.15, 13.15, 03.15, 05.15 Городской репортаж, 12+ 10.30, 12.45, 21.45, 23.30, 05.45 Московский патруль, 16+ 10.45, 17.45, 21.30 Сеть, 12+ 11.20, 19.45, 01.15, 04.15 Простые решения, 12+ 11.35 Наизнанку, 12+ 12.15, 22.15 Специальный репортаж, 12+ 13.35 Сделано в Москве, 12+ 14.15, 17.15, 23.45, 02.15 Афиша, 12+ 14.30, 22.30 Врачи, 16+ 15.35 Москва с акцентом, 12+ 16.35 Ничья в большом городе, 12+ 18.35 Москва в деталях, 12+ 19.00, 20.15 Москва сегодня, 20.25, 01.30, 04.30 В теме, 16+ 00.35 Нереальные аферисты, 16+ 02.30 Откройте! Полиция, 16+ 03.35 Безопасность, 16+

ТВ-каналы: РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: 05.00, 04.10 «Территория заблуденный» 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 Звонкий унин, 16+ 14.00 «ВОЗМЕЩЕНИЕ УЩЕРБА», Боевик (США), 16+ 17.00 «Тайны Чапмана», 16+ 18.00, 01.40 «Самые шокирующие гипотезы», 16+ 20.00 «ПАСПАНИР 57», Боевик (США), 16+ 21.40 «Смотреть всем!» 16+ 23.25 СЕРИАЛ «СТРАШНЫЕ СКАЗКИ», 18+ 02.40 «Минтранс», 16+ 03.30 «Ремонт по-честному», 16+

ТВ-каналы: СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: 06.00, 05.30 «Ералаш», О+ 06.50 «Барбоскины», Мультсериал, О+ 07.45 «Великий Человек-паук», Мультсериал, 6+ 08.10 «Три нота», Мультсериал, О+ 08.30, 01.00 СЕРИАЛ «ВЕЧНЫЙ ОТПУСК», 16+ 09.30 Шоу «Уральских пельменей», «Агенты О.7», 16+ 10.20 «НАВТ МИЛОСЕРДИЯ», Боевик (Великобритания – США), 16+ 12.30 СЕРИАЛ «НОРАБЛЬ», 16+ 13.30 СЕРИАЛ «НУХИЯ», 12+ 16.30 СЕРИАЛ «ВОРОНИНЫ», 16+ 19.00 СЕРИАЛ «ВОРОНИНЫ», 16+ 20.00 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН», 16+ 21.00 «КООРДИНАТЫ «СКАЙФолл», Боевик (Великобритания – США), 16+ 23.50 Шоу «Уральских пельменей», «Пель имень смешат на помощь. Часть 3», 16+ 00.30 «Уральские пельмени», «Любимое», 16+ 02.00 СЕРИАЛ «ЭТО ЛЮБОВЬ», 16+ 04.00 «Взвешенные люди», 16+ 05.50 Музыка на СТС, 16+

ТВ-каналы: ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: 06.30 «Нить вносу с Днейми Оливером», 16+ 07.30 «Домашняя кухня», 16+ 08.00, 03.30 «По делам несовершеннолетних», 16+ 10.00, 04.30 «Давай разведемся!», 16+ 12.00, 23.00 «Свадебный размер», 16+ 13.00 «О счастье из пробиричи», 16+ 14.00, 19.00 СЕРИАЛ «СВАТЫ», 16+ 15.55 СЕРИАЛ «ДУРНАЯ КРОВЬ», 16+ 18.00 «Ты нам подходишь», 16+ 21.00 «ОДИН КЛАССНИЦЫ», Романтическая комедия, 16+ 00.00 «6 надров», 16+ 00.30 «ТЕБЕ, НАСТОЯЩЕМУ. ИСТОРИЯ ОДНОГО ОТПУСКА», Мелодрама (Россия – Украина), 16+ 05.30 «Нить вносу с Днейми Оливером», 16+

ТВ-каналы: ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: 06.00 Мультфильмы. СМФ, О+ 09.30 «Слепая», Док. сериал, 12+ 10.30 «Гадальна», Док. фильм, 12+ 11.30 «Не ври мне», 12+ 12.30 «Тайные значки» с Олегом Девотченко, 12+ 13.30 «Тайные значки за привидениями», Док. фильм, 16+ 15.00 «Мистические истории. Значи судьбы», 16+ 16.00 «Гадальна», Док. фильм, 12+ 17.30 «Слепая», Док. сериал, 12+ 18.30 СЕРИАЛ «НУЛТЫ ПОЛДУНА», 12+ 19.30, 20.30 СЕРИАЛ «АННА-ДЕТЕКТИВ», 12+ 21.30, 22.15 СЕРИАЛ «НОСТИ», 12+ 23.15 «ДРУГИЕ 48 ЧАСОВ», Художественный фильм (США), 16+ 01.15, 02.00, 03.00, 03.45, 04.45 СЕРИАЛ «СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ», 16+ 05.45 «Городские легенды. Москва. Усадьба Голоменской», 12+

ТВ-каналы: ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: 06.00 «Сегодня утром», 08.00 «Русские саперы. Повелители взрыва», Док. сериал, 12+ 09.00, 13.00, 18.00, 22.00 Новости дня, 09.25, 10.05 СЕРИАЛ «НА УГЛУ, У ПАТРИАРШИХ-2», 16+ 10.00, 14.00 Военные новости, 11.35, 13.15 СЕРИАЛ «НА УГЛУ, У ПАТРИАРШИХ-3», 16+ 14.05 СЕРИАЛ «ПСЕВДОНИМ «АЛБА-НЕЦ»-2», 16+ 18.30 «Маршалы Сталина. Георгий Жунов», Док. фильм, 12+ 19.20 «Легенды носмоса», Владимир Номаров, 6+ 20.05 «Теория заговора», 12+ 20.30 «Процесс», 12+ 22.25 «Поступок», Док. сериал, 12+ 23.15 «Звезда на «Звезде» с Леонидом Янубовичем, 6+ 00.00 СЕРИАЛ «НА УГЛУ, У ПАТРИАРШИХ-3», 16+ 05.15 «Хроника Победы», Док. сериал, 12+

ТВ-каналы: ТНТ. Программы: 07.00 «Черепашки-ниндзя», Мультсериал, 12+ 07.30, 08.00, 08.30 «Экстрасенсы ведут расследование», 16+ 09.00 «Дом-2. Live», 16+ 10.30 «Дом-2. Остров любви», 16+ 11.30, 14+», Мелодрама, 16+ 13.35, 14.00 «Comedy Woman», 16+ 14.30 СЕРИАЛ «ДЕФОЧОНИ», 16+ 19.00 СЕРИАЛ «УНИВЕР», 16+ 20.00 СЕРИАЛ «САШАТАНЯ», 16+ 21.00 «ПРИЛИЧНЫЕ ЛЮДИ», Комедия, 16+ 23.00 «Дом-2. Город любви», 16+ 00.00 «Дом-2. После заната», 16+ 01.00 «БЛИЖАЙШИЙ РОДСТВЕННИК», Боевик, триллер (США), 16+ 03.05 «ТНТ-Club», 16+ 03.10 «Холостан», 16+ 05.00 СЕРИАЛ «СУПЕРВЕСЕЛЫЙ ВЕЧЕР», 16+ 05.30 СЕРИАЛ «ЗАЛОЖНИКИ», 16+ 06.00 «Ненская лига: пари, деньги и любовь», 16+



Поступок
Трагедия в Нефтегорске
28 мая 1995 года мощное землетрясение разрушило Нефтегорск. На это стихии потребовалось всего 17 секунд. Беда случилась ночью, когда многие уже спали. Всего один подземный толчок – и города не стало. Не было электричества и связи с внешним миром. Под завалами оказались тысячи людей. Они наделись, что их успеют спасти...



Ядерная любовь
Документальный фильм
Они познакомились у ядерного реактора под Паринем – оба изучали потоки нейтроны. Инга Адельберг, потомок известного рода советников российских императоров, и Ван Чжоу, сын китайского миллионера, советника последнего императора Поднебесной. В их жизни были Большая наука и Большая любовь...

2 ДЕКАБРЯ ПЯТНИЦА

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ. Программы: 05.00 Теленал «Доброе утро», 09.00, 14.00 Новости, 09.20 Контрольная закупка, 09.50 «Нить здоровья», 12+ 10.55, 03.55 Модный приговор, 12.00, 15.00 Новости, 12.15 «Про любовь», 16+ 13.20, 14.15, 15.15 «Время покажет», 16+ 16.00 «Мунское / Женское», 16+ 17.00 «Фиди меня», 18.00 Вечерние новости, 18.45 «Человек и закон», 16+ 19.50 «Пол чудес», 16+ 21.00 «Время», 21.30 «Голос», 12+ 23.35 «Вечерний Ургант», 16+ 00.20 «Городские пинюны», 16+ 02.00 «ЛОВЕДНИК», Спортивная комедия (США), 16+ 04.55 «Мунское / Женское», 16+

ТВ-каналы: РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ. Программы: 05.00, 09.15 Утро России, 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести, 09.55 «О самом главном», 12+ 11.40, 14.40, 17.20, 20.45 Вести. Местное время, 11.55, 01.35 СЕРИАЛ «СВАТЫ-3», 12+ 14.55 СЕРИАЛ «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ -14», 12+ 17.40 «Прямой эфир», 16+ 18.50 «60 Минут», 12+ 21.00 Аншлаг и Номпанья, 16+ 23.40 «ОСЕННИЙ ЛИСТ», Художественный фильм, 12+ 03.45 СЕРИАЛ «ДАР», 12+

ТВ-каналы: МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ. Программы: 06.30 «Высшая лига», Док. цикл, 12+ 07.00, 08.55, 10.30, 15.00, 18.50 Новости, 07.05, 12.35, 15.05, 18.00, 00.40 Все на Матч!, 09.00 «Тренер», Док. фильм 16+ 10.10, 15.35 «Детский вопрос», 12+ 10.35 Баттлон. Нубок мира. Индивидуальная гонка. Мужчины, О+ 13.00 «УБОЙНИЙ ФУТБОЛ», Художественный фильм (Гонконг – Нитай), 16+ 16.00 «НОРОБКА», Художественный фильм, 12+ 18.55 Номтинентальный вечер, 19.25 Хончней, НХЛ, «Динамо» – «Салават Юлаев», 12+ 22.00 Все на футбол! Афиша, 12+ 22.40 Футбол. Чемпионат Италии. «Наполи» – «Интер», 01.30 Ноньюобанный спорт. Нубок мира, О+ 01.50 «МИСТЕР 3000», Художественный фильм (США), 12+ 03.55 Бобслей и скелетон. Нубок мира, 05.00 Смешанные единоборства. Bellator

ТВ-каналы: НТВ, 5-Й КАНАЛ. Программы: 05.00 СЕРИАЛ «АДВОКАТ», 16+ 06.00 «Новое утро», 07.30 «Студия Юлии Высоцкой», О+ 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня, 08.05 СЕРИАЛ «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2», 16+ 10.20 СЕРИАЛ «ЛЕСНИК», 16+ 12.00 Суд присяжных, 16+ 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие, 14.00 «Место встречи», 16.25 СЕРИАЛ «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-10», 16+ 18.00 «Говорим и показываем». Тоншоу с Леонидом Занозанским, 16+ 19.30 «ЧП. Расследование», 16+ 20.00 СЕРИАЛ «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ-3», 16+ 21.50 «Экстрасенсы против детективов», 16+ 23.10 «Большинство», 00.30 «Мы и наука. Наука и мы», «Запчасти для людей», 12+ 01.25 «Место встречи», 16+ 03.20 СЕРИАЛ «ЗАКОН И ПОРЯДОК», 16+ 04.20 СЕРИАЛ «ХВОСТ», 16+

ТВ-каналы: 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программы: 06.00 «Сейчас», 06.10 «Момент истины», Авторская программа Андрея Караулова, 16+ 07.00 Информационно-развлекательный канал «Утро на 5», 6+ 09.10 «Место происшествия», 10.00 «Сейчас», 10.30 СЕРИАЛ «ОСВОБОЖДЕНИЕ», 12+ 12.00 «Сейчас», 12.30 СЕРИАЛ «ОСВОБОЖДЕНИЕ», 12+ 15.30 «Сейчас», 16.00 СЕРИАЛ «ОСВОБОЖДЕНИЕ», 12+ 18.30 «Сейчас», 19.00 СЕРИАЛ «СЛЕД», 16+ 01.25 СЕРИАЛ «ДЕТЕКТИВЫ», 16+

ТВ-каналы: РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программы: 06.30 «Евроныс», 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры, 10.20 «Ядерная любовь», Док. фильм, 11.15 СЕРИАЛ «НОПОМБО», 12.45 «Письма из провинции», 13.15 «Современники своего детства», Док. фильм, 13.40 «Цвет времени», 13.55 «Маршал Жунов. Страницы биографии», Док. фильм, 15.10 «Царская лонча», 15.50 «СТРОИТСЯ МОСТ», Художественный фильм, 17.30 «Намил Писсарро», Док. фильм, 17.40 Большая опера – 2016, 19.45 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя Птица», 21.30 «Время торжественного открытия V Санкт-Петербургского международного культурного форума», 22.45 «Природа наносит ответный удар», Док. фильм, 23.45 Худсовет, 23.50 ПРЕМЬЕРА «МЕТАМОРФОЗИС», Художественный фильм, 18+ 01.35 «Дондливая история». «Нил-был Козьяныч», Мультфильмы для взрослых, 01.55 «Искатели», 02.40 «Мировые союзища культуры», Док. фильм

ТВ-каналы: ТВ-ЦЕНТР. Программы: 06.00 «Настроение», 08.00 «ОТВЕТНЫЙ ХОД», Худ. фильм, 09.35, 11.50, 15.05 СЕРИАЛ «БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК-2», 12+ 11.30, 14.30, 22.00 События, 14.50 Город новостей, 17.30 ПРЕМЬЕРА «ВЕЧНОЕ СВИДЕНИЕ», Детектив, 12+ 19.30 «В центре событий» с Анной Прохоровой, 20.40 «Право голоса», 16+ 22.30 Мария Мансанова в программе «Нена. История любви», 16+ 00.00 «ЖЕНКИ ПО ОБЪЯВЛЕНИЮ», Худ. фильм, 16+ 02.05 Петровна, 38. 16+ 02.20 «Мизинь и УДИВИТЕЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНОНА КРУЗО», Худ. фильм, 16+ 04.10 Тайны нашего кино. «Звезда пленительного счастья», 12+ 04.40 «Любовь под контролем», Док. фильм, 12+ 05.35 «Осторожно, мошенники! Уличный лохотрон», 16+

ТВ-каналы: МОСКВА 24, РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: 06.00 Утреннее вещание, 10.00, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 17.30, 18.00, 19.15, 20.00, 01.00, 02.00, 03.00, 03.30, 04.00, 05.00, 05.30 Новости, 10.15, 03.15 Городской репортаж, 12+ 10.30, 12.45, 21.45, 23.30, 00.15, 05.45 Московский патруль, 16+ 10.45, 17.45, 21.30 Сеть, 12+ 11.20, 19.45, 01.15, 04.15 Простые решения, 12+ 11.35 Познавательный фильм, 12+ 12.15, 13.15, 22.15, 05.15 Специальный репортаж, 12+ 13.35 Спортивный момент, 12+ 14.15, 17.15, 23.45, 02.15 Афиша, 12+ 14.30, 22.30 Врачи, 16+ 15.35 Нереальные аферисты, 12+ 16.35 Ничья в большом городе, 12+ 18.35 Москва в деталях, 12+ 19.00, 20.15 Москва сегодня, 20.25, 01.30, 04.30 В теме, 16+ 00.35 Ой, все! 16+ 02.30 Откройте! Полиция, 16+ 03.35 Москва с акцентом, 12+

ТВ-каналы: РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: 05.00 «Территория заблуденный» 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 «Новости», 16+ 12.00, 15.55, 19.00 «Информационная программа 112», 16+ 13.00 Звонкий унин, 16+ 14.00 «ПАСПАНИР 57», Боевик (США), 16+ 17.00 «Тайны Чапмана», 16+ 18.00, 04.20 «Самые шокирующие гипотезы», 16+ 20.00 «Мы все под колпаком. Нам за нами следят?», Док. спецрепорт, 16+ 22.00 «Смотреть всем!» 16+ 23.00 «Я, ФРАНЦУЗШЕЙН», Фантазия (Австралия – США), 16+ 00.40 «Зной», Боевик (США), 16+ 02.30 «АНАЛИЗИРУЙ ТО», Комедия (США), 16+

ТВ-каналы: СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: 06.00, 04.40 «Ералаш», О+ 06.50 «Барбоскины», Мультсериал, О+ 07.45 «Великий Человек-паук», Мультсериал, 6+ 08.10 «Три нота», Мультсериал, О+ 08.30 СЕРИАЛ «ВЕЧНЫЙ ОТПУСК», 16+ 09.30, 19.00 «Уральские пельмени», «Любимое», 16+ 09.45 «КООРДИНАТЫ «СКАЙФолл», Боевик (Великобритания – США), 16+ 12.30 СЕРИАЛ «НОРАБЛЬ», 16+ 13.30 СЕРИАЛ «НУХИЯ», 12+ 16.30 СЕРИАЛ «ВОРОНИНЫ», 16+ 19.00 ПРЕМЬЕРА Шоу «Уральских пельменей», «Тесто под солнцем», 16+ 21.00 ПРЕМЬЕРА «ЭРАГОН», Фантазия (США – Великобритания – Венгрия), 12+ 23.00 «СОНЯЯ ПОЩИНА», Мистический триллер (США – Германия), 12+ 01.00 «ДЕТНА», Мелодрама (США), 16+ 02.55 «СУМАСШЕДШАЯ ЛЮБОВЬ», Мелодрама (США), 16+ 05.40 Музыка на СТС, 16+

ТВ-каналы: ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: 06.30 «Нить вносу с Днейми Оливером», 16+ 07.30 «Домашняя кухня», 16+ 08.00, 02.20 «По делам несовершеннолетних», 16+ 10.00 «ВИКТОРИЯ», Мелодрама, 16+ 18.00 «Ты нам подходишь», 16+ 19.00 «НЕ ОТКЕНАЮТСЯ ЛЮБЯ...», Мелодрама, 16+ 22.35 «Сергей Нгунов. Теперь я знаю, что такое любовь», Док. фильм, 16+ 23.40, 05.20 «6 надров», 16+ 00.30 «ШУТКИ АНГЕЛА», Комедия, 16+ 03.20 «Звездные истории», Док. цикл, 16+ 05.30 «Нить вносу с Днейми Оливером», 16+

ТВ-каналы: 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программы: 06.00 Мультфильмы. СМФ, О+ 09.30 «Слепая», Док. сериал, 12+ 10.30 «Гадальна», Док. фильм, 12+ 11.30 «Не ври мне», 12+ 12.30 «Тайные значки» с Олегом Девотченко, 12+ 13.30 «Тайные значки за привидениями», Док. фильм, 16+ 15.00 «Мистические истории. Значи судьбы», 16+ 16.00 «Гадальна», Док. фильм, 12+ 17.30 «Слепая», Док. сериал, 12+ 18.00 «Дневник экстрасенса с Татьяной Лариной», 12+ 19.00 «Человек-невидимка», 12+ 20.00 «СПЕЦИАЛИСТ», Художественный фильм (США), 16+ 22.15 «ТАНГО И КЭШ», Художественный фильм (США), 16+ 00.15 «ЧАС ПИИ», Художественный фильм (США), О+ 02.00 «СНУБИ-ДУ 2: МОНСТРЫ НА СВОБОДЕ», Художественный фильм (США), 12+ 03.45 «СНУБИ-ДУ 2: МОНСТРЫ НА СВОБОДЕ», Художественный фильм (США), 12+ 05.30 «Городские легенды. Подмосновная пирамида», 12+

ТВ-каналы: ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: 06.10 «СТАРШИНА», Худ. фильм, 12+ 08.00 «Русские саперы. Повелители взрыва», Док. сериал, 12+ 09.00, 13.00, 18.00, 22.00 Новости дня, 09.15 «Специальный репортаж», 12+ 09.40, 10.05 СЕРИАЛ «НА УГЛУ, У ПАТРИАРШИХ-3», 16+ 10.00, 14.00 Военные новости, 13.15 «Научный детектив», 12+ 13.35 «Теория заговора», 12+ 14.05 СЕРИАЛ «ПСЕВДОНИМ «АЛБА-НЕЦ»-2», 16+ 18.30 «ИХ ЗНАЛИ ТОЛЬКО В ЛИЦО», Худ. фильм, 12+ 20.20 «В ДВУХ ШАГАХ ОТ «РАЯ», Худ. фильм, 16+ 22.25 «МЕНДУ НИЗНОЮ И СМЕРТЮ», Худ. фильм, 16+ 00.10 «СЕДЬМАЯ ПУЛЯ», Худ. фильм, 12+ 01.50 «ШТОРМОВОЕ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ», Худ. фильм, 12+ 03.30 «НОМИССАР ПОЛИЦИИ И МАЛЫШ», Худ. фильм, 05.20 «Хроника Победы», Док. сериал, 12+

ТВ-каналы: ТНТ. Программы: 07.00 «Черепашки-ниндзя», Мультсериал, 12+ 07.30, 08.00, 08.30 «Экстрасенсы ведут расследование», 16+ 09.00 «Дом-2. Live», 16+ 10.30 «Дом-2. Остров любви», 16+ 11.30, 13.30, 14.00, 20.00 «Comedy Woman», 16+ 14.30, 19.00, 19.30 «Импровизация», 16+ 21.00 «Комеди Клаб», 16+ 22.00 «Научный Баттл», 16+ 23.00 «Дом-2

3 ДЕКАБРЯ СУББОТА

ТВ-канал ПЕРВЫЙ. Программа: 05.50, 06.10 СЕРИАЛ «ТАННИСТЫ СВОИХ НЕ БРОСАЮТ». 16+

ТВ-канал РОССИЯ 1. Программа: 05.20 «ОПЕКУН». Художественный фильм

ТВ-канал МАТЧ ТВ. Программа: 06.30 Смешанные единоборства. UFC

ТВ-канал НТВ. Программа: 05.10 Их нравы. О+

ТВ-канал 5-Й КАНАЛ. Программа: 06.05 «Нрыльи, ноги и хвосты».

ТВ-канал РОССИЯ К. Программа: 06.30 «Евроныус»

ТВ-канал ТВ-ЦЕНТР. Программа: 06.00 Марш-бросок. 12+

ТВ-канал МОСКВА 24. Программа: 06.00, 07.00, 08.00, 08.30, 09.00, 10.00, 10.30, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 14.30, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 05.00

ТВ-канал РЕН ТВ. Программа: 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+

ТВ-канал СТС. Программа: 06.00 «Ералаш». О+

ТВ-канал ДОМАШНИЙ. Программа: 06.30 «Пир на весь мир с Днейми Оливером». 16+

ТВ-канал ТВ-3. Программа: 06.00, 10.00 Мультфильмы. СМФ. О+

ТВ-канал ЗВЕЗДА. Программа: 06.00 «ПОГРАНИЧНЫЙ ПЕС АЛЫЙ».

ТВ-канал ТНТ. Программа: 07.00 «ТНТ. MIX». 16+



Дудочка крысолова Криминальная мелодрама (Россия, 2014) След разыскиваемой ими Аллы Рокуновой приводит сыщиков Макара Илюшина и Сергея Бабчина в злитный ночной клуб...



Матрос с 'Кометы' Музыкальная комедия (СССР, 1958) Матрос Сергей Чайнин, песни которого любят и знают моряки, безнаденно влюблен в студентку и спортсменку Лену...

4 ДЕКАБРЯ ВОСКРЕСЕНЬЕ

ТВ-канал ПЕРВЫЙ. Программа: 06.00 Новости

ТВ-канал РОССИЯ 1. Программа: 05.20 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?».

ТВ-канал МАТЧ ТВ. Программа: 06.30 Смешанные единоборства. UFC

ТВ-канал НТВ. Программа: 05.00 Их нравы. О+

ТВ-канал 5-Й КАНАЛ. Программа: 07.20 «Новогоднее путешествие».

ТВ-канал РОССИЯ К. Программа: 06.30 «Евроныус»

ТВ-канал ТВ-ЦЕНТР. Программа: 06.00 «СКВАТНА В ПУРГЕ».

ТВ-канал МОСКВА 24. Программа: 06.00, 07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 10.00, 10.30, 11.00, 12.00, 12.30, 13.00, 14.00, 14.30, 15.00, 16.00, 16.30, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30

ТВ-канал РЕН ТВ. Программа: 05.00 «Территория заблуденный» с Игорем Прокопенко. 16+

ТВ-канал СТС. Программа: 06.00 «КОРОЛЬ ВОЗДУХА». Комедия (США – Канада). О+

ТВ-канал ДОМАШНИЙ. Программа: 06.30, 05.30 «Пир на весь мир с Днейми Оливером». 16+

ТВ-канал ТВ-3. Программа: 06.00, 09.00 Мультфильмы. СМФ. О+

ТВ-канал ЗВЕЗДА. Программа: 06.00 «Города-герои. Москва».

ТВ-канал ТНТ. Программа: 07.00 «ТНТ. MIX». 16+



КОНКУРСЫ

Хочу работать. И буду!

Завершился II Национальный чемпионат конкурсов профессионального мастерства для людей с инвалидностью «Абилимпис».

«Наше движение создано для решения большой задачи мотивации, социализации, профориентации детей и их родителей, повышения доступности и качества образования лиц с инвалидностью и, в конце концов, их успешного трудоустройства», – говорит президент АНО «Абилимпис» Лидия Фролова.

ТАТЬЯНА НИКИТЕНКО

Работа позволяет им вести равноправную жизнь наравне со всеми, а принципы «Абилимпис» создают гармоничный мир равных возможностей. Ведь не секрет – в России вопросы трудоустройства и качественного образования для людей с инвалидностью до сих пор решаются медленно, у многих работодателей есть психологический барьер при приеме таких людей на работу.

Поэтому «Абилимпис» и приглашает потенциальных работодателей, чтобы показать и доказать им эффективность участников конкурса. Уже два года существования движения в России работодатели наблюдают за результатами, а конкурсанты, в свою очередь, как бы сдают квалификационный тест, экзамен при приеме на работу. И – успешно трудоустраиваются.

Например, работа Алевтины Пряничниковой на Международном чемпионате «Абилимпис» в Бордо, где она соревновалась со значительно более опытными конкурсантами-ювелирами, получила очень высокую оценку экспертов. В результате крупная ювелирная фабрика пригласила весь курс Алевтины – курс неслышащих – к себе на стажировку.

Для многих людей с инвалидностью само решение принять участие в чемпионате и показать свое мастерство – это уже подвиг, который влечет за собой перемены. Так, один из участников первого чемпионата в Подмоскovie за два прошедших года получил дополнительную квалификацию и сейчас успешно трудоустроен на крупном предприятии. После завершения московского чемпионата департамент социальной защиты города Москвы обязался устроить 118 нетрудоустроенных участников, и сейчас этот процесс успешно идет. Много историй успеха и в регионах. В Кемеровской области шесть ребят – участников регионального этапа чемпионата получили приглашения на постоянную работу.

Чемпионат в цифрах: 63 региона; 500 участников (51 школьник, 347 студентов, 102 специалиста); более 100 призеров; 49 компетенций для студентов и специалистов; 11 компетенций среди школьников; 430 экспертов жюри; 2500 участников региональных этапов; 5000 посетителей; 30 мастер-классов. По итогам соревнований были определены более 180 медалистов-победителей.

На торжественном награждении присутствовали: директор департамента государственной политики



ФОТО АБИЛИМПИКС



ФОТО АБИЛИМПИКС

«Для многих людей с инвалидностью само решение принять участие в чемпионате и показать свое мастерство – это уже подвиг, который влечет за собой перемены»

в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки РФ Наталия Золотарева; заместитель министра образования и науки Российской Федерации Людмила Огородова; заместитель руководителя департамента труда и социальной защиты населения

города Москвы Андрей Бесштанько; президент Международной федерации «Абилимпис» Нобуаки Фуджи; президент АНО «Абилимпис» Лидия Фролова; ректор Российского государственного социального университета Наталья Починков; руководитель РОО «Клуб психиатров» Аркадий Шмилович; вице-президент Всероссийского общества слепых Лидия Абрамова; вице-президент Паралимпийского комитета России Наталья Крель и многие другие.

ПО СЛЕДАМ ЧП

Робот-хулиган. Что бы это значило?

Страшное будущее, которое прочили нам писатели-фантасты во главе с Айзеком Азимовым и Артуром Кларком, уже наступило. Роботы вышли из-под контроля и атаковали человечество. Произошло это в Китае... На самом деле взбунтовался всего один робот, от действия которого пострадал лишь один человек. Но... Лиха беда начало!

ЧП зафиксировано в городе Шеньчжень на выставке новейших образцов техники. На одном из стендов разработчики представляли робота, предназначенного для игр с детьми. Видом он напоминал средних размеров винную бочку, а по задкам – легендарного R2-D2 из «Звездных войн». По злой иронии именно абсолютно безобидный, по замыслу создателей, робот принялся крушить собственный стенд и нанес одному из сотрудников фирмы, чьим детищем он является и который пытался его остановить, травмы, потребовавшие госпитализации. Устройство с заглушившим электронным мозгом перелезло мужчине ногу, а затем зажало его в углу, не давая выбраться.

Посетители не придали событию большого значения – подумав, игрушка дала сбой. С настоящими роботами, выполняющими ответственные операции такого, мол, не случится. Ой



ФОТО ИЗОТЯЖИТЕЛЬНЫХ ИСТОЧНИКОВ

ли? Где гарантия, что мозги серийных роботов будут более стрессоустойчивыми? Лично меня смущает, что съехавший с катушек робот для детей не самоликвидировался и незатих в углу, а повел себя как обкурившийся хулиган...

Между прочим, роботы уже несут службу в армии и полиции, летают в космос, проводят сложнейшие хирургические операции, водят железнодорожные составы и делают еще много чего такого, о чем мы даже и не догадываемся. Уже сейчас разработка ав-

топилотов близка к ошеломительному результату: роботы готовы сесть за руль легковушек и грузовиков. К 2020 году по дорогам будет колесить около 10 млн беспилотных авто. Кстати, в ногу со временем идет и Камский автозавод, где вовсю проводятся испытания грузовиков-беспилотников.

Правда, любой суперкомпьютер может впасть в кататонию после первой же встречи на дороге с водителем тонированной по кругу «Приоры». Маневры такого транс-

портного средства не поддаются никакому анализу и прогнозированию, а потому для логично организованного искусственного разума просто недоступны. Так что если у них на Западе что-то пойдет не так и роботы захотят оптимизировать численность своих создателей, у нас на этот случай найдется эффективное оружие возмездия, которым мы с готовностью поделимся.

МАКСИМ БАШКЕЕВ

ЯРКИЙ, ВЕСЕЛЫЙ, ИНТЕРАКТИВНЫЙ СПЕКТАКЛЬ 0+

НОВОГОДНИЙ КУРАЖ

WWW.KURAGE.RU

Главный редактор В.П. СИМОНОВ

Редакционная коллегия: П. Абаров, Г. Агашева, С. Бирюнов, Ф. Нислов, Ю. Рянский (заместитель главного редактора), С. Фролов, В. Щуров (заместитель главного редактора)

Газета зарегистрирована ФСЧ за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций, свид. ПИ № ФС77-26000.

Перепечатка материалов, опубликованных в «Труде», – только с разрешения редакции.

Материалы со знаком Е печатаются на номерной основе.

За содержание рекламных материалов редакция ответственности не несет.

Выпуск издания осуществлен при финансовой поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям

АНО «Редакция газеты «Труд»: Москва, 125009, улица Большая Дмитрова, дом 9, стр. 1.

Адрес АНО «Редакция газеты «Труд»: Москва, 125009, улица Большая Дмитрова, дом 9, стр. 1.

Телефон — (495) 221-58-18 (тел./факс) E-mail: letter@trud.ru

Директор по рекламе: А. Балабанов

Отдел рекламы — (495) 692-65-57 E-mail: reklama@trud.ru.

ЗДОРОВЬЕ

Сладкие страдания

Больше половины россиян, имеющих сахарный диабет второго типа (инсулиннезависимый), даже не подозревают о своем заболевании. Таковы данные всероссийского исследования NATION, которое проводилось в 2013–2015 годах Эндокринологическим центром Минздрава РФ. Между тем это заболевание считается одним из наиболее серьезных факторов, провоцирующих инфаркты и инсульты – у больных сахарным диабетом сосудистые катастрофы случаются в семь раз чаще.

ВИКТОРИЯ КАЛИНЕВИЧ

По словам директора Института диабета Марины Шестаковой, в Государственном регистре сахарного диабета есть данные примерно о 4 млн пациентов. «Доля больных диабетом первого типа составляет 8%, второго типа – 92%», – объяснила Марина Владимировна. Но это данные лишь о тех людях, которые уже получают лечение. По мнению экспертов, реальная цифра россиян, имеющих диабет, примерно 12 млн человек.



ФОТО ИЗ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ ИСТОЧНИКОВ

Немногие знают, что этому заболеванию, как правило, предшествует состояние, называемое предиабетом. По наблюдению эндокринологов, каждый второй случай предиабета «конвертируется в сахарный диабет», но если вовремя его диагностировать, вполне можно было бы избежать серьезных проблем со здоровьем.

Врач общей практики Ирина Герасимова напоминает, что не нужно дожидаться, пока болезнь разовьется, тем более если кто-то из родственников уже имеет такой диагноз. «Лучше действовать на опережение, – говорит доктор. – И самый простой способ – провести исследование уровня сахара в крови. Этот анализ делается натощак. Нормой считается 3,3–5,5 ммоль/л, при сахарном диабете – 6,1 ммоль/л и выше. Для предиабетического состояния характерны 5,5–6,0 ммоль/л».

В этом случае, по мнению врачей, медлить нельзя – это даже не первый звоночек, а набат, который призывает к активным действиям. В первую очередь нужно изменить привычный образ жизни, питание и отказаться от вредных привычек, раз все это так негативно отразилось на самочувствии. Кстати, по данным исследований, если придерживаться здорового образа жизни, в 80% случаев удается избежать разви-

тия сахарного диабета даже при отягощенной наследственности.

Начинать нужно с изменения питания, оно должно быть сбалансированным по химическому составу, дробным и соответствовать энергозатратам. Директор Государственного научно-исследовательского центра профилактической медицины Сергей Бойцов приводит пример, когда 17-летний парень съедает большую порцию и не поправляется, потому что ведет активный образ жизни, благодаря чему у него высокие энергозатраты (занимается спортом, учеба, дискотеки, встречи с друзьями), но со временем ситуация становится другой. «К 25 годам скорость обменных процессов начинает снижаться, а прогулки сменяются офисной работой, но брать себе огромные порции молодой человек не перестает, постепенно превращаясь в рыхловатого дядьку с животом», – рисует печальную картину врач.

Заменить сахар на мед или сухофрукты, кока-колу на минералку и полностью отказаться от фастфуда, кстати, полезно в любом возрасте. Об этом не устают напоминать доктора. О вредных привычках, среди которых курение и злоупотребление алкоголем, также сказано очень много. Например, известно, что улучшение состояния курильщика со временем начинается уже в первые двое суток после полного отказа от сигарет. Неоправданно меньше внимания уделяется повышению физической активности. В идеале, конечно, заниматься фитнесом нужно не меньше двух раз в неделю, причем это должны быть полноценные 1,5-часовые тренировки. Хотя даже регулярные прогулки в парке будут эффективными.

И еще один важный момент подметили врачи. Оказывается, невыспавшиеся люди больше едят. Замечено, что женщинам, чтобы хорошо себя чувствовать, нужно спать на два часа больше, чем мужчинам, – нормы сна 8–10 и 6–8 часов соответственно. А нарушение сна зачастую провоцирует депрессию, которую человек начинает активно заедать. Как следствие – набирает лишний вес, затем происходит сбой обменных процессов, и пациент получает кучу болячек в придачу.

На заметку

Контролировать уровень глюкозы здоровому человеку необходимо не реже одного раза в три года. Возрастным пациентам (старше 45 лет), гипертоникам, а также людям, имеющим сердечно-сосудистые заболевания, высокий холестерин и ожирение, врачи рекомендуют проводить такое исследование один раз в год.

Эвалар

Для суставов принимайте лучшие¹ средства серии «Хонда»

Достоинства натуральных² средств «Хонда»

- Содержат максимальные дозировки самых важных для здоровья суставов компонентов от лучших мировых производителей: коллаген – 8000 мг, хондроитин – 800 мг, глюкозамин – 1350 мг, гиалуроновая кислота – 50 мг, MSM – 600 мг («Хонда Drink»)
- Большой выбор форм выпуска: капсулы, таблетки, кремы, напиток – для любых предпочтений
- Совместное применение снаружи (крем) и изнутри (таблетки и др.) усиливает их эффективность

<p>1 «Хонда drink» хондропротекторный напиток с коллагеном, гиалуроновой кислотой и MSM. С высокой степенью биодоступности ингредиентов для усиленного питания суставов</p>	<p>2 «Хонда Форте» таблетки 500 мг хондроитина и 500 мг глюкозамина в 1 таблетке, как в зарубежных аналогах, но по выгодной цене</p>
<p>3 «Хонда» капсулы. С хондроитином и глюкозамином – самый доступный по цене хондропротектор!</p>	<p>4 Крем «Хонда» Максимум² хондроитина и глюкозамина для их глубокого проникновения через кожу, что способствует усиленному питанию и восстановлению хрящевой ткани</p>

Произведено Эвалар: выгодная цена, высокое качество по стандарту GMP¹.

Спрашивайте в аптеках! www.avalarg.ru

«Линия здоровья «Эвалар»: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный).
Заказывайте на сайте apteka.ru с бесплатной доставкой в ближайшую аптеку.

¹ В серии «Хонда». ² По действующим компонентам. ³ По содержанию хондроитина и глюкозамина среди кремов компании «Эвалар». «Сертификат GMP №C0170889 – 03, NSF International (США).

6590332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 10222000553760 БАД. Реклама

Внимание!

С 1 сентября 2016 года во всех почтовых отделениях России можно оформить подписку на первое полугодие 2017 года

Полную стоимость подписки в вашем регионе (с учетом доставки) можно узнать в ближайшем к вам почтовом отделении

По каталогу российской прессы «Почта России»

■ Выпуск «Труд7»+«Труд» (пятничный выпуск)

10225

По объединенному каталогу «Пресса России»

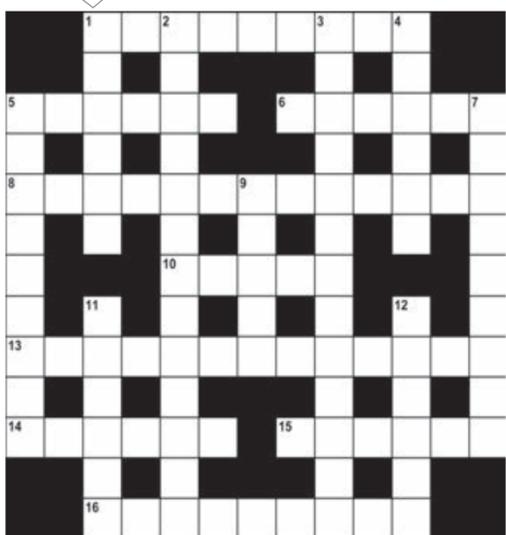
■ Ежедневный выпуск газеты «Труд», включая «Труд7»

10265

■ Выпуск «Труд7»+«Труд» (пятничный выпуск)

32068

КРОССВОРД



По горизонтали: 1. «Отмычка» к тюремной решетке. 5. Итальянец, придумавший Чиполлино. 6. Известный московский стилист. 8. Небывалый подъем духа. 10. Документ, подписанный прокурором. 13. Вытаскивание чего-то крупного с усилием. 14. Изрядно надоевшие повседневные обязанности. 15. Пора между отрочеством и зрелостью. 16. Измеритель скорости ветра.

По вертикали: 1. Дефект ветки или совсем не оптимистичное состояние духа. 2. Опасно накопленная усталость, грозящая проблемами со здоровьем. 3. Определение высот точек земной поверхности над уровнем моря. 4. Основной компонент наждака. 5. От пистолета его отличает наличие вращающегося барабана. 7. Насекомое, способное попороть урожай. 9. Перемещающийся на колесах человек. 11. И деловая, и мертвая. 12. На левом берегу этой реки расположен молдавский город Дубоссары.

По горизонтали: 1. Карлсен, 2. Карякин, 3. Карякин, 4. Карякин, 5. Карякин, 6. Карякин, 7. Карякин, 8. Карякин, 9. Карякин, 10. Карякин, 11. Карякин, 12. Карякин, 13. Карякин, 14. Карякин, 15. Карякин, 16. Карякин.

ШАХ И МАТ

Приближается развязка матча на первенство мира по шахматам, проходящего в Нью-Йорке, и, конечно, наш обзор будет посвящен в основном этой теме. Добавим лишь, что накануне и в первые дни матча там же, в США, в Сент-Луисе (этот город по степени вовлеченности в шахматные дела можно смело называть американским Ханты-Мансийском) состоялся матч-турнир с участием четырех выдающихся гроссмейстеров современности – экс-чемпионов мира Виши Ананда и Веселина Топалова, американцев Фабиано Каруаны и Хикару Накамуры. «На его месте должен быть я!» – могло стать вполне достойным слоганом для этого соревнования. Ведь все эти игроки участвовали в последнем турнире претендентов и уступили дорогу россиянину Сергею Карякину. Несколько неожиданно уверенную победу в Сент-Луисе одержал Ананд, причем из 22 партий, сыгранных в классику, рапид и блиц, он уступил грозным соперникам лишь в одной (!). Но блистательный индийский шахматист уже играл с Карлсеном два матча и не слишком преуспел – Магнус был, очевидно, сильнее. А вот тем, кто отказывался считать Карякина достойным соперником нынешнего чемпиона мира, придется

приумолкнуть (независимо от исхода матча). Я пишу эти строки спустя несколько минут после эффектного финала восьмой партии. Ходом, который, не сомневаясь, вы легко найдете в позиции на диаграмме, Сергей заставил своего соперника немедленно сдаться. Гораздо сложнее было найти предыдущий блестящий ход пешкой на h5, обеспечивающий победу во всех вариантах. После пяти часов напряженной борьбы и пережитых волнений Сергей сумел это сделать, а вот у Карлсена, между прочим, в этом матче таких ходов чемпионского уровня пока не было. Прервав этой победой серию из семи ничьих, Карякин открыл счет в поединке. Тем не менее это радостное событие не может заслонить несколько удивительное течение матча, в котором белый цвет фигур пока не принес ни одному из участников не только победы, но и ни малейших дивидендов. Сергей не получил ничего по дебюту во второй и шестой партиях, а четвертая и седьмая (где он также играл белыми) и вовсе развиглялись непостижимым образом. В позициях, которые просто не могли не стоять на доске при подготовке, российский гроссмейстер предпринимал довольно сомнительные операции, приведшие в первом случае просто к тяже-

лой позиции, а во втором чудом не приведшие к тому же из-за нерешительности норвежца. Секундantly Сергея говорят, что матч разрешил миф о плохой дебютной подготовке Карлсена.

Оба поединка, подарившие нам всю гамму чувств от эйфории до разочарования и обратно, проходили по похожему сценарию: добившись черными очень перспективных на вид (да и на взгляд компьютера) позиций, Карякин сворачивал инициативную игру и переходил к обороне. Что это было: излишняя осторожность, некоторая неуверенность в себе или тщательно разработанная перед матчем тактика некоего провоцирования соперника – мы, наверно, узнаем позже. Но это сработало, и если в пятой партии Сергей не нашел точного порядка ходов, дававшего сильнейшую атаку, то в восьмой (о которой мы уже рассказывали) концовку провёл просто блестяще.

Не приходится сомневаться, что чемпион мира мобилизует все свои ресурсы и огромный потенциал, чтобы переломить ход матча. Но ему придется рисковать, а это значит, что у россиянина есть все возможности не только удержать свое преимущество, но и нанести еще один удар.



Карлсен – Карякин Нью-Йорк, 2016 г. Асатрян – Рогов Москва, 2016 г. Теитбаев – Маттони М. Москва, 2016 г.

«Милицейская волна» – лучшая народная радиостанция 2016!

Единственная в мире ведомственная радиостанция победила в номинации «Лучшая народная радиостанция 2016!»

Любовь аудитории к «Милицейской волне» очевидна, ведь ежедневная информация на радио «Милицейская волна» – это новости, дополненные оперативной сводкой от Министерства внутренних дел России. Они выходят каждые 30 минут и обязательный итоговый выпуск в конце дня. Радиостанция «Милицейская волна» имеет миллионную аудиторию поклонников в России. У вас появится отличное настроение, бодрость духа, оптимистичный настрой на работу, вы будете в курсе самых свежих сводок новостей, если начнете день вместе с этим радио.

А каждую пятницу с 14:00 до 16:00 вас ждет программа «Хит порядка» с Андреем Богдановым, голосуйте за понравившиеся вам композиции на сайте www.radiomv.ru, и тогда именно ваш любимый исполнитель займет первое место в чарте!

ЛАВКА ЧУДЕС

Отторино Респиги / Джоаккино Россини

Хореограф-постановщик: Нина МАДАН
Художественное оформление: Анна ГЛАДКОВА
Либретто: Вячеслав ПЕГАРЕВ

Художественный руководитель театра: ГЕОРГИЙ ИСААКЯН

КАССА: (495) 120-25-15

СКАНВОРД ПОДГОТОВИЛА ОЛГА ИВЕНСКАЯ

1. ... высшего пилотажа	2. Лубяные волокна пальм	3. Не нужна жилетке	4. Роспись по ткани	5	6. Рыба-«шокер»	7. Звезда в Кассиопее	8. «Сироп» от тли	9. Болото
10. Риск, угроза	16	17. Марка японской техники	18. Столица на о.Хонсю	19. Сооружение в крепости	20. «Атом» фильма	21. Актриса ... Зеленая	22. Грек, опаливший крылья	23. Старое женское имя
24. Пара к венку	25. Город на Кипре	26. «Страна озер» в России	27. Ядовитая змея	28. Приводное колесо	29. Автор балета «Лебедь»	30. Озеро в Канаде	31. Прокатный ...	32. Сорт винограда
33. Монгольский аграрий	34. Бублик	35. Курорт во Франции	36. Сон-триллер	37. Штыковая ...	38. Удаль на показ	39. Река в Берне	40. Подданный феодала	41. Валюта Лесото
42	43. Кляузник	44. Подданный феодала	45. Валюта Лесото	46. Подданный феодала	47. Валюта Лесото	48. Подданный феодала	49. Валюта Лесото	50. Подданный феодала




Ответы на сканворд, опубликованный 18 ноября

И Н Ф А Н Т И Л И З М Э К И П А Ж Д
 Е С В А Л Е
 С Е К Т А Н Т Г О Р Н М
 И К С У Ш Р А У Ь О
 Х О П К И Н С О Д О Р А Н Т У К
 Т О И И В А Н О В К А З У А Р
 И Р И С В О Н А Г А Р А Д А М А
 О А Б А К А Т А Ч А З О Т
 З Р И Н В Е С Т О Р
 А Ф О Н Я Р Б И З Е
 В В Т З В О Н О К
 Р И Н О Х О Д Ь Р А Н А

ПОД ОБЛОЖКОЙ

Между мигом и вечностью

Нынешняя подборка событийная. «Никакое искусство не властно над людьми так, как зодчество», – утверждает автор монографии, только что получившей премию «Просветитель». А многостраничный памфлет на великого русского писателя публикаторы нарекли интеллектуальной бомбой. На самом деле бомбой были тексты классика, взорвавшие сознание.



Сергей Наварадзе «Анатомия архитектуры»

Разглядывание храмов, дворцов и даже избышек похоже на дегаустацию вина. Хлебать глотками негоне, надо вгущать, распознавая едва уловимые оттенки. Тогда ощутишь «стелю напиток, звонкость гранитной брусчатки и гладь полированного мрамора». Именно таному сманованию деталей автор учит тех, кто не слишком знаком с языком зодчества. Анализируя виды японских пагод и буддийских монастырей, он обращает внимание на материализацию восточной мудрости. Напоминает, что наши монастырские зодчие опирались на идею русской Палестины, где путник мог вдохнуть дух небесного Иерусалима. А поскольку путь из России на небеса был короче, чем на Святую землю, «здесь не часто задумывались об отличиях Града земного от Града небесного». Игра горизонталей в восточной архитектуре возникла потому, что там, где мало дондей и не бывает снега, крыши плоские... Ироничный тон, пронизывающий книгу, не мешает воспринимать все эти большие и маленькие открытия всерьез. К тому же тут присутствует и список лучших книг о «восхитительном и полном насладений мире искусства архитектуры».



Протоиерей Георгий Орехов «Лев Толстой. «Пророк без чести»: хроника катастрофы»

Итан, 700-страничное повествование психолога, историка, экс-математика, а ныне богослова посвящено конфликту между великим писателем и РПЦ, тлеющему с 1901 года, когда Льва Николаевича отлучили от церкви. Прослеживая на фоне нарастающего в мире антиклерикализма духовную эволюцию Толстого, автор спрашивает, монет ли РПЦ его простить. Ответ категоричен: «Нет!» Мол, и сам писатель не принял бы этого жеста милосердия, и наказание то сроду давности не подленит, ибо «критика Л. Толстым Церкви вполне в тренде современной эпохи». Автор утверждает: «Не читая самого Толстого, мир становится все более толстовским». И доходит в своих рассуждениях до того, что причисляет к наследникам Толстого участниц скандальной аферы в храме Христа Спасителя и тех, кто рисует граффити на стенах монастырей... Автор, слишком пристрастный дане для представителя церкви, назвал свою книгу «теологическим детективом». Но от этого убедительнее она не стала.



Пол Каланити «Когда дыхание растворяется в воздухе. Иногда судьбе все равно, что ты врач»

Говорят, нандый человек способен написать хотя бы одну захватывающую книгу. Для этого достаточно расказзать без утайки о себе самом. Мысль спорная: в конце концов, судьбы миллионов людей сверстаны будто по одним лекалам, и выделить там нечто новое, ярное и поучительное – задача не из простых даже для мастера слова. Пол Каланити – автор одной-единственной книги, но она-то точно не оставит равнодушными никого из тех, кто решится вникнуть в это повествование. Талантливый врач-нейрохирург, без пяти минут профессор, получил признание коллег, его приглашают на прекрасную работу. Дома молодая и любящая жена, ему 36, низзя расстается перед ним красную дорожку. И тут та самая смерть, с которой он столько раз сталкивался и справлялся в операционной, спасая других людей, постучалась к нему самому. Диагноз – рак легких, четвертая стадия – вмиг перечеркнул все планы. Сам врач, Пол Каланити лучше других понимает, что ждет больного с таким диагнозом. Времени отпущено так мало, а успеть надо так много... И он успел. Застал рождение дочки. Стал профессором нейрохирургии. А еще написал про все это книгу. Единственную, зато научную!

ТАТЬЯНА КОВАЛЕВА
АЛЕКСАНДР ПАНОВ