Семья, здоровье, садовый участок

Беседка

№ 3 (1089)
20 января 2021 г.

Выходит с 5 января 2000 г. 16+

Снег — в теплицу!

На протяжении всей зимы нужно заботиться о том, чтобы почва в теплице всегда была покрыта снегом. Ну и, конечно, поработать на морозце лопатой часик-другой — это как на лыжах 10 км пробежать. Очень бодрит!

(Окончание на 5-й стр.).

ООО «РУССКАЯ МОЛОЧНАЯ КОМПАНИЯ» РУСМОЛКО Olam

ПРИГЛАШАЕТ

НА ОБУЧЕНИЕ И ТРУДОУСТРОЙСТВО ТРАКТОРИСТОВ кат. В

с возможностью профессиональной подготовки на кат. C, D, E, F за счет организации

МЕСТО РАБОТЫ: Сердобский район (п. Балтинка)

Тел. 8-967-446-05-60

реклама

ООО «РУССКАЯ МОЛОЧНАЯ КОМПАНИЯ» РУСМОЛКО Olam

ТРЕБУЮТСЯ НА РАБОТУ

ЖИВОТНОВОДСТВО

- МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА
- САНИТАР ВЕТЕРИНАРНЫЙ
- ВЕТЕРИНАРНЫЙ ВРАЧ
- ОПЕРАТОР ЖИВОТНОВОДЧЕСКОГО КОМПЛЕКСА
- СТАРШИЙ СЛЕСАРЬ
- СЛЕСАРЬ НАВОЗОУДАЛЕНИЯ
- РАБОЧИЙ ПО УХОДУ ЗА ЖИВОТНЫМИ
- ДЕЗИНФЕКТОР
- ТЕЛЯТНИЦА
- СТАРШИЙ ТРАКТОРИСТ
- ЭЛЕКТРОГАЗОСВАРЩИК
- ОПЕРАТОР ПО ИСКУССТВЕННОМУ ОСЕМЕНЕНИЮ

РАСТЕНИЕВОДСТВО

- ТРАКТОРИСТ
- ОПЕРАТОР ПОЛИВАЛЬНЫХ УСТАНОВОК
- СЛЕСАРЬ ПО РЕМОНТУ АВТОМОБИЛЕЙ

МЕСТО РАБОТЫ: Сердобский район (п. Балтинка)
УСЛОВИЯ: •достойная оплата труда •оформление по ТК РФ •компенсация затрат на медосмотр •льготное питание

Тел. 8-967-446-05-60 E-mail: i.bugaeva@rusmolco.com

реклама

Продаю БЫЧКОВ
Возраст от 2-х недель до 3-х месяцев
Порода Холмогорская и Абердин
Доставка. Прививки есть
Тел. 8-937-453-73-13
Реклама

КОДИРОВАНИЕ
от алкогольной зависимости
– биологическое
– по Довженко
– методом компьютерного программирования
– двойное биологическое
ИЗБАВЛЕНИЕ от табакокурения и игровой зависимости
ВСЕ ВИДЫ АНАЛИЗОВ
Медицинский центр "ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ"
г. Пенза, ул. Славы, 6
тел.: 52-02-77, 30-30-03
с 9.00 до 18.00, без перерыва, суб. – с 8.00 до 14.00, вых. - воскр.
ООО Концерн "Научстройпром". Лиц. ЛО-58-01-001528, от 26.03.2015 г., выдана Министерством здравоохран. и соцразв. Пензен. обл.
Имеются противопоказания, обязательна консультация врача
1814 Реклама

КОЛОДЕЦ
- кольца для колодца, канализации.
- копка, чистка, углубление, ремонт старых колодцев.
- домики для колодца
Телефон 8-927-362-13-59
Реклама

АНТИКВАРНЫЙ на Троицкой
КУПЛЮ
АНТИКВАРНЫЕ ПРЕДМЕТЫ КОЛЛЕКЦИОНИРОВАНИЯ
НАГРУДНЫЕ ЗНАКИ ЗНАЧКИ
КАРТИНЫ ИКОНЫ и многое другое
г. Пенза, ул. Кирова, 57
Тел.: 8-902-354-80-50, 8-967-701-65-54, 8(8412) 21-65-54.
Реклама

СРОЧНЫЙ ВЫКУП любых АВТО
ИНОСТРАННОГО И ОТЕЧЕСТВЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА
В любом состоянии. Кредитные. Целые и после ДТП, не на ходу.
ТЕЛ.: 8(8412) 39-68-85, 8-927-289-68-85, 8-902-205-43-31.
Реклама

В добрые руки
Славная Пятерочка ищет дом!

2 года, стерилизована, привита, умная и уравновешенная собака
Доставим
Тел. 8-927-381-49-41 (Дарья)
Реклама

В добрые руки
Щенок мальчик ищет дом!

Возраст 2,5 месяца, привит, вырастет средним 12 – 14 кг. Активный и громкоголосый
Доставим
Тел. 8-927-381-49-41 (Дарья)
Реклама

АЛКОГОЛИЗМ
ЗАПОЙ • ПОХМЕЛЬЕ
ЛЕЧЕНИЕ ЗАВИСИМОСТИ
СРОЧНО АНОНИМНО 24 ЧАСА
39-07-78
8-963-100-7-555
www.алко-пнз.рф
Лиц. ЛО 5801000737
Реклама
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ЛЕЧЕНИЕ АЛКОГОЛИЗМА
• выведение из запоя
• кодирование
ТЕЛ. 30-50-73
Предъявителю купона скидка 10%
Имеются противопоказания. Необходима консультация специалиста
Лицензия ЛО 5801-001-009
Реклама

Опыт благочестия

Главное на обочине жизни

Вы говорите: «Где Господь?» — На обочине жизни вашей, оттого и жизнь ваша уродлива.

Святитель Игнатий Брянчанинов.

Кушать подано!

Горшочек, вари!

Простые и незамысловатые на вид горшочки, пришедшие к нам из глубины веков, способны наделить поистине волшебным вкусом невероятное количество блюд, но особенно вкусным получается мясо в горшочках.

ЖАРКОЕ ИЗ СВИНИНЫ

600 г свинины, 500 г шампиньонов, 5 больших картофелин, 1 луковица, 1 морковь, 200 мл сливок, 8 лавровых листьев, специи, соль по вкусу.

Свинину нарезать кусочками размером около 3 см, посыпать солью и специями и перемешать руками. Равномерно распределить мясо между четырьмя горшочками. Сверху выложить нарезанный полукольцами лук и нарезанную морковь. Добавить нарезанные грибы и нарезанный кубиками картофель. В каждый горшочек выложить по 2 лавровых листа. Развести сливки пополам с водой и посолить по вкусу. Залить полученной смесью ингредиенты в горшочке. Накрыть горшочки крышками и запекать в предварительно разогретой до 200 градусов духовке около 80 — 90 минут.

ГОВЯДИНА ПОД СЫРОМ

1 кг говядины, 1 луковица, 2 моркови, 4 картофелины, 2 помидора, 150 мл сметаны, 200 г сыра, зелень, черный молотый перец и соль – по вкусу.

Очистите говядину от пленок и нарежьте кусочками. Измельчите лук, морковь и картофель нарежьте кубиками, а помидоры дольками. Сложите в каждый горшочек слоями: говядину, лук, морковь, картофель, помидоры. Каждый слой посолите, поперчите и влейте немного воды, чтобы она только накрыла содержимое. Сверху в каждый горшочек положите сметану и посыпьте содержимое натертым на терке сыром. Поставьте горшочки в теплую (но не горячую) духовку, увеличьте температуру до 200°С и готовьте под крышкой 1 час 40 минут.

КУРИНЫЕ ОКОРОЧКА

8 куриных окорочков, 2 луковицы, 100 г шампиньонов, 150 мл красного сухого вина, 100 г сметаны, 1 столовая ложка меда, 4 зубчика чеснока, 30 г жареного арахиса, 1 лавровый лист, красный молотый перец, соль — по вкусу.

Натрите окорочка солью и красным перцем. Мелко нарежьте лук, чеснок выдавите через пресс. Разогрейте растительное масло и подрумяньте на нем окорочка со всех сторон. Затем выньте их из сковороды и на том же масле подрумяньте подготовленные лук и чеснок. Положите к ним окорочка, лавровый лист, полейте красным вином, сметаной, добавьте мед, мелко нарезанные грибы, перемешайте и переложите в горшочки. Тушите под крышками в духовке до готовности. Готовые окорочка выньте из горшочков, посыпьте арахисом, полейте соусом, образовавшимся при тушении, и подавайте к столу.

СВИНИНА С ГОРОХОМ

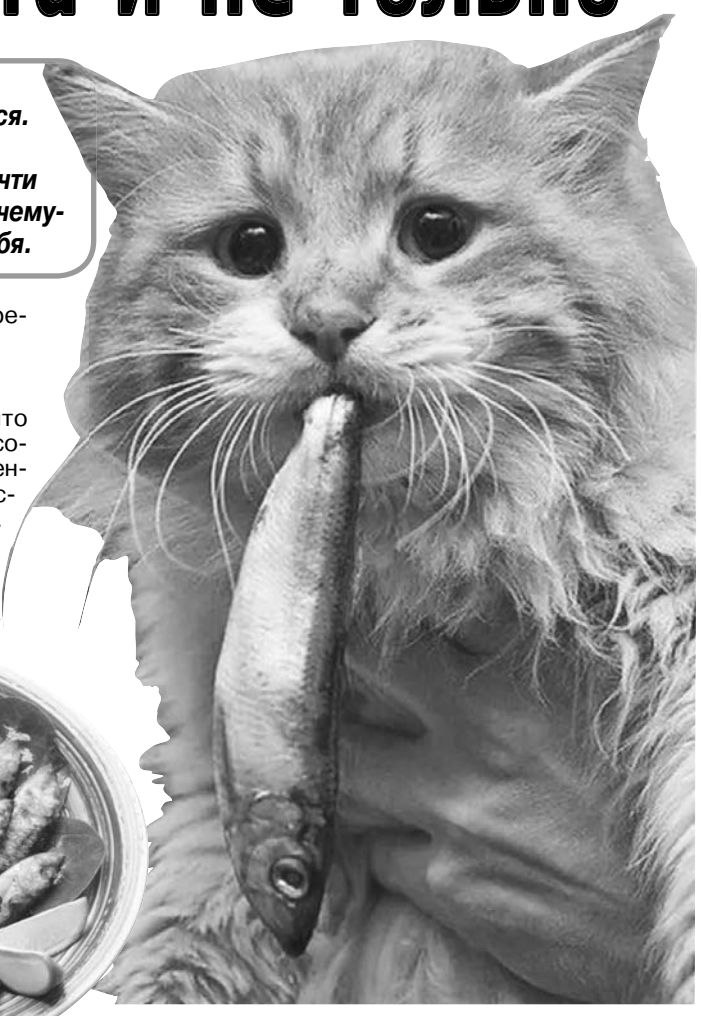
400 г свинины, 200 г гороха, 1 луковица, 100 мл красного вина, 100 мл оливкового масла, 1 — 2 зубчика чеснока, лавровый лист, черный молотый перец, соль — по вкусу.

Нарежьте свинину кусочками, замаринуйте в вине с оливковым маслом с добавлением мелко нарезанного лука, чеснока и соли. Горох заранее замочите. В горшочки положите замаринованное мясо, сверху — горох, залейте маринадом, добавьте лавровый лист и немного воды. Горшочки закройте крышками и поставьте в духовку на 1,5 — 2 часа.

Вкусно и полезно

Рыбка для кота и не только

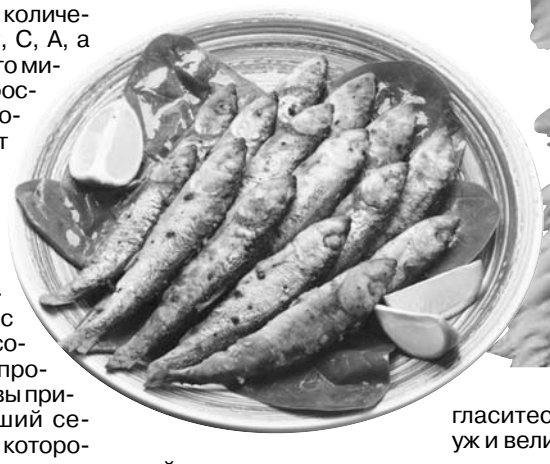
Тот, кто думает, что самой ценной рыбой может быть только красная, сильно ошибается. На самом деле существует более доступный альтернативный продукт, состав которого почти ничем не уступает тому же лососю, но его почему-то предпочитают покупать котам, а не для себя.



ЧТО ЭТО ЗА РЫБА

Речь идет о мойве, которую далеко не все россияне ценят, а зря.

Мало кто догадывается, что мойва — это ценнейший источник белка и жиров (кстати, последнего в ней немногим меньше, чем в лососе, — разница составляет всего 1 г жиров на 100 г рыбы). В мойве и в лососе содержится приблизительно одинаковое количество витаминов В2, С, А, а также такого ценного микроэлемента, как фосфор. Говоря о макроэлементах, следует отметить, что содержание кальция, магния и натрия в мойве даже превышает те показатели, которые мы наблюдаем в случае с тем же дорогим лососем. Кроме всего прочего, в составе мойвы присутствует ценнейший селен, концентрация которого в продукте значительна.



При всем при этом калорийность мойвы значительно ниже, чем лосося (153 и 116 ккал соответственно). О том же самом можно смело говорить, проводя сравнение мойвы с другой ценной и дорогой рыбой — семгой. Правда, при этом не стоит забывать, что энергетическая ценность рыбы напрямую зависит от того, каким способом она была приготовлена (минимальная калорийность наблюдается у вареной мойвы).

А ЧТО С ОМЕГА-3?

Но все мы знаем, что рыба красных сортов высоко ценится за то, что именно она является прекрасным источником омега-3. Как с этим обстоят дела у мойвы?

На самом деле мойва является достойным конкурентом и лососю, и семге, и многим другим сортам красной рыбы по содержанию омега-3. Обусловлено это тем, что мойва водится в холодных водах Атлантического и Тихого океанов, отчего у нее возникает необходимость откладывать жир, чтобы согреваться.

Так, в мойве содержание омега-3 составляет 1,44 г на 100 г рыбы, а в лососе — почти 2 г на такое же количество продукта. Согласитесь, разница не так уж и велика.

КАК ЛУЧШЕ ПРИГОТОВИТЬ МОЙВУ

Но, желая извлечь максимум пользы из употребления мойвы для своего организма, вы должны понимать, что ценность этого вида рыбы напрямую зависит от способа ее приготовления.

Специалисты в вопросах питания уверяют, что жареная мойва не способна принести большую пользу. Не стоит также увлекаться и копченой мойвой — в ходе ее приготовления таким способом от ценных веществ не остается и следа.

Лучший вариант — вареная мойва, причем готовить таким способом ее можно как в воде, так и на пару. Можно также приготовить рыбку, запеченную в духовке, предварительно обваляв ее в муке. Для всего этого лучше использовать рыбу, купленную в свежем или замороженном виде (размораживать ее нужно строго естественным путем, в условиях комнатной температуры).

Гости на пороге

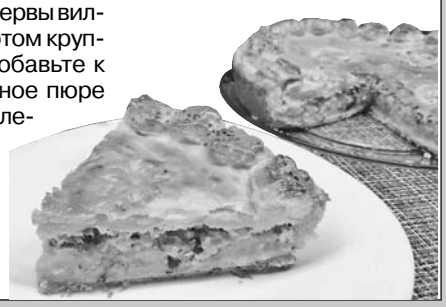
Пирог на стол — праздник в дом!

Этот пирог с рыбными консервами невероятно великолепен в качестве закуски и съедается с азартом. Причем он доставит вкусовое удовольствие и в горячем, и в холодном виде. Уж поверьте, добавки попросят даже самые стеснительные гости.

ОТКРЫТЫЙ ПИРОГ С САЙРОЙ

Для теста: 200 г муки, 100 г маргарина, 3 столовые ложки сметаны, 1 чайная ложка соли, 0,5 чайной ложки соды. Для начинки: 1 банка сайры в масле, 8 столовых ложек готового картофельного пюре, 1 пучок зеленого лука. Для заливки: 200 г сметаны, 4 яйца, 1 столовая ложка муки, 1 пучок укропа.

Растопите маргарин, смешайте его с мукой, затем добавьте сметану, а также соду и соль. Замесите тесто, скатайте его в шар, заверните в пищевую пленку и отправьте в холодильник на 40 минут. По окончании этого времени достаньте охлажденное тесто из холодильника, раскатайте его на посыпанном мукой столе в пласт толщиной 2 см и переложите в смазанную маслом форму для выпечки. Не забудьте сделать бортики. В нескольких местах проколите тесто вилкой. Для начинки сайру вместе с маслом переложите в глубокую миску и разомните консервы вилкой, убирая при этом крупные косточки. Добавьте к рыбе картофельное пюре и нарезанный зеленый лук. Выложите тщательно перемешанную начинку равномерным слоем на тесто и приготовьте заливку. Взбейте яйца, добавьте сметану и взбейте еще раз вместе с ней. Полейте сверху приготовленной заливкой, щедро посыпьте измельченной зеленью укропа и поставьте форму с содержимым в духовку, разогретую до 180°С, на 45 минут.



ПРОГНОЗ ПОГОДЫ С 20 ПО 26 ЯНВАРЯ

20 СР	21 ЧТ	22 ПТ	23 СБ	24 ВС	25 ПН	26 ВТ
Небольшой снег	Небольшой снег	Небольшой снег	Небольшой снег	Пасмурно	Небольшой снег	Небольшой снег
– 19	– 15	– 5	– 2	– 1	– 0	– 2
– 21	– 16	– 4	– 3	– 3	– 3	– 5

ПОНЕДЕЛЬНИК, 25.01

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00, 9.25 Телеканал «Доброе утро».
9.00, 3.00 Новости.
9.50 «Жить здорово!» (16+).
10.55 «Модный приговор» (6+).
12.00, 15.00 Новости (с субтитрами).
12.15, 1.40, 3.05 «Время покажет» (16+).
15.15 «Давай поженимся!» (16+).
16.00 «Мужское / Женское» (16+).
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.40 «На самом деле» (16+).
19.45 «Пусть говорят» (16+).
21.00 «Время».
21.30 **«ИЩЕЙКА». Т/с.** (12+).
23.30 Премьера. Владимир Познер и Иван Ургант в проекте «Япония. Обратная сторона кимоно» (18+).
0.30 **«БОЛЬШОЙ БЕЛЫЙ ТАНЕЦ». Х/ф.** (12+).
4.00 «Мужское / Женское» До 4.57 (16+).

РОССИЯ 1 + ПЕНЗА

5.00, 9.30 Утро России.
9.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время.
9.55 «О самом главном». Ток-шоу. (12+).
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+).
12.40, 18.40 «60 Минут». Ток-шоу с Ольгой Скабеевой и Евгением Поповым. (12+).
14.55 Детективный телесериал «МОРОЗОВА». (12+).
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+).
21.20 **«СКЛИФОСОВСКИЙ». Т/с.** (12+).
23.35 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+).
2.20 **«ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с.** (12+).
4.05 **«ОБЪЕКТ 11». Т/с.** (16+).

НТВ

4.35 **«ПАСЕЧНИК». Т/с.** (16+).
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.30 Сегодня.
8.25, 10.25 Боевик «Морские дьяволы. Смерч» /стерео/ (16+).
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
14.00 «Место встречи».
16.25 «Днк» /стерео/ (16+).
18.30, 19.40 **«БАЛАБОЛ». Т/с.** (16+).
21.20 **«РЕАЛИЗАЦИЯ». Т/с.** (16+).
23.45 «Основано на реальных событиях» /стерео/ (16+).
1.20 «Место встречи» (16+).
3.10 «Миграция» /стерео/ (12+).
3.50 **«ОТДЕЛ 44». Т/с.** (16+).

СТС

6.00, 5.45 Субтитры. «Ералаш» . Детский юмористический киножурнал (0+).
6.10 «Спирит. Дух свободы». М/с. (6+).
7.00 «Том и Джерри». М/с. (0+).
7.30 **«ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». Т/с.** (12+).
19.00 **«ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». Т/с.** (16+).
19.45 Субтитры. «НОЧЬ В МУЗЕЕ» . Фантастическая комедия. США - Великобритания, . 2006 (12+).
21.55 **«ТИХООКЕАНСКИЙ РУБЕЖ-2». Х/ф.**12+).
0.05 «Кино в деталях» с Федором Бондарчуком» (18+).
1.05 **«КОМНАТА СТРАХА». Х/ф.**18+).
3.05 **«СЕМЬ ЖИЗНЕЙ». Т/с.** (16+).
4.55 «6 кадров» . Скетч-шоу (16+).
5.15 «Золотые колосья». М/ф. (0+).
5.35 «Попался, который кусался». М/ф. (0+).

11 КАНАЛ

6.00 «ПРОСНИСЬ И ПОЙ!» (16+).
9.00, 12.30, 16.00, 19.50 «Супермаркет» (12+).
9.10, 21.00 «От рассвета до заката» (12+).
9.30, 12.40, 18.30 «Служба 11» (12+).
9.50, 13.00, 14.00, 15.00, 18.00, 20.30, 23.35 «НАШИ НОВОСТИ» (16+).
10.00, 17.00, 22.35 «Стол заказов «Радио 101.8» (12+).
11.00 «НАШИ НОВОСТИ». Информационно-аналитическая программа. (Повтор от 0.01) (16+).
11.45 «Территория добрых дел» (12+).
12.00, 20.00 «Спорт на 11-м» (12+).
13.10, 2.10 Сериал на 11-м. «ПРИНЦ СИБИРИ» (16+).
14.10 «Метод исследования» (16+).
15.05 «НАШИ НОВОСТИ. ПОСЛЕСЛОВИЕ» (16+).
15.10 Сериал на 11-м. «ПРЕСТУПЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ» (16+).
16.10 «Заметки о» (16+).
18.50 «Пенза в лицах» (12+).
19.00, 2.55 «Клуб Фигаро» (16+).
21.20 Сериал на 11-м. «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА» (16+).
22.10, 5.20 «Живые символы планеты» (16+).
23.45 Кино на 11-м. Нина Русланова в драме «ЗНАК БЕДЫ» (16+).
3.40 Кино на 11-м. Чарли Ханнэм в триллере «ЦЕНА СТРАСТИ» (16+).
5.45 М/ф (12+).

ТВ-ЦЕНТР

6.00 «Настроение».
8.10 **«ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА». Х/ф.** (16+).
10.00, 4.40 «Виктор Павлов. Голубиная душа». Д/ф. (12+).
10.55 Городское собрание (12+).
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50, 3.10 **«ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». Х/ф.** (12+).
13.40, 5.20 «Мой герой. Никита Тарасов» (12+).
14.50 Город новостей.
15.10 **«СЛЕДСТВИЕ ЛЮБВИ». Х/ф.** (16+).
16.55 «Хроники московского быта. Когда женщина пьет» (12+).
18.10 **«ИСЧЕЗАЮЩИЕ СЛЕДЫ». Х/ф.** (16+).
22.35 «Год под знаком короны». Специальный репортаж (16+).
23.05, 1.35 «Знак качества» (16+).
0.00 События. 25-й час.
0.35, 2.55 Петровка, 38 (16+).
0.55 «Женщины Игоря Старыгина». Д/ф. (16+).
2.15 «Смерть Ленина. Настоящее «Дело врачей». Д/ф. (12+).

РОССИЯ К

6.30, 7.00, 7.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры.
6.35 «Пешком...». Москва студенческая.
7.05 «Другие Романовы». «Легенда об Анастасии».
7.35, 18.40, 0.00 «Настоящая война престолов». Д/с.
8.20 **«СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ». Х/ф.**
10.15 «Наблюдатель».
11.10, 0.45 XX век. «Наш Володя». Марина Влади в эксклюзивном интервью Эльдару Рязанову. 1986 г.
12.00 «Испания. Тортоса». Д/ф.
12.25, 22.15 **«ИДИОТ». Т/с.**
13.20 Линия жизни. Владимир Качан.
14.15 Больше, чем любовь. Василий Ключевский и Анисья Бородина.
15.05 Новости. Подробно. АРТ.
15.20 «Агора». Ток-шоу с Михаилом Швыдким.
16.25 **«ТАЙНИК У КРАСНЫХ КАМНЕЙ». Х/ф.**
17.30, 1.35 Классики. Иегуди Менухин. Сонаты для скрипки и фортепиано В.А. Моцарта и И.Брамса. Ведущий Владимир Спиваков.
19.45 Главная роль.
20.05 «Правила жизни».
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
20.50 «Бутовский полигон. Испытание забвением». Д/ф.
21.35 «Сати. Нескучная классика...» с Алексеем Гориболем и Олесей Петровой.
23.10 «Иосиф Бродский. Возвращение». Авторский проект Алексея Шишова и Елены Якович.
2.45 Цвет времени. Карандаш.
3.00 Перерыв в вещании..

ПЕТЕРБУРГ - 5 КАНАЛ

5.00, 9.00, 13.00, 17.30, 3.20 «Известия».
5.25, 5.55 **«ПЯТНИЦКИЙ». Х/ф.** (16+).
6.35, 7.25, 8.20, 9.25, 9.50 **«БАРСЫ». Х/ф.** (16+).
10.50, 11.50, 12.40, 13.25, 14.00 **«ПОСРЕДНИК». Х/ф.** (16+).
15.00, 18.15 «Ультиматум» (16+).
19.10, 22.20 **«СЛЕД». Т/с.** (16+).
23.10 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3». Х/ф.** (16+).
0.00 «Известия. Итоговый выпуск».
0.30 **«СЛЕД. СИНИЕ ПТИЦЫ». Т/с.** (16+).
1.15, 4.30 **«ДЕТЕКТИВЫ». Т/с.** (16+).
5.00 Окончание эфира.

ВТОРНИК, 26.01

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00, 9.25 Телеканал «Доброе утро».
9.00, 3.00 Новости.
9.50 «Жить здорово!» (16+).
10.55 «Модный приговор» (6+).
12.00, 15.00 Новости (с субтитрами).
12.15 «Время покажет» (16+).
15.15, 2.25, 3.05 «Давай поженимся!» (16+).
16.00 «Мужское / Женское» (16+).
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.40 «На самом деле» (16+).
19.45 «Пусть говорят» (16+).
21.00 «Время».
21.30 **«ИЩЕЙКА». Т/с.** (12+).
22.30 Премьера сезона. «Док-ток» (16+).
23.30 Премьера. Владимир Познер и Иван Ургант в проекте «Япония. Обратная сторона кимоно» (18+).
0.30 «Гарик Сукачев. То, что во мне» (18+).
3.15 «Мужское / Женское» До 4.57 (16+).

РОССИЯ 1 + ПЕНЗА

5.00, 9.30 Утро России.
9.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время.
9.55 «О самом главном». Ток-шоу. (12+).
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+).
12.40, 18.40 «60 Минут». Ток-шоу с Ольгой Скабеевой и Евгением Поповым. (12+).
14.55 Детективный телесериал «МОРОЗОВА». (12+).
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+).
21.20 **«СКЛИФОСОВСКИЙ». Т/с.** (12+).
23.35 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+).
2.20 **«ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с.** (12+).
4.05 **«ОБЪЕКТ 11». Т/с.** (16+).

НТВ

4.35 **«ПАСЕЧНИК». Т/с.** (16+).
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.30 Сегодня.
8.25, 10.25 Боевик «Морские дьяволы. Смерч» /стерео/ (16+).
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
14.00 «Место встречи».
16.25 «Днк» /стерео/ (16+).
18.30, 19.40 **«БАЛАБОЛ». Т/с.** (16+).
21.20 **«РЕАЛИЗАЦИЯ». Т/с.** (16+).
23.45 «Основано на реальных событиях» /стерео/ (16+).
1.25 «Место встречи» (16+).
3.15 «Агентство скрытых камер» / стерео/ (16+).
3.45 **«ОТДЕЛ 44». Т/с.** (16+).

СТС

6.00, 5.50 Субтитры. «Ералаш» . Детский юмористический киножурнал (0+).
6.15 «Спирит. Дух свободы». М/с. (6+).
7.00 «Том и Джерри». М/с. (0+).
7.35 «Босс-молокосос. Снова в деле». М/с. (6+).
8.00, 18.30, 19.00 **«ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». Т/с.** (16+).
9.00 **«ПСИХОЛОГИНИ». Т/с.** (16+).
10.05 «Уральские пельмени». «Смехbook» (16+).
10.55 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ» . Караоке-комедия. Россия, . 2015 (16+).
13.05 **«ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». Т/с.** (16+).
20.00 Субтитры. «НОЧЬ В МУЗЕЕ-2» . Фантастическая комедия. США, . 2009 (12+).
22.05 **«ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ. БРАТСТВО КОЛЬЦА». Т/с.** (12+).
1.40 «Русские не смеются» . Комедийное шоу (16+).
2.35 **«ЧУДО НА ГУДЗОНЕ». Т/с.** (16+).
4.00 **«УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». Т/с.** (12+).
5.35 «Капризная принцесса». М/ф. (0+).

11 КАНАЛ

6.00 «ПРОСНИСЬ И ПОЙ!» (16+).
9.00, 12.30, 16.00, 19.50 «Супермаркет» (12+).
9.10, 21.00 «От рассвета до заката» (12+).
9.30, 12.40, 18.30 «Служба 11» (12+).
9.50, 11.50, 13.00, 14.00, 15.00, 18.00, 20.30, 23.35 «НАШИ НОВОСТИ» (16+).
10.00, 17.00, 22.35 «Стол заказов «Радио 101.8» (12+).
11.00, 16.10 «Клуб Фигаро» (16+).
11.55, 15.05 «НАШИ НОВОСТИ. ПОСЛЕСЛОВИЕ» (16+).
12.00, 20.00 «Спорт на 11-м» (12+).
13.10, 1.20 Сериал на 11-м. «ПРИНЦ СИБИРИ» (16+).
14.10, 21.20 Сериал на 11-м. «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА» (16+).
15.10 Сериал на 11-м. «ПРЕСТУПЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ» (16+).
18.50 «Пенза в лицах» (12+).
19.00, 2.05 «Наше здоровье» (16+).
22.10, 5.15 «Живые символы планеты» (16+).
23.45 Кино на 11-м. Людмила Абрамова в драме «ВОСТОЧНЫЙ КОРИДОР» (16+).
2.50 Кино на 11-м. Нина Русланова в драме «ЗНАК БЕДЫ» (16+).
5.40 М/ф (12+).

ТВ-ЦЕНТР

6.00 «Настроение».
8.10 «Доктор И...» (16+).
8.40 **«ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ». Х/ф.** (0+).
10.40, 4.40 «Всеволод Санаев. Оптимистическая трагедия». Д/ф. (12+).
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50, 3.10 **«ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». Х/ф.** (12+).
13.40, 5.20 «Мой герой. Джемал Тетруашвили» (12+).
14.50 Город новостей.
15.10 **«СЛЕДСТВИЕ ЛЮБВИ». Х/ф.** (16+).
16.55 «Хроники московского быта. Смерть со второго дубля» (12+).
18.10 **«ИСЧЕЗАЮЩИЕ СЛЕДЫ». Х/ф.** (16+).
22.35 «Осторожно, мошенники! Зверский бизнес» (16+).
23.05, 1.35 «Инна Макарова. Люблю, но не прощу». Д/ф. (16+).
0.00 События. 25-й час.
0.35, 2.55 Петровка, 38 (16+).
0.55 «Прощание. Михаил Козаков» (16+).
2.15 «Приказ: убить Сталина». Д/ф. (16+).

РОССИЯ К

6.30, 7.00, 7.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры.
6.35 «Пешком...». Москва усадебная.
7.05, 20.05 «Правила жизни».
7.35, 18.40, 0.00 «Настоящая война престолов». Д/с.
8.25 Легенды мирового кино. Юрий Озеров.
8.50, 16.30 **«ТАЙНИК У КРАСНЫХ КАМНЕЙ». Х/ф.**
10.15 «Наблюдатель».
11.10, 0.45 XX век. «100 ролей Ролана Быкова». 1989 г.
12.25, 22.15 **«ИДИОТ». Т/с.**
13.20 «Луна. Возвращение». Д/ф.
13.50 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным. «Михаил Салтыков-Щедрин. «Господа Головлевы».
14.30 «Я не боюсь, я музыкант». Д/с.
15.05 Новости. Подробно. Книги.
15.20 «Передвижники. Архип Куинджи».
15.50 «Сати. Нескучная классика...» с Алексеем Гориболем и Олесей Петровой.
17.40, 1.55 Классики. Эмиль Гилельс. Фортепианные миниатюры С.Рахманинова. Ведущий Владимир Спиваков.
19.45 Главная роль.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
20.50 Искусственный отбор.
21.35 «Белая студия».
23.10 «Иосиф Бродский. Возвращение». Авторский проект Алексея Шишова и Елены Якович.
3.00 Перерыв в вещании.

ПЕТЕРБУРГ - 5 КАНАЛ

5.00, 9.00, 13.00, 17.30, 3.25 «Известия».
5.30, 8.00 **«ПЯТНИЦКИЙ». Х/ф.** (16+).
9.25, 18.10 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ»». Х/ф.** (16+).
19.10, 22.20 **«СЛЕД». Т/с.** (16+).
23.10 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3. МОНЕТОЧКА». Х/ф.** (16+).
0.00 «Известия. Итоговый выпуск».
0.30 **«СЛЕД». Т/с.** (16+).
1.15, 4.35 **«ДЕТЕКТИВЫ». Т/с.** (16+).
5.00 Окончание эфира.

СРЕДА, 27.01

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00, 9.25 Телеканал «Доброе утро».
9.00, 3.00 Новости.
9.50 «Жить здорово!» (16+).
10.55 «Модный приговор» (6+).
12.00, 15.00 Новости (с субтитрами).
12.15, 1.25, 3.05 «Время покажет» (16+).
15.15 «Давай поженимся!» (16+).
16.00 «Мужское / Женское» (16+).
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.40 «На самом деле» (16+).
19.45 «Пусть говорят» (16+).
21.00 «Время».
21.30 **«ИЩЕЙКА». Т/с.** (12+).
22.30 Премьера сезона. «Док-ток» (16+).
23.30 Премьера. Владимир Познер и Иван Ургант в проекте «Япония. Обратная сторона кимоно» (18+).
0.30 «Воины бездорожья» (12+).
3.50 «Мужское / Женское» До 4.57 (16+).

РОССИЯ 1 + ПЕНЗА

5.00, 9.30 Утро России.
9.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время.
9.55 «О самом главном». Ток-шоу. (12+).
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+).
12.40, 18.40 «60 Минут». Ток-шоу с Ольгой Скабеевой и Евгением Поповым. (12+).
14.55 Детективный телесериал «МОРОЗОВА». (12+).
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+).
21.20 **«СКЛИФОСОВСКИЙ». Т/с.** (12+).
23.35 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+).
2.20 **«ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с.** (12+).
4.05 **«ОБЪЕКТ 11». Т/с.** (16+).

НТВ

4.30 **«ПАСЕЧНИК». Т/с.** (16+).
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.30 Сегодня.
8.25, 10.25 Боевик «Морские дьяволы. Смерч» /стерео/ (16+).
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
14.00 «Место встречи».
16.25 «Днк» /стерео/ (16+).
18.30, 19.40 **«БАЛАБОЛ». Т/с.** (16+).
21.20 **«РЕАЛИЗАЦИЯ». Т/с.** (16+).
23.45 «Поздняков» /стерео/ (16+).
0.00 «Захар прилепин. Уроки русского» /стерео/ (12+).
0.35 «Мы и наука. Наука и мы» /стерео/ (12+).
1.35 «Место встречи» (16+).
3.20 Их нравы (0+).
3.45 **«ОТДЕЛ 44». Т/с.** (16+).

СТС

6.00, 5.50 Субтитры. «Ералаш» . Детский юмористический киножурнал (0+).
6.15 «Спирит. Дух свободы». М/с. (6+).
7.00 «Том и Джерри». М/с. (0+).
7.35 «Босс-молокосос. Снова в деле». М/с. (6+).
8.00, 18.30, 19.00 **«ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». Т/с.** (16+).
9.00 **«ПСИХОЛОГИНИ». Т/с.** (16+).
10.00 **«ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ. БРАТСТВО КОЛЬЦА». Т/с.** (12+).
13.40 **«ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». Т/с.** (16+).
20.00 Субтитры. «НОЧЬ В МУЗЕЕ. СЕКРЕТ ГРОБНИЦЫ» . Фантастическая комедия. Великобритания - США, . 2014 (6+).
21.55 **«ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ. ДВЕ КРЕПОСТИ». Т/с.** (12+).
1.35 «Дело было вечером» . Развлекательное шоу (16+).
2.25 **«УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». Т/с.** (12+).
4.20 «6 кадров» . Скетч-шоу (16+).
5.00 «Наследство волшебника Бахрама». М/ф. (0+).
5.20 «Змей на чердаке». М/ф. (0+).
5.30 «Ничуть не страшно». М/ф. (0+).
5.40 «Пирожок» . Анимационный, детский (0+).

11 КАНАЛ

6.00 «ПРОСНИСЬ И ПОЙ!» (16+).
9.00, 12.30, 16.00, 19.50 «Супермаркет» (12+).
9.10, 21.00 «От рассвета до заката» (12+).
9.30, 12.40, 18.30 «Служба 11» (12+).
9.50, 11.50, 13.00, 14.00, 15.00, 18.00, 20.30, 23.35 «НАШИ НОВОСТИ» (16+).
10.00, 17.00, 22.35 «Стол заказов «Радио 101.8» (12+).
11.00, 16.10 «Наше здоровье» (16+).
11.55, 15.05 «НАШИ НОВОСТИ. ПОСЛЕСЛОВИЕ» (16+).
12.00, 20.00 «Спорт на 11-м» (12+).
13.10, 1.35 Сериал на 11-м. «ПРИНЦ СИБИРИ» (16+).
14.10, 21.20 Сериал на 11-м. «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА» (16+).
15.10, 3.05 Сериал на 11-м. «ПРЕСТУПЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ» (16+).
18.50 «Точка зрения ЛДПР» (16+).
19.05, 2.20 «Женский стиль» (16+).
22.10 «Живые символы планеты» (16+).
23.45 Кино на 11-м. Сергей Маковецкий в драме «ТРИ ИСТОРИИ» (16+).
4.00 Кино на 11-м. Людмила Абрамова в драме «ВОСТОЧНЫЙ КОРИДОР» (16+).
5.35 М/ф (12+).

ТВ-ЦЕНТР

6.00 «Настроение».
8.15 «Доктор И...» (16+).
8.50 **«БУДНИ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». Х/ф.** (12+).
10.40, 4.40 «Наталья Гундарева. Несладкая женщина». Д/ф. (12+).
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50, 3.10 **«ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». Х/ф.** (12+).
13.40, 5.20 «Мой герой. Евгений Муравич» (12+).
14.50 Город новостей.
15.05 **«СЛЕДСТВИЕ ЛЮБВИ». Х/ф.** (16+).
16.50 «Хроники московского быта. Брак по расчету» (12+).
18.10 **«ИСЧЕЗАЮЩИЕ СЛЕДЫ». Х/ф.** (16+).
22.35 Линия защиты (16+).
23.05 Премьера. «90-е. «Менты» (16+).
0.00 События. 25-й час.
0.35, 2.55 Петровка, 38 (16+).
0.55 «Приговор. Валентин Ковалев» (16+).
1.35 «90-е. «Менты» (16+).
2.15 «Дворцовый переворот - 1964». Д/ф. (12+).

РОССИЯ К

6.30, 7.00, 7.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры.
6.35 «Пешком...». Феодосия Айвазовского.
7.05, 20.05 «Правила жизни».
7.35, 18.40 «Настоящая война престолов». Д/с.
8.25 Легенды мирового кино. Людмила Гурченко.
8.50, 16.30 **«ТАЙНИК У КРАСНЫХ КАМНЕЙ». Х/ф.**
10.15 «Наблюдатель».
11.10, 1.25 «Догони автомобиль». 1976 г. «Просто метро». Д/ф.
12.15 Дороги старых мастеров. «Древо жизни».
12.25, 22.15 **«ИДИОТ». Т/с.**
13.20 «Поиски жизни». Д/ф.
13.50 Искусственный отбор.
14.30 «Я не боюсь, я музыкант». Д/с.
15.05 Новости. Подробно. Кино.
15.20 Ольга Берггольц «Благое Молчание» в программе «Библейский сюжет».
15.45 «Белая студия».
17.35 Цвет времени. Карандаш.
17.45 В.А.Моцарт. Коронационная месса. Владимир Спиваков, Национальный филармонический оркестр России и Академический большой хор «Мастера хорового пения».
19.45 Главная роль.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
20.50 Абсолютный слух. Альманах по истории музыкальной культуры.
21.35 «Блокада. Искупление». Д/ф.
23.10 «Иосиф Бродский. Возвращение». Авторский проект Алексея Шишова и Елены Якович.
0.00 Международный день памяти жертв холокоста. Дж.Верди. Реквием. Сценическая версия театра «Геликон-опера».. Дж.Верди. Реквием. Сценическая версия театра «Геликон-опера».
2.30 «Крым. Мыс Плака». Д/ф.
3.00 Перерыв в вещании.

ПЕТЕРБУРГ - 5 КАНАЛ

5.00, 9.00, 13.00, 17.30, 3.20 «Известия».
5.25, 18.00 «Ладога» (12+).
9.25, 18.05 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».». Х/ф.** (16+).
19.10, 22.20 **«СЛЕД». Т/с.** (16+).
23.10 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3». Х/ф.** (16+).
0.00 «Известия. Итоговый выпуск».
0.30 **«СЛЕД». Т/с.** (16+).
1.15, 4.30 **«ДЕТЕКТИВЫ». Т/с.** (16+).
5.00 Окончание эфира.

ЧЕТВЕРГ, 28.01

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00, 9.25 Телеканал «Доброе утро».
9.00, 3.00 Новости.
9.50 «Жить здорово!» (16+).
10.55 «Модный приговор» (6+).
12.00, 15.00 Новости (с субтитрами).
12.15, 1.30, 3.05 «Время покажет» (16+).
15.15 «Давай поженимся!» (16+).
16.00 «Мужское / Женское» (16+).
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.40 «На самом деле» (16+).
19.45 «Пусть говорят» (16+).
21.00 «Время».
21.30 **«ИЩЕЙКА». Т/с.** (12+).
22.30 «Большая игра» (16+).
23.30 Премьера. Владимир Познер и Иван Ургант в проекте «Япония. Обратная сторона кимоно» (18+).
0.30 Премьера. «Неизвестная Антарктида. Миллион лет назад» (12+).
3.50 «Мужское / Женское» До 4.57 (16+).

РОССИЯ 1 + ПЕНЗА

5.00, 9.30 Утро России.
9.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время.
9.55 «О самом главном». Ток-шоу. (12+).
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+).
12.40, 18.40 «60 Минут». Ток-шоу с Ольгой Скабеевой и Евгением Поповым. (12+).
14.55 Детективный телесериал «МОРОЗОВА». (12+).
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+).
21.20 **«СКЛИФОСОВСКИЙ». Т/с.** (12+).
23.35 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+).
2.20 **«ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с.** (12+).
4.05 **«ОБЪЕКТ 11». Т/с.** (16+).

НТВ

4.30 **«ПАСЕЧНИК». Т/с.** (16+).
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.30 Сегодня.
8.25, 10.25 Боевик «Морские дьяволы. Смерч» /стерео/ (16+).
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
14.00 «Место встречи».
16.25 «Днк» /стерео/ (16+).
18.30, 19.40 **«БАЛАБОЛ». Т/с.** (16+).
21.20 **«РЕАЛИЗАЦИЯ». Т/с.** (16+).
23.45 «Чп. Расследование» /стерео/ (16+).
0.20 **«СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». Х/ф.** (12+).
2.10 «Место встречи» (16+).
3.50 **«ОТДЕЛ 44». Т/с.** (16+).

СТС

6.00, 5.50 Субтитры. «Ералаш» . Детский юмористический киножурнал (0+).
6.15 «Спирит. Дух свободы». М/с. (6+).
7.00 «Том и Джерри». М/с. (0+).
7.35 «Босс-молокосос. Снова в деле». М/с. (6+).
8.00, 18.30, 19.00 **«ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». Т/с.** (16+).
9.00 **«ПСИХОЛОГИНИ». Т/с.** (16+).
10.00 **«ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ. ДВЕ КРЕПОСТИ». Т/с.** (12+).
13.35 **«ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». Т/с.** (16+).
20.00 «ОСОБНЯК С ПРИВИДЕНИЯМИ» . Комедия. США, . 2003 (12+).
21.45 **«ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ. ВОЗВРАЩЕНИЕ КОРОЛЯ». Т/с.** (12+).
1.45 «Дело было вечером» . Развлекательное шоу (16+).
2.40 **«УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». Т/с.** (12+).
4.15 «6 кадров» . Скетч-шоу (16+).
5.15 «Куда летишь, Витар?». М/ф. (0+).
5.30 «Королевские зайцы». М/ф. (0+).

11 КАНАЛ

6.00 «ПРОСНИСЬ И ПОЙ!» (16+).
9.00, 12.30, 16.00, 19.50 «Супермаркет» (12+).
9.10, 21.00 «От рассвета до заката» (12+).
9.30, 12.40, 18.30 «Служба 11» (12+).
9.50, 11.50, 13.00, 14.00, 15.00, 18.00, 20.30, 23.35 «НАШИ НОВОСТИ» (16+).
10.00, 17.00, 22.35 «Стол заказов «Радио 101.8» (12+).
11.00, 16.10 «Женский стиль» (16+).
11.55, 15.05 «НАШИ НОВОСТИ. ПОСЛЕСЛОВИЕ» (16+).
12.00, 20.00 «Спорт на 11-м» (12+).
13.10, 1.20 Сериал на 11-м. «ПРИНЦ СИБИРИ» (16+).
14.10, 21.20 Сериал на 11-м. «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА» (16+).
15.10, 2.50 Сериал на 11-м. «ПРЕСТУПЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ» (16+).
18.50 «Пенза в лицах» (12+).
19.00, 2.05 «Наша дача» (12+).
22.10 «Живые символы планеты» (16+).
23.45 Кино на 11-м. Дмитрий Дюжев в драме «ПУТЕШЕСТВИЕ С ДОМАШНИМИ ЖИВОТНЫМИ» (16+).
3.45 Кино на 11-м. Сергей Маковецкий в драме «ТРИ ИСТОРИИ» (16+).
5.35 М/ф (12+).

ТВ-ЦЕНТР

6.00 «Настроение».
8.10 «Доктор И...» (16+).
8.40 **«БЕЗ СРОКА ДАВНОСТИ». Х/ф.** (12+).
10.40, 4.45 «Александра Завьялова. Затворница». Д/ф. (12+).
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50, 3.15 **«ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». Х/ф.** (12+).
13.40, 5.20 «Мой герой. Филипп Авдеев» (12+).
14.50 Город новостей.
15.05 **«СЛЕДСТВИЕ ЛЮБВИ». Х/ф.** (16+).
16.55 «Хроники московского быта. Одинокая старость звезд» (12+).
18.10 **«ИСЧЕЗАЮЩИЕ СЛЕДЫ». Х/ф.** (16+).
22.35 «10 самых... Многодетные звездные папаши» (16+).
23.05 «Актерские драмы. Запомним их смешными». Д/ф. (12+).
0.00 События. 25-й час.
0.35, 3.00 Петровка, 38 (16+).
0.55 «Политические тяжеловесы». Д/ф. (16+).
1.35 «Хроники московского быта. Мать-кукушка» (12+).
2.20 «Несостоявшиеся генсеки». Д/ф. (12+).

РОССИЯ К

6.30, 7.00, 7.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры.
6.35 «Пешком...». Москва армянская.
7.05, 20.05 «Правила жизни».
7.35, 18.40, 0.00 «Настоящая война престолов». Д/с.
8.25 Легенды мирового кино. Сергей Гурзо.
8.50, 16.30 **«ТАЙНИК У КРАСНЫХ КАМНЕЙ». Х/ф.**
10.15 «Наблюдатель».
11.10, 0.45 «Елена Образцова». Д/ф.
12.15 Дороги старых мастеров. «Мстерские голландцы».
12.25, 22.15 **«ИДИОТ». Т/с.**
13.20 «Земля и Венера. Соседки». Д/ф.
13.50 Абсолютный слух. Альманах по истории музыкальной культуры.
14.30 «Я не боюсь, я музыкант». Д/с.
15.05 Новости. Подробно. Театр.
15.20 Пряничный домик. «Сани, саночки».
15.45 «2 Верник 2».
17.40 «Испания. Тортоса». Д/ф.
18.10, 1.50 Э.Элгар. Серенада для струнного оркестра.
19.45 Главная роль.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
20.50 «Кавказская пленница». Это же вам не лезгинка, а твист!». Д/ф.
21.35 «Энигма. Саша Вальц».
23.10 «Иосиф Бродский. Возвращение». Авторский проект Алексея Шишова и Елены Якович.
2.15 «Гений русского модерна. Федор Шехтель». Д/ф.
3.00 Перерыв в вещании.

ПЕТЕРБУРГ - 5 КАНАЛ

5.00, 9.00, 13.00, 17.30, 3.25 «Известия».
5.25, 18.10 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». Х/ф.** (16+).
19.10, 22.20 **«СЛЕД». Т/с.** (16+).
23.10 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3». Х/ф.** (16+).
0.00 «Известия. Итоговый выпуск».
0.30 **«СЛЕД. КАПКАН». Т/с.** (16+).
1.15, 4.30 **«ДЕТЕКТИВЫ». Т/с.** (16+).
5.00 Окончание эфира.

Вакансии

ООО «РУССКАЯ МОЛОЧНАЯ КОМПАНИЯ» РУСМОЛКО Olam

ТРЕБУЮТСЯ НА РАБОТУ

• ВЕСОВЩИК
• ТЕЛЯТНИЦА

МЕСТО РАБОТЫ: с. Аршиновка Нижнеломовского района
УСЛОВИЯ: •достойная оплата труда •оформление по ТК РФ •компенсация затрат на медосмотр •льготное питание

Тел.: 8-967-446-05-60, 8-960-319-74-78
E-mail: i.bugaeva@rusmolco.com, o.komrakova@ rusmolco.com

Реклама

ООО «РУССКАЯ МОЛОЧНАЯ КОМПАНИЯ» РУСМОЛКО Olam

ТРЕБУЮТСЯ НА РАБОТУ

• СЕЛЬХОЗРАБОЧИЙ
• МАШИНИСТ ПАРОВОЙ МАШИНЫ И ЛОКОМОБИЛЯ
• АППАРАТЧИК ОБРАБОТКИ ЗЕРНА 5-го РАЗРЯДА

МЕСТО РАБОТЫ: р.п. Пачелма
УСЛОВИЯ: •достойная оплата труда •оформление по ТК РФ •компенсация затрат на медосмотр •льготное питание

Тел. 8-967-446-05-60 E-mail: i.bugaeva@rusmolco.com

Реклама

ООО «РУССКАЯ МОЛОЧНАЯ КОМПАНИЯ» РУСМОЛКО Olam

ТРЕБУЮТСЯ НА РАБОТУ

ТРАКТОРИСТ

МЕСТО РАБОТЫ: Кузнецкий район
УСЛОВИЯ: •достойная оплата труда •оформление по ТК РФ •компенсация затрат на медосмотр •льготное питание

Тел. 8-967-446-05-60 E-mail: i.bugaeva@rusmolco.com

реклама

АО «Пензанефтепродукт» РОСНЕФТЬ
приглашает на работу на АЗК Пензы и Пензенской области

г. Никольск • р.п. Башмаково • р.п. Исса • р.п Земетчино
г. Заречный • г. Спасск •п. Монтажный • г. Н. Ломов
г. Городище • г. Кузнецк • с. Богословка Пензенского р-на

РАБОТА ЗАПРАВЩИКА на АЗК — это:
- стабильная зарплата 15 000 руб.
- обучение, униформа и др. соцгарантии
- карьерный рост:

кассир — зарплата от 21 000 руб.,
старший смены — зарплата от 25 000 руб.

Телефон 8 (8412) 390-130

Реклама

Перспективы отрасли

Зимы становятся короче: что это значит для садов и огородов?

Уже много лет садоводы и огородники замечают, что некоторые южные культуры или их сорта, которые раньше не росли в нашей климатической полосе, теперь дают устойчивые урожаи бахчевых, абрикосов, черешни, грецких орехов, персиков, не говоря уже о винограде. И дело тут не только в достижениях селекции.

В конце прошлого года по новостным каналам прошла информация о том, что из-за глобального потепления в России может заметно измениться длительность времен года. Так, зима станет короче, а весна продолжительнее.

Об этом подробно рассказал научный руководитель Гидрометцентра Роман Вильфанд: «Уменьшается количество дней со среднесуточной температурой ниже нулевой отметки, то есть период зимы уменьшается. В каждом регионе по-разному, где-то даже на десять с небольшим дней. Зима скукоживается, а теплый период увеличивается», — пояснил метеоролог.

Например, в Москве дата перехода среднесуточной температуры к отрицательным показателям сдвинулась почти на десять дней. При этом весна, напротив, стала приходить на семь дней раньше.

Эксперт пояснил, что современные показатели сравнивались с данными за середину XX века. «Это невероятное потепление, колоссальное, которого никогда не было раньше в истории», — добавил он.

Что значит глобальное потепление для земледелия?

Глобальное потепление и земледелие тесно взаимосвязаны и имеют как отрицательные, так и положительные последствия. Отрицательные последствия: расширение ареала вредителей сельскохозяйственных культур; возможное усиление засух в некоторых районах; засаливание почв при подъеме уровня моря; снижение предсказуемости погоды.

При этом все неоднозначно. Да, вегетационный период стал длиннее, осенние заморозки наступают позже, что позволяет возделывать более поздние сорта и гибриды. Но осень в некоторых регионах теперь суше, поэтому сложнее сеять озимые, большая часть годовой нормы осадков выпадает в осенне-зимний период и не оказывает положительного влияния на растения во время вегетации и формирования урожая.

Валерий СЛОБОДСКОЙ.

Дизайн

Все выше и выше, и выше!

У нас в стране огромное количество участков выделялось на землях, малопригодных для масштабного земледелия. Например, на косогорах. Как увеличить продуктивность таких участков?

Если уклон слишком большой, огород не разбивают, потому что вода стекает, а почвы подвергаются эрозии. Если укрепить склон и сделать нечто наподобие вертикального сада, дело пойдет лучше, особенно если горка смотрит на юг.

Правда, для обустройства грядок на склонах понадобятся определенные вложения и физические и финансовые затраты, но все это окупится отменными урожаями.

Вообще, идея вертикальности на маленьких площадях все больше и больше занимает умы садоводов. Если нам не дают пространства не земле, мы пойдем вверх. Как это сделать? Многие растения успешно осваивают вертикальные опоры, занимая минимум места на земле. Это огурцы, томаты, дыни, тыквы, фасоль, горошек, другие культуры с высоким или цепляющимся стеблем.

Тем, кто росточком не вышел, можно помочь взобраться повыше. Всевозможные вертикальные сооружения занимают минимум места и дают максимум полезной площади для овощей.

Минусы любых «висячих садов» очевидны: их нужно или постоянно поливать, или сооружать специальные оросительные системы, что накладно.

А. ВИННИЧЕК, кандидат сельскохозяйственных наук.

Секреты урожая

Баклажаны по-корейски

В выращивании баклажанов есть один момент, не зная о котором многие потерпевшие неудачу решили, что никогда не смогут получить достойный урожай синеньких.

Дело в том, что весь парадокс заключен в следующем: баклажаны очень нуждаются в свежем воздухе, но как никакая другая культура не выносят сквозняков. Следовательно, растениям, высаженным в наглухо закрытой теплице, — плохо, в открытом грунте — тоже нехорошо. Эту задачу давно решили наблюдательные корейцы, которые просто начали сооружать вокруг своих баклажанных посадок забор (должен быть высотой не менее метра). Таким образом, чтобы избавить растение от губительных сквозняков, можно сделать защитную «крепостную стену» из полиэтилена либо из досок, из чего угодно, лишь бы предотвратить воздействие сквозняка. При желании внутри проветриваемой теплицы можно сделать высокие барьеры вокруг грядок.

А. ВИННИЧЕК, кандидат сельскохозяйственных наук.

Круговорот забот

Снег – в теплицу!

Окончание. Начало на 1-й стр.)

Что происходит с землей в теплице зимой? Влага из нее продолжает испаряться, укрытия нет, почва постепенно становится все плотнее и сильно затвердевает. Во время промерзания помимо вредных насекомых и бактерий также погибают и полезные микроорганизмы, и тем самым уменьшается и плодородие почвы.

Что дает снег тепличной почве? Самый очевидный ответ – потерянную влагу. Но, кроме этого, он еще создает для земли защиту от промерзания и эрозии, а также помогает не растерять полезные элементы. Помимо этого, снег обладает способностью замедлять химические процессы в почве.

Талая вода по наличию полезных свойств значительно превышает водопроводную. То есть снег, помещенный на тепличные грядки зимой, по весне не только сохранит микрофлору грунта, но и поможет посаженным растениям быстрее развиваться.

После обильных снегопадов стряхните снег с крыш построек на своем участке, в том числе и с самой теплицы. Особенно это важно, если теплица выполнена из легко гнущихся материалов.

Снабжая тепличные грядки снегом зимой, не переусердствуйте с его объемом: на грядках не должны образоваться сугробы. Оптимальный вариант — слой снега толщиной 30 см. Иначе весной вам нужно будет с таким же энтузиазмом выгребать его из теплицы, поскольку под толстым слоем почва прогревается гораздо медленнее, а значит, высадку рассады придется перенести на более позднее время.

Объем снега, который вы намерены набросать внутрь теплицы, обязательно должен быть «согласован» с уровнем залегания грунтовых вод. Если он высок, то слой снега следует уменьшить, чтобы весной грядки не «поплыли».

А. ВИННИЧЕК, кандидат сельскохозяйственных наук.

Опыт благочестия

Умейте жить

Надо уметь жить и пользоваться жизнью, опираясь на то, что есть в данный момент, а не обижаясь на то, чего нет. Ведь времени, потерянного на недовольство, никто и ничто не вернет.

Преподобный Варсонофий Оптинский.

Работа над ошибками

Не «простудите» деревья

Наши садоводы хорошо усвоили правило, что поливать теплолюбивые овощные культуры нужно только теплой отстоянной водой. Но такой же водой надо поливать и плодовые деревья.

Полив саженцев, особенно в жаркое время года, необходимо проводить только теплой, прогретой примерно до 20 — 25° водой. Использование же для этой цели воды из скважин и колодцев, имеющих температуру 10°, вызывает оцепенение корня. В результате подавать влагу в густооблиственную надземную часть он долгое время будет не в состоянии.

Зачастую, в зависимости от температуры и объема вылитой воды, это приводит к приостановке роста побегов, усыханию листьев и молодого прироста, а порой и к гибели растений. Оставшиеся в живых «простуженные» деревья иногда в течение ряда лет отстают в росте, следовательно, и в плодоношении.

Хорошие результаты дает полив растений водой с настоянной в ней в течение 10 —12 дней зеленой массы сорняков.

В. ГЛАДКИХ, агроном.

Сам себе агроном

Земли печален вид...

За долгие годы почва на даче оскудела настолько, что урожаи давно не окупают затраты. Как повысить плодородность земли?

Е. Васянина, Пенза.

Впервую очередь вносить органические удобрения. В отличие от минеральных большая часть питательных элементов природного происхождения не растворяется в почвенной влаге, а отщепляется от органических соединений только в ответ на «запрос» растения, готового к питанию. Такое сбалансированное меню делает культуры здоровыми, устойчивыми к болезням и вредителям.

Плюс органики еще и в том, что она работает не один год. На глинистых почвах навоз, к примеру, разлагается медленнее, поэтому и влияет на урожай от 5 и более лет, на песчаных — 2 — 3 года. Внесенный в почву навоз надо в тот же день и запахать. Незапаханный, он в течение 4 часов теряет 50% аммиачного азота, за 12 часов — 65, за 24 часов — 70, за 48 часов — 80%. Глубина заделки зависит от культуры, но в среднем от 15 до 25 см. Лучше всего вносить навоз осенью.

Помогают плодородию земель и сидераты, которые не зря называют зеленым удобрением. Они обогащают почву азотом, фосфором, калием и кальцием. Улучшают ее водно-физические свойства, помогают ей дышать и получать достаточное количество влаги. Также не позволяют размножаться вредным микроорганизмам, но привлекают полезные бактерии. Лучшими сидератами считаются горчица, редька, гречиха, большинство видов бобовых (в том числе горох, люпин) и злаковых (овес, ячмень, рожь, пшеница) культур.

Минеральные удобрения не заменят органические. Более того, чем больше мы вносим минеральных удобрений, тем активнее минерализуется гумус и снижается плодородие. Органические же удобрения позволяют накапливать гумус, увеличивать запас питательных веществ в почве, понижают кислотность, обогащают почву микрофлорой, повышают устойчивость растений к неблагоприятным факторам и многое другое.

А. ВИННИЧЕК, кандидат сельскохозяйственных наук.

Вопрос — ответ

Клюква на участке

На рынке продают саженцы клюквы в контейнерах. Будет ли она расти в Пензе, дача у нас на Барковке?

Л. Кириченко, Пенза.

Садоводы уже не первый год выращивают клюкву на своем участке. И помимо дикой ягоды, которая растет в лесу, можно встретить сортовую, которая имеет больший размер ягоды. Самыми популярными сортами являются Бен Лир и Пилигрим. Главное условие для выращивания клюквы у себя на участке — кислая почва. Для этого необходимо купить в специализированном магазине кислый торф, смешать его с небольшим количеством песка и заполнить получившимся составом яму. Можно также добавить хвойные опилки или опад.

Нельзя добавлять органические удобрения – они имеют щелочную реакцию почвенной среды. Подкармливать лучше минеральными удобрениями, например, комплексным удобрением для голубики, с которой у них схожие потребности. Плоды попробуете очень быстро — плодоношение начинается у 2 — 3-летних растений.

В. ГЛАДКИХ, агроном.

Вопрос — ответ

Шуршит листьями, но не плодоносит

У меня в саду уже шестой год под окном на даче растет абрикос, саженец купила на рынке с машины, но он до сих пор не плодоносит. Почему?

Е. Семушкина, Пенза.

Возможно, вы приобрели саженцы с юга. Какие-то сорта могут выдерживать наш климат, какие-то нет. Это связано с тем, что если само дерево выдерживает морозы в минус 37 градусов, то цветковые почки вымерзают уже при минус 25 — 30 градусах. И второй фактор — у абрикосового дерева рано начинается цветение, которое может попадать под весенние заморозки, губительные для цветковых почек. Кроме того, нужно учитывать и то, что многие сорта самобесплодные, и им нужны опылители, то есть абрикосовые деревья других сортов по соседству. Можно привить в крону вашего дерева черенки других сортов. Весной в магазинах для садоводов продают черенки разных плодовых деревьев.

В. ГЛАДКИХ, агроном.

ПЯТНИЦА, 29.01

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00, **9.25** Телеканал «Доброе утро».
9.00 Новости.
9.50 «Жить здорово!» (16+).
10.55, **3.20** «Модный приговор» (6+).
12.00, **15.00** Новости (с субтитрами).
12.15 «Время покажет» (16+).
15.15, **4.10** «Давай поженимся!» (16+).
16.00 «Мужское / Женское» (16+).
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым (16+).
19.45 «Поле чудес» (16+).
21.00 «Время».
21.30 **«КРАСОТКА В УДАРЕ». Х/ф.** (12+).
23.25 **«АННА И КОРОЛЬ». Х/ф.** (0+).
1.55 **«РЕКА НЕ ТЕЧЕТ ВСПЯТЬ». Х/ф.** (12+).
4.50 «Мужское / Женское» До 6.00 (16+).

РОССИЯ 1 + ПЕНЗА

5.00, **9.30** Утро России.
9.00, **14.30, 21.05** Вести. Местное время.
9.55 «О самом главном». Ток-шоу. (12+).
11.00, **14.00, 17.00, 20.00** Вести.
11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+).
12.40, **18.40** «60 Минут». Ток-шоу с Ольгой Скабеевой и Евгением Поповым. (12+).
14.55 Премьера. «Близкие люди». (12+).
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+).
21.20 **«СКЛИФОСОВСКИЙ». Т/с.** (12+).
23.30 Премьера. «Дом культуры и смеха. Скоро весна». (16+).
2.00 **«БРАТСКИЕ УЗЫ». Х/ф.** (12+).

НТВ

4.30 **«ПАСЕЧНИК». Т/с.** (16+).
8.00, **10.00, 13.00, 16.00, 19.00** Сегодня.
8.25, **10.25** Боевик «Морские дьяволы. Смерч» /стерео/ (16+).
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
14.00 «Место встречи».
16.25 «Днк» /стерео/ (16+).
17.25 «Жди меня» /стерео/ (12+).
18.20, **19.40** **«БАЛАБОЛ». Т/с.** (16+).
21.20 **«РЕАЛИЗАЦИЯ». Т/с.** (16+).
23.30 «Своя правда» с Романом Бабаяном /стерео/ (16+).
1.20 Квартирный вопрос /стерео/ (0+).
2.25 **«ОТДЕЛ 44». Т/с.** (16+).

СТС

6.00, **5.50** Субтитры. «Ералаш» . Детский юмористический киножурнал (6+).
6.15 «Спирит. Дух свободы». М/с. (6+).
7.00 «Том и Джерри». М/с. (0+).
7.35 «Босс-молокосос. Снова в деле». М/с. (6+).
8.00 **«ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». Т/с.** (16+).
9.00 **«ПСИХОЛОГИНИ». Т/с.** (16+).
10.00 **«ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ. ВОЗВРАЩЕНИЕ КОРОЛЯ». Т/с.** (12+).
14.00 «ОСОБНЯК С ПРИВИДЕНИЯМИ» . Комедия. США, . 2003 (12+).
15.45 «Уральские пельмени». «Смехbook» (16+).
16.20 Субтитры. «Шоу «Уральских пельменей» (16+).
21.00 **«ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». Х/ф.**16+).
23.35 **«ГРАВИТАЦИЯ». Х/ф.**12+).
1.20 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ» . Комедия. США, . 2016 (18+).
3.00 **«ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». Т/с.** (12+).
4.55 «6 кадров» . Скетч-шоу (16+).
5.15 «Молодильные яблоки». М/ф. (0+).
5.35 «Мойдодыр». М/ф. (0+).

11 КАНАЛ

6.00 «ПРОСНИСЬ И ПОЙ!» (16+).
9.00, **12.30, 16.00, 19.50** «Супермаркет» (12+).
9.10, **21.00** «От рассвета до заката» (12+).
9.30, **12.40, 18.30** «Служба 11» (12+).
9.50, **11.50, 13.00, 14.00, 15.00, 18.00, 20.30, 23.25** «НАШИ НОВОСТИ» (16+).
10.00, **17.00, 1.15** «Стол заказов «Радио 101.8» (12+).
11.00, **16.10** «Наша дача» (12+).
11.55, **15.05** «НАШИ НОВОСТИ. ПОСЛЕСЛОВИЕ» (16+).
12.00, **20.00** «Спорт на 11-м» (12+).
13.10, **2.15** Сериал на 11-м. «ПРИНЦ СИБИРИ» (16+).
14.10 Сериал на 11-м. «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА» (16+).
15.10, **3.00** «Лекарства, которые спасли мир» (16+).
18.50 «Пенза в лицах» (12+).
19.00 «Заметки о» (16+).
21.20 «Пенза Today» (16+).
21.50 Сериал на 11-м. «МЕГРЭ» (16+).
23.35 «Живые символы планеты» (16+).
0.00 Кино на 11-м. Владимир Гостюхин в драме «В ПРОФИЛЬ И АНФАС» (16+).
3.55 Кино на 11-м. Дмитрий Дюжев в драме «ПУТЕШЕСТВИЕ С ДОМАШНИМИ ЖИВОТНЫМИ» (16+).
5.30 М/ф (12+).

ТВ-ЦЕНТР

6.00 «Настроение».
8.10, **11.50, 15.05** **«КОМИССАРША». Х/ф.** (12+).
11.30, **14.30, 17.50** События.
14.50 Город новостей.
18.10 **«ОПАСНЫЙ КРУИЗ». Х/ф.** (12+).
20.00 **«ЗАБЫТОЕ ПРЕСТУПЛЕНИЕ». Х/ф.** (12+).
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой.
23.10 «Александр Иванов. Горькая жизнь пересмешника». Д/ф. (12+).
0.10 **«НЕ ПОСЛАТЬ ЛИ НАМ... ГОНЦА?». Х/ф.** (12+).
2.00 **«ЖЕНЩИН ОБИЖАТЬ НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ». Х/ф.** (12+).
3.20 Петровка, 38 (16+).
3.35 **«БУДНИ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». Х/ф.** (12+).
5.00 «10 самых... Многодетные звездные папаши» (16+).
5.25 «Смех с доставкой на дом» (12+).

РОССИЯ К

6.30, **7.00, 7.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40** Новости культуры.
6.35 «Пешком...». Москва сегодняшняя.
7.05 «Правила жизни».
7.35 Черные дыры. Белые пятна.
8.15 Цвет времени. Уильям Тернер.
8.25 Легенды мирового кино. Валентина Караваева.
8.55 **«ТАЙНИК У КРАСНЫХ КАМНЕЙ». Х/ф.**
10.20 **«СТАНИЦА ДАЛЬНЯЯ». Х/ф.**
11.55 «Знамя и оркестр, вперед!..». Д/ф.
12.25, **22.15** **«ИДИОТ». Т/с.**
13.20 «Солнце и Земля. Вспышка». Д/ф.
13.50 Власть факта. «Темные века. Начало Европы».
14.30 «Я не боюсь, я музыкант». Д/с.
15.05 Письма из провинции. Лодейнопольский район.
15.35 «Энигма. Саша Вальц».
16.15 «Первые в мире». Документальный сериал. «Лампа Лодыгина».
16.30 **«СУРОВЫЕ КИЛОМЕТРЫ». Х/ф.**
18.05 Б.Барток. Дивертисмент для струнного оркестра. Митрополит Иларион.
18.45 «Билет в Большой».
19.45 «Смехоностальгия».
20.15 «Марек Хальтер. Сын Библии и Александра Дюма». Д/ф.
21.00 Красивая планета. «Испания. Исторический центр Кордовы».
21.15 Линия жизни. Александр Левенбук.
23.10 «Иосиф Бродский. Возвращение». Авторский проект Алексея Шишова и Елены Якович.
0.00 **«НЕ ЧУЖИЕ». Х/ф.** 16+.
1.20 «Серенгети». Д/ф.
2.20 «Пиф-паф, ой-ой-ой!». «Сундук». «Таракан». М/ф.
3.00 Перерыв в вещании.

ПЕТЕРБУРГ - 5 КАНАЛ

5.00, **9.00, 13.00** «Известия».
5.40, 17.45 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». Х/ф.** (16+).
18.45, 22.55 **«СЛЕД». Т/с.** (16+).
23.45 Светская хроника (16+).
0.45 **«СЛЕД. ЗАЙЧИК». Т/с.** (16+).
1.30, 4.50 **«ДЕТЕКТИВЫ». Т/с.** (16+).
5.00 Окончание эфира.

СУББОТА, 30.01

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

6.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота».
9.00 Умницы и умники (12+).
9.45 «Слово пастыря» (0+).
10.00, **12.00** Новости (с субтитрами).
10.15 Премьера. «Джентльмены удачи». Все оттенки Серого» (12+).
11.15, **12.20** «Видели видео?» (6+).
14.05 К 100-летию Арно Бабаджаняна. Премьера. «И неба было мало, и земли...» (12+).
15.00 Вечер музыки Арно Бабаджаняна (12+).
16.30 «Кто хочет стать миллионером?» с Дмитрием Дибровым (12+).
18.05 «Сегодня вечером» (16+).
21.00 «Время».
21.20 Премьера. «Сегодня вечером» (16+).
23.00 **«ПОСЛЕ СВАДЬБЫ». Х/ф.** (16+).
1.00 **«ОБЕЗЬЯНЬИ ПРОДЕЛКИ». Х/ф.** (12+).
2.35 «Модный приговор» (6+).
3.25 «Давай поженимся!» (16+).
4.05 «Мужское / Женское» До 5.00 (16+).

РОССИЯ 1 + ПЕНЗА

5.00 «Утро России. Суббота».
8.00 Вести. Местное время.
8.20 Местное время. Суббота.
8.35 «По секрету всему свету».
9.00 Всероссийский потребительский проект «Тест». (12+).
9.25 «Пятеро на одного».
10.10 «Сто к одному». Телеигра.
11.00 Вести.
11.15 Премьера. «Юмор! Юмор! Юмор!!!». (16+).
12.20 Премьера. «Доктор Мясников». Медицинская программа. (12+).
13.20 **«ГОРОД НЕВЕСТ». Т/с.** (12+).
18.00 «Привет, Андрей!». Вечернее шоу Андрея Малахова. (12+).
20.00 Вести в субботу.
21.00 **«СВОИ ЧУЖИЕ РОДНЫЕ». Х/ф.** (12+).
1.10 **«КАТИНО СЧАСТЬЕ». Х/ф.** (12+).

НТВ

4.40 «Чп. Расследование» /стерео/ (16+).
5.05 **«ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА ГЕНЕРАЛА». Х/ф.** (16+).
7.20 Смотр /стерео/ (0+).
8.00, **10.00, 16.00** Сегодня.
8.20 «Готовим с алексеем зиминым» / стерео/ (0+).
8.50 «Поедем, поедим!» /стерео/ (0+).
9.25 Едим дома /стерео/ (0+).
10.20 Главная дорога /стерео/ (16+).
11.00 «Живая еда с сергеем малоземовым» /стерео/ (12+).
12.00 Квартирный вопрос /стерео/ (0+).
13.00 «Секрет на миллион». Анастасия Мельникова /стерео/ (16+).
15.00 Своя игра /стерео/ (0+).
16.20 Следствие вели... /стерео/ (16+).
19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым /стерео/.
20.00 Ты не поверишь! /стерео/ (16+).
21.00 **«ПЁС». Т/с.** (16+).
23.30 «Международная пилорама» с Тиграном Кеосаяном /стерео/ (18+).
0.20 «Квартирник нтв у маргулиса». Друзья и Юлия Пересильд /стерео/ (16+).
1.50 «Дачный ответ» /стерео/ (0+).
2.50 **«ОТДЕЛ 44». Т/с.** (16+).

СТС

6.00, **5.50** Субтитры. «Ералаш» . Детский юмористический киножурнал (0+).
6.15 «Тролли. Праздник продолжается!». М/с. (6+).
7.00 «Три кота». М/с. (0+).
7.30 «Том и Джерри». М/с. (0+).
8.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». М/с. (6+).
8.25 «Шоу «Уральских пельменей» (16+).
9.00 «ПроСТО кухня» . Кулинарное шоу (12+).
10.00 **«ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». Х/ф.**16+).
12.35 Субтитры. «НОЧЬ В МУЗЕЕ» . Фантастическая комедия. США - Великобритания, . 2006 (12+).
14.45 Субтитры. «НОЧЬ В МУЗЕЕ-2» . Фантастическая комедия. США, . 2009 (12+).
16.55 Субтитры. «НОЧЬ В МУЗЕЕ. СЕКРЕТ ГРОБНИЦЫ» . Фантастическая комедия. Великобритания - США, . 2014 (6+).
18.55 «ФЕРДИНАНД». М/ф. (6+).
21.00 **«ВЕЛИКАЯ СТЕНА». Х/ф.**12+).
22.55 **«НОЙ». Т/с.** (12+).
1.40 **«ГРАВИТАЦИЯ». Х/ф.**12+).
3.05 **«ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». Т/с.** (12+).
5.05 «6 кадров» . Скетч-шоу (16+).
5.25 «Как грибы с горохом воевали». М/ф. (0+).
5.45 «Крылатый, мохнатый да масленый». М/ф. (0+).

11 КАНАЛ

6.00 «ПРОСНИСЬ И ПОЙ!» (16+).
9.00, **13.20, 16.15, 19.35** «Супермаркет» (12+).
9.10, **21.00** «От рассвета до заката» (12+).
9.40 «Свет православия» (12+).
9.50 «Наше здоровье» (16+).
10.35 «Женский стиль» (16+).
11.20 «Пенза Today» (16+).
11.55, **0.55** Праздник народного танца «А мы из Пензы» (12+).
13.30, **2.25** Кино на 11-м. Мария Миронова в мелодраме «ДЕДУШКА В ПОДАРОК» (12+).
14.55 «Тин-клуб» (12+).
15.25 «Пенза в лицах» (12+).
15.35 «Занимайтесь с Алексеем Нетесановым!» (16+).
15.45 «На берегу Суры» (12+).
16.25 Сериал на 11-м. «МЕГРЭ» (16+).
18.00, **20.30, 0.45** «НАШИ НОВОСТИ» (16+).
18.30 «Территория добрых дел» (12+).
18.45, **19.45, 3.50** «Империя иллюзий. Братья Сафроновы» (16+).
21.30 Кино на 11-м. Николас Кейдж в триллере «МЕРЗЛАЯ ЗЕМЛЯ» (16+).
23.10 Кино на 11-м. Стив Мартин в фэнтези «ЛОС-АНДЖЕЛЕССКАЯ ИСТОРИЯ» (16+).
5.25 М/ф (12+).

ТВ-ЦЕНТР

6.00 **«БЕЗ СРОКА ДАВНОСТИ». Х/ф.** (12+).
7.50 Православная энциклопедия (6+).
8.20 **«СОБОР ПАРИЖСКОЙ БОГОМАТЕРИ». Х/ф.** (0+).
10.50, **11.45** **«СУЕТА СУЕТ». Х/ф.** (6+).
11.30, **14.30, 23.45** События.
12.50, **14.45** **«УРОКИ СЧАСТЬЯ». Х/ф.** (12+).
16.55 **«ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ». Х/ф.** (12+).
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым.
22.15 «Право знать!» Ток-шоу (16+).
0.00 «Прощание. Япончик» (16+).
0.50 «Дикие деньги. Баба Шура» (16+).
1.30 «Год под знаком короны». Специальный репортаж (16+).
2.00 Линия защиты (16+).
2.25 «Хроники московского быта. Когда женщина пьет» (12+).
3.05 «Хроники московского быта. Смерть со второго дубля» (12+).
3.50 «Хроники московского быта. Брак по расчету» (12+).
4.30 «Хроники московского быта. Одинокая старость звезд» (12+).
5.10 «Осторожно, мошенники! Зверский бизнес» (16+).

РОССИЯ К

6.30 Илья Эренбург «Молитва о России» в программе «Библейский сюжет».
7.05 «Молодильные яблоки». «Малыш и Карлсон». «Карлсон вернулся». М/ф.
8.05 **«СУРОВЫЕ КИЛОМЕТРЫ». Х/ф.**
9.35 «Неизвестная». Документальный сериал. «Роберт Фальк. Обнаженная в кресле».
10.05 **«ВРЕМЯ ОТДЫХА С СУББОТЫ ДО ПОНЕДЕЛЬНИКА». Х/ф.**
11.30 «Владислав Стржельчик. Его звали Стриж». Д/ф.
12.10 Земля людей. «Русскоустьинцы. Под солнцем Арктики».
12.40, **1.40** «Серенгети». Д/ф.
13.40 «Русь». Д/с.
14.10 Всероссийский конкурс молодых композиторов «Партитура». Финал.
16.35 **«СЫН». Х/ф.**
18.05 Больше, чем любовь. Юрий Визбор и Ада Якушева.
18.45 «Кавказская пленница». Это же вам не лезгинка, а твист!». Д/ф.
19.25 «Говорящие коты и другие химеры». Д/ф.
20.05 **«КОРОЛЬ ГОВОРИТ». Х/ф.**
22.00 «Агора». Ток-шоу с Михаилом Швыдким.
23.00 Клуб 37.
0.00 **«ДЖЕЙН ЭЙР». Х/ф.**
2.40 «Королевская игра». М/ф.
3.00 Перерыв в вещании.

ПЕТЕРБУРГ - 5 КАНАЛ

5.00, 8.20 **«ДЕТЕКТИВЫ». Т/с.** (16+).
9.00 Светская хроника Развлекательная программа (16+).
10.00, 12.25 **«СВОИ-3». Х/ф.** (16+).
13.20, 23.10 **«СЛЕД». Т/с.** (16+).
0.00 «Известия. Главное» Информационно-аналитическая программа.
0.55, 4.10 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». Х/ф.** (16+).
5.00 Окончание эфира.

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 31.01

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00 **«ЛИЧНЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». Т/с.** (16+).
6.00 Новости.
6.10 «Личные обстоятельства» (16+).
6.55 «Играй, гармонь любимая!» (12+).
7.40 «Часовой» (12+).
8.10 «Здоровье» (16+).
9.20 «Непутевые заметки» с Дм. Крыловым (12+).
10.00, **12.00** Новости (с субтитрами).
10.15 Жанна Бадоева в проекте-путешествии «Жизнь других» (12+).
11.15, **12.20** «Видели видео?» (6+).
14.10 «Ледниковый период» (0+).
17.25 Премьера. «Я почти знаменит» (12+).
19.25 Шоу Максима Галкина «Лучше всех!» Новый сезон (0+).
21.00 «Время».
21.50 Концерт (12+).
23.00 Премьера сезона. «Метод 2» (18+).
0.00 **«ОБЫКНОВЕННЫЙ ФАШИЗМ». Х/ф.** (16+).
2.20 «Модный приговор» (6+).
3.10 «Давай поженимся!» (16+).
3.50 «Мужское / Женское» До 4.57 (16+).

РОССИЯ 1 + ПЕНЗА

4.25, **1.30** **«ТОЛЬКО ЛЮБОВЬ». Х/ф.** (12+).
6.00, **3.10** **«ДВА БИЛЕТА В ВЕНЕЦИЮ». Х/ф.** (12+).
8.00 Местное время. Воскресенье.
8.35 «Устами младенца».
9.20 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым».
10.10 «Сто к одному». Телеигра.
11.00 Премьера. «Большая переделка».
12.00 Премьера. «Парад юмора». (16+).
13.20 **«ГОРОД НЕВЕСТ». Т/с.** (12+).
17.45 Премьера. «Танцы со Звездами». Новый сезон. (12+).
20.00 Вести недели.
22.00 Москва. Кремль. Путин.
22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+).

НТВ

5.00 **«ВЗЛОМ». Х/ф.** (16+).
7.00 «Центральное телевидение» / стерео/ (16+).
8.00, **10.00, 16.00** Сегодня.
8.20 «У нас выигрывают!» Лотерейное шоу /стерео/ (12+).
10.20 «Первая передача» /стерео/ (16+).
11.00 «Чудо техники» /стерео/ (12+).
11.50 «Дачный ответ» /стерео/ (0+).
13.00 «Нашпотребнадзор» /стерео/ (16+).
14.05 «Однажды...» /стерео/ (16+).
15.00 Своя игра /стерео/ (0+).
16.20 Следствие вели... /стерео/ (16+).
18.00 «Новые русские сенсации» / стерео/ (16+).
19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой.
20.10 «Звезды сошлись» /стерео/ (16+).
21.40 «Основано на реальных событиях» /стерео/ (16+).
0.50 Премьера. «Скелет в шкафу» / стерео/ (16+).
3.35 **«ОТДЕЛ 44». Т/с.** (16+).

СТС

6.00, **5.45** Субтитры. «Ералаш» . Детский юмористический киножурнал (0+).
6.15 «Тролли. Праздник продолжается!». М/с. (6+).
7.00 «Три кота». М/с. (0+).
7.30 «Царевны». М/с. (0+).
7.55 «Шоу «Уральских пельменей» (16+).
8.35 **«ЗВЁЗДНЫЙ ПУТЬ». Х/ф.**16+).
11.05 **«СТАРТРЕК. ВОЗМЕЗДИЕ». Х/ф.**12+).
13.40 **«СТАРТРЕК. БЕСКОНЕЧНОСТЬ». Х/ф.**16+).
16.05 **«ВЕЛИКАЯ СТЕНА». Х/ф.**12+).
18.05 **«ДЕНЬ НЕЗАВИСИМОСТИ». Х/ф.**12+).
21.00 **«ДЕНЬ НЕЗАВИСИМОСТИ. ВОЗРОЖДЕНИЕ». Х/ф.**12+).
23.20 «ГЛУБОКОЕ СИНЕЕ МОРЕ» . Научно-фантастический фильм ужасов. США - Мексика, . 1999 Премьера (16+).
1.20 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ» . Комедия. США, . 2016 (18+).
3.00 **«ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». Т/с.** (12+).
5.00 «6 кадров» . Скетч-шоу (16+).
5.20 «Метеор на ринге». М/ф. (0+).
5.40 «Полкан и шавка». М/ф. (0+).

11 КАНАЛ

6.00 «ПРОСНИСЬ И ПОЙ!» (16+).
9.00, **14.00, 15.45, 19.50** «Супермаркет» (12+).
9.10, **21.00** «От рассвета до заката» (12+).
9.40 «Занимайтесь с Алексеем Нетесановым!» (16+).
9.50 «Тин-клуб» (12+).
10.20 «Наша дача» (12+).
11.05 «Клуб Фигаро» (16+).
11.50, **0.40** Семейное кино на 11-м. «БЕГУЩАЯ ПО ВОЛНАМ» (12+).
14.10, **5.20** М/ф (12+).
14.25 «Отличная работа» (16+).
14.55, **2.50** «Обратный отсчет. Год 1988» (16+).
15.20 «Свет православия» (12+).
15.30 «Территория добрых дел» (12+).
15.55 Кино на 11-м. Нина Ургант в драме «Я РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА» (16+).
17.25 «Пенза Today» (16+).
18.00 «НАШИ НОВОСТИ». Информационно-аналитическая программа (16+).
18.45 «На берегу Суры» (12+).
19.15, **20.00** Концертная программа эстрадно-джазового ансамбля «Экспресс band» (12+).
20.50 «Пенза в лицах» (12+).
21.30 Кино на 11-м. Майк Майерс в комедии «ОСТИН ПАУЭРС. ЧЕЛОВЕК-ЗАГАДКА МЕЖДУНАРОДНОГО МАСШТАБА» (16+).
23.00 Кино на 11-м. Дастин Хоффман в комедии «ВЗЛОМЩИКИ СЕРДЕЦ» (16+).
3.15 Кино на 11-м. Николас Кейдж в триллере «МЕРЗЛАЯ ЗЕМЛЯ» (16+).
4.55 «Живые символы планеты» (16+).

ТВ-ЦЕНТР

5.40 **«СЕМЬ НЕВЕСТ ЕФРЕЙТОРА ЗБРУЕВА». Х/ф.** (12+).
7.30 «Фактор жизни» (12+).
7.55 **«ЖЕНЩИН ОБИЖАТЬ НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ». Х/ф.** (12+).
9.45 «Вера Глаголева. Ушедшая в небеса». Д/ф. (12+).
10.40 «Спасите, я не умею готовить!» (12+).
11.30, **0.15** События.
11.45 **«ЧЕРНЫЙ ПРИНЦ». Х/ф.** (6+).
13.45 «Смех с доставкой на дом» (12+).
14.30 Московская неделя.
15.05 «Прощание. Им не будет 40» (16+).
16.00 «90-е. Горько!» (16+).
16.50 «Валентина Толкунова. Соломенная вдова». Д/ф. (16+).
17.40 **«ПОРТРЕТ ЛЮБИМОГО». Х/ф.** (12+).
21.30 **«ОПАСНОЕ ЗАБЛУЖДЕНИЕ». Х/ф.** (12+).
0.30 «ОПАСНОЕ ЗАБЛУЖДЕНИЕ». Продолжение детектива (12+).
1.25 Петровка, 38 (16+).
1.35 **«ЗАБЫТОЕ ПРЕСТУПЛЕНИЕ». Х/ф.** (12+).
3.05 **«ОПАСНЫЙ КРУИЗ». Х/ф.** (12+).
4.35 «Олег и Лев Борисовы. В тени родного брата». Д/ф. (12+).
5.30 Московская неделя (12+).

РОССИЯ К

6.30 «Маугли». Мультфильм.
8.15 **«СЫН». Х/ф.**
9.40 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфировым».
10.10 **«КОРОЛЬ ГОВОРИТ». Х/ф.**
12.00 Цвет времени. Надя Рушева.
12.10 Письма из провинции. Лодейнопольский район.
12.40 «Серенгети». Д/ф.
13.40 «Другие Романовы». «Венец для королевны».
14.10 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным. «Алексей Ремизов. «Огонь вещей».
14.50 «Первые в мире». Документальный сериал. «Боевая ракета Засядко».
15.05, **0.05** **«ПИСТОЛЕТ «ПИТОН 357». Х/ф.** 16+.
17.10 «Неразрешимые противоречия Марио Ланца». Д/ф.
18.05 «Пешком...». Театр Образцова.
18.35 «Романтика романса».
19.30 Новости культуры. с Владиславом Флярковским.
20.10 **«ВРЕМЯ ОТДЫХА С СУББОТЫ ДО ПОНЕДЕЛЬНИКА». Х/ф.**
21.35 Ильдар Абдразаков, Вероника Джиоева, Клаудио Сгура, Лучано Ганчи в концерте «Верди-гала».
23.25 «Кинескоп» с Петром Шепотинником. «Российское кино. Международные премьеры».
2.10 Искатели. «Дракон Голубых озер».
3.00 Перерыв в вещании.

ПЕТЕРБУРГ - 5 КАНАЛ

5.00, 7.15 **«ПЯТНИЦКИЙ». Х/ф.** (16+).
8.05, 10.50 «Последний день»(16+).
11.45, **12.40, 13.40, 14.40, 0.05, 1.00, 2.00, 2.45** **«НАСТАВНИК». Х/ф.** (16+).
15.40, **16.40, 17.40, 18.45, 19.55, 21.00, 22.00, 23.05** **«НЮХАЧ». Х/ф.** (16+).
3.25, 4.15 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-8». Х/ф.** (16+).
5.00 Окончание эфира.

«ДОМАШНИЙ»

ПОНЕДЕЛЬНИК, 25.01

6.30, **6.15** «6 кадров» . Скетч-шоу (16+).
6.50 Субтитры. «По делам несовершеннолетних» . Судебное шоу (16+).
7.55 Субтитры. «Давай разведемся!» . Премьерная серия. Судебное шоу (16+).
9.05, **4.15** «Тест на отцовство» . Судебное шоу (16+).
11.15 «Реальная мистика». «Фонтан счастья» . Докудрама (16+).
12.25, **2.30** «Понять. Простить» . Докудрама (16+).
13.30 «Порча» . Премьерная серия. Докудрама (16+).
14.00, **2.05** «Знахарка» . Докудрама (16+).
14.35, **19.00** **«ЦЫГАНКА». Х/ф.**(16+).
23.30 **«ПОДКИДЫШИ». Х/ф.**(16+).
1.35 «Порча» . Докудрама (16+).
3.20 «Реальная мистика» . Докудрама (16+).
5.50 «Домашняя кухня» . Кулинарное шоу (16+).

ВТОРНИК, 26.01

6.30 Субтитры. «По делам несовершеннолетних» . Судебное шоу (16+).
8.00 Субтитры. «Давай разведемся!» . Премьерная серия. Судебное шоу (16+).
9.10, **4.10** «Тест на отцовство» . Судебное шоу (16+).
11.20 «Реальная мистика». «Демонический хапун» . Докудрама (16+).
12.25 «Понять. Простить» . Премьерные серии. Докудрама (16+).
13.30 «Порча» . Премьерная серия. Докудрама (16+).
14.00, **2.05** «Знахарка» . Докудрама (16+).
14.35, **19.00** **«ЦЫГАНКА». Х/ф.**(16+).
23.30 **«ПОДКИДЫШИ». Х/ф.**(16+).
1.35 «Порча» . Докудрама (16+).
2.30 «Понять. Простить» . Докудрама (16+).
3.20 «Реальная мистика» . Докудрама (16+).
5.50 Субтитры. «Домашняя кухня» . Кулинарное шоу (16+).
6.15 «6 кадров» . Скетч-шоу (16+).

СРЕДА, 27.01

6.30, **5.30** Субтитры. «По делам несовершеннолетних» . Судебное шоу (16+).
8.05 Субтитры. «Давай разведемся!» . Премьерная серия. Судебное шоу (16+).
9.15, **3.50** «Тест на отцовство» . Судебное шоу (16+).
11.25 «Реальная мистика». «Вверх тормашками» . Докудрама (16+).
12.25 «Понять. Простить» . Премьерные серии. Докудрама (16+).
13.30 «Порча» . Премьерная серия. Докудрама (16+).
14.00, **1.40** «Знахарка» . Докудрама (16+).
14.35 **«ЦЫГАНКА». Х/ф.**(16+).
19.00 **«КЛЕВЕР ЖЕЛАНИЙ». Х/ф.** (16+).
23.05 **«ПОДКИДЫШИ». Х/ф.**(16+).
1.10 «Порча» . Докудрама (16+).
2.10 «Понять. Простить» . Докудрама (16+).
3.05 «Реальная мистика» . Докудрама (16+).
6.20 «6 кадров» . Скетч-шоу (16+).

ЧЕТВЕРГ, 28.01

6.30, **5.35** Субтитры. «По делам несовершеннолетних» . Судебное шоу (16+).
8.25 Субтитры. «Давай разведемся!» . Премьерная серия. Судебное шоу (16+).
9.35, **3.55** «Тест на отцовство» . Судебное шоу (16+).
11.45 «Реальная мистика». «Не греши, а то замолчишь» . Докудрама (16+).
12.50 «Понять. Простить» . Премьерные серии. Докудрама (16+).
13.55 «Порча» . Премьерная серия. Докудрама (16+).
14.25, **1.40** «Знахарка» . Докудрама (16+).
15.00 «ЛЮБОВЬ В РОЗЫСКЕ» . Россия, . 2015 г. (16+).
19.00 **«О ЧЁМ НЕ РАССКАЖЕТ РЕКА». Х/ф.**(16+).
23.05 **«ПОДКИДЫШИ». Х/ф.**(16+).
1.10 «Порча» . Докудрама (16+).
2.10 «Понять. Простить» . Докудрама (16+).
3.05 «Реальная мистика» . Докудрама (16+).
6.25 «6 кадров» . Скетч-шоу (16+).

ПЯТНИЦА, 29.01

6.30, **6.25** «6 кадров» . Скетч-шоу (16+).
6.35, **4.45** Субтитры. «По делам несовершеннолетних» . Судебное шоу (16+).
8.10 Субтитры. «Давай разведемся!» . Премьерная серия. Судебное шоу (16+).
9.20, **3.05** «Тест на отцовство» . Судебное шоу (16+).
11.30 «Реальная мистика». «Сияющая секретарша» . Докудрама (16+).
12.40 «Понять. Простить» . Премьерные серии. Докудрама (16+).
13.45 «Порча» . Премьерная серия. Докудрама (16+).
14.15, **1.40** «Знахарка» . Докудрама (16+).
14.50 **«ЖЁНЫ НА ТРОПЕ ВОЙНЫ». Х/ф.**(16+).
19.00 **«БУДЬ ЧТО БУДЕТ». Х/ф.**(16+).
23.05 **«БЕБИ-БУМ». Х/ф.**(16+).
1.10 «Порча» . Докудрама (16+).
2.10 «Понять. Простить» . Докудрама (16+).
5.35 Субтитры. «Давай разведемся!» . Судебное шоу (16+).

СУББОТА , 30.01

6.30 «6 кадров» . Скетч-шоу (16+).
6.35 **«КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». Х/ф.** (16+).
8.45 **«ПРИЕЗЖАЯ». «МОСФИЛЬМ». Х/ф.**
10.50, **1.55** **«ВСЁ К ЛУЧШЕМУ». Х/ф.** (16+).
14.45 **«ВСЁ К ЛУЧШЕМУ 2». Х/ф.**(16+).
19.00 **«ЛЮБОВЬ ПРОТИВ СУДЬБЫ». Х/ф.**(16+).
22.05 **«ЛЮБОВЬ В РОЗЫСКЕ». Х/ф.** (16+).
4.55 Субтитры. «Знать будущее. Жизнь после Ванги» . Докудрама (16+).

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 31.01

6.30, **6.25** «6 кадров» . Скетч-шоу (16+).
7.00 «Пять ужинов» . Кулинарное шоу (16+).
7.15 «БЕБИ-БУМ» (16+).
9.15 **«БЕЗОТЦОВЩИНА». «МОСФИЛЬМ». Х/ф.**
11.10 **«О ЧЁМ НЕ РАССКАЖЕТ РЕКА». Х/ф.**(16+).
15.05 **«БУДЬ ЧТО БУДЕТ». Х/ф.**(16+).
19.00 **«ЛЮБОВЬ ПРОТИВ СУДЬБЫ». Х/ф.**(16+).
22.30 **«ЖЁНЫ НА ТРОПЕ ВОЙНЫ». Х/ф.**(16+).
2.25 **«ВСЁ К ЛУЧШЕМУ 2». Х/ф.**(16+).
5.35 Субтитры. «Знать будущее. Жизнь после Ванги» . Докудрама (16+).

Искра Божия

Шажки в Царство Небесное

Актер и музыкант Петр Мамонов рассказывает о себе честно, искренне и иронично.

Меня часто спрашивают: «Петр Николаевич, как спастись?» Но я никакой не поучающий… Как говорит мой любимый святой Исаак Сирин: **«Мудрость, неоправданная деятельностью, — залог стыда».** Здесь речь идет о том, что говорить с кем-то можно только из того, что удалось сделать самому… с помощью Божьей, конечно.

Когда-то я впервые начал читать Евангелие, а точнее, о возвращении блудного сына… Помните, на картине Рембрандта он обхватил колени отца?.. Вот из этой позы я могу с вами разговаривать, только из позы человека, который к отцу пришел, обхватив его ноги. И плачет, и просит… Старое осталось позади.

Вы, наверное, думаете, что я сейчас вам про духовный путь расскажу. И мы во всем разберемся. Ничего я вам не скажу. Я один из вас. Я живу, и жизнь каждый день предлагает очень странные, страшные обстоятельства. Жить вообще трудно. И каждому в свою меру даются спасительные случаи, преодолевая которые, мы идем по пути духовной жизни. Нам всем надо помнить, что Отец, который Бог, нам каждому хочет только добра.

У меня двоюродный брат всю жизнь был строителем. Большой бизнес, большие деньги, с охранником ходил. У него все отняли: и дом, и машину, и мотоцикл, и велосипед. Без веры тут как бы и делать нечего. Но мы с ним думаем, что Бог дает нам наилучшие обстоятельства для спасения. Стали чаще с ним видеться, разговариваем. Вы знаете, он все это мужественно и спокойно переносит.

Кто-то обидел, кто-то не заметил, кто-то ударил… Как мой любимый отец Дмитрий (Смирнов) говорил: **«А если из храма вышел и прямо по лицу мокрой половой грязной тряпкой получил. И тут все наше христианское смирение, наше добро и полезет…»** Мы же на самом деле не можем ничего.

Наша вера и христианство, и этот путь — это не что-то такое где-то там, это наша жизнь каждую секунду, каждую минуту. Приходится голову включать и жить. И очень ответственно и напряженно следить за каждым своим словом, за каждой мыслью, чувством, не говоря уже о делах. Сначала удается не делать дела плохие, потом не говорить слова плохие. С мыслями и чувствами — похуже будет.

Как обиду простить? Как с ней быть? Исцеляет, обиду из сердца изгоняет только Бог своей благодатью, духом святым. А благодать приходит только в смиренное сердце. А без смирительных случаев человек не смиряется. Поэтому надо Бога просить о том, чтобы дал возможность увидеть: а ты сам-то какой?

Лежишь перед сном, со всех сторон — ночь. И ты с Богом наедине. И если личные отношения с Богом завязаны — происходит наша христианская жизнь. Только личные отношения с Богом. Никакие свечки, никакие Афоны, никакой Иерусалим… С его камнями.

Как говорил митрополит Антоний Сурожский: **«Крест — это незащищенность и риск».** Вот мы все такие умные, крутые, продвинутые… Незащищенность и риск. Давайте рискнем жить, как он жил. И что тогда будет? Царствие Небесное. Вот о чем речь. Вот наша суть. Вот я и думаю: «Это будет круто! Я хочу туда!»

«Сердце отдай мне сыне», — сказал Господь. А остальное он все управит. Только все сердце. Целиком. По-честному.

Нам надо знать, что все плохие мысли — они не наши. Они бесовские. Наше — только хорошее. Когда я это вычитал, интересно мне стало. Оказывается, я — хороший?!! Себя-то надо любить. Вот этого себя хорошего, изначально задуманного. А вот все эти мысли жадные, блудные — это не я. Это чужие. Пошли прочь!

Вопрос только один — зачем? Зачем я сюда приехал? Зачем я с вами разговариваю? Зачем я это сказал? Зачем?

Еще один вопрос: от того, что я этот день прожил на этой земле, кому-нибудь лучше стало? Если нет, то для Царства Небесного — мимо. Хотя ты все сделал по плану, все успел. Но… Извини. Мимо.

Тарелку помой за собой, пока мама тебе еще не сказала. И все! Молодец! Комариными шажками в Царствие Небесное. Но каждый день. Но постоянно. По чуть-чуть. Не надо много. Переломимся иначе.

Антоний Великий говорил, что спасутся люди нашего времени, когда уже не будет ни подвигов, ни для этого сил. Чем же мы спасемся? Безропотным терпением скорбей. То есть те обстоятельства жизни, которые вокруг каждого из нас, переносить надо без ропота.

То есть, зная, что Отец Небесный дает нам только те ситуации, которые нам полезны. Он любит нас безмерно.

Необычное желание

Как-то накануне Нового года учительница предложила своим третьеклашкам написать о том, что хотели бы они попросить у Деда Мороза.

Придя домой, села проверять детские сочинения. И одно из них очень расстроило ее. Она несколько раз перечитывала выведенное старательным детским почерком письмо с просьбой о чуде. В комнату вошел муж.

— Что случилось, дорогая, чем ты так встревожена?

— Вот, прочти, пожалуйста, — и она протянула мужу тетрадку.

«Дедушка Мороз, я не буду просить у тебя многого. Всего лишь исполни мою просьбу. Сделай меня хоть ненадолго телевизором. Я очень хочу, чтобы родные по вечерам собирались вместе и выслушивали меня, не перебивая. Чтобы папа, вернувшись после работы, спрашивал у меня о том, что же в жизни произошло нового. А мама, когда ей грустно, приходила ко мне. Чтобы мне радовались как новому телевизору, который теперь в нашей квартире занимает почти всю стену. Я бы подвинулся, чтобы нашлось место и для елочки. Я так хочу хоть немного пожить жизнью любого телевизора!»

— Бедный ребенок… И, послушай, есть же такие родители, — возмущался муж учительницы.

Жена подняла на него полные слез глаза:

– Дорогой, это написал наш сын...

Подготовил В. НИКОЛАЕВ.

ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

КУПЛЮ

● Чешские, румынские книжные полки, книжные шкафы, стул для пианино. Старинную мебель. Тел.: 72-11-22, 8-902-354-11-22.

● Сломанные наручные часы до 1994 г/в: «Луч», «Заря», «Чайка», «Полет», «Ракета», «Восток», «Победа», «Слава», «Сигнал», «Амфибия», «Штурманские», «Ориент». Настольные часы: «Златоустовские», «Агат» («Молния», корпус — камень), «Весна», «Владимир», ОЧЗ с боем. Напольные часы «Янтарь». Будильники «Пионер», «Дружба». Авиационные и каютные часы. Часы «Ключ», «Барабан», «Кукушка», песочные часы. Старинные карманные, настенные.

● Секундомер «Слава», шагомеры, силомеры, метрономы.

● Барометры. Старинные термометры, компасы.

● Фотоаппараты, бинокли, зрительные трубы, микроскопы.

● Граммофоны, патефоны. Радиоприемники, радиолы: «Звезда», «Ригонда», «Фестиваль», «Мелодия», «Серенада», «Кантата», «Урал», «Воронеж», «Рига», «Москвич», «Дорожный», «Искра», «Огонек», «Новь», «Спидола», «Романтик», «Волна», «Океан» и др.

● Телефоны до 1975 г/в: настольные, настенные, корабельные, концентраторы.

● Советские пивные кружки, зажигалки, трубки, портсигары, сигаретницы, магнитные шашки, шахматы, домино, пятнашки.

● Дорого покупаем любые статуэтки, бюсты (люди, животные) до 1992 г/в из керамики и металла. Каслинское и Кусинское чугунное литье. Орла (большого) из дерева.

● Картины, настенные тарелки, интересные вазы, декоративные самовары, чайницы, подстаканники, столовые приборы из мельхиора. Шкатулки, брошки, запонки, украшения, пудреницы.

● Чучело крокодила, ракушки, кораллы, минералы. Бивень мамонта, моржа, челюсти акулы, ус кита, рога.

● Африканские статуэтки из дерева.

● Масштабные модели-копии автомобилей, военной техники, кораблей, самолетов. Солдатики.

● Старинные фотографии с изображением военных, церковных служителей, а также любые интересные фото.

● Старинные колокольчики, монеты, марки, открытки, альбомы, рамки, книги, глобус, пенсне, лупы, чернильницы, настольные календари, подсвечники, лампы (керосиновые, электрические), лампады, иконы деревянные и металлические, кресты, ступки, чайники, мебель. Охотничий рожок.

● Награды, документы, благодарности, грамоты, письма с фронта, конверты. Царские и иностранные награды, военные и трофейные вещи. Значки МВД, пожарных, железнодорожников, пограничников, моряков, летчиков. Значки за окончание военных училищ, академий, школ милиции, институтов, университетов, Суворовского и Нахимовского училищ, школьные медали. Значки ударников и отличников социалистического соревнования. Спортивные значки, медали, кубки. Значки медицинские, за достижения в науке и искусстве. Настольные памятные медали, вымпелы, знамена. Пионерский горн, барабан, скрипку.

Тел.: 72-11-22, 8-902-354-11-22. Пензенский автовокзал, 2-й этаж, магазин «Скупка старинных вещей», с 9.30 до 16.00. Без выходных. Добро пожаловать!

Дореволюционную мебель, книги, иконы, самовар, колокол, статуэтки, бюсты, сервиз, хрусталь, мельхиор, модельки авто, куклы, микроскоп, бинокль, фотоаппараты, фотообъективы, подзорную трубу, прицел, часы, барометр, значки, марки, грамоты, портсигар, перочинные ножи, шкатулки, швейную машинку, оверлок, тиски, наковальню, гантели, веломототехнику, бутыли, баки, четверти. Радиоаппаратуру, патефон, гитару, балалайку, гармонь, офицерские сапоги, портупею, саперную лопатку, старинную военную форму. Вещи привезенные с ВОВ и многое другое. Адрес: г. Пенза, ул. Гладкова, 9 (магазин «Барахолка»). Тел.: 8-937-442-40-31, 8-902-203-92-20, 70-92-20.

ПРОДАЮ

Матрасы от производителя пружинные, ортопедические, двусторонней мягкости, любого размера и наполнения. Кровати. Наматрасники, подушки, одеяла. Ул. Буровая, 20, остановка «Сурский мост». Тел.: 8-909-315-06-25, 8-927-367-36-36.

МЕДИЦИНСКИЕ УСЛУГИ

Анонимный наркологический центр «Шанс» (ул. Сурская, 19). Выведение из запоя на дому и в медкабинете. Все виды кодирования, раскодирования. Анонимно. Круглосуточно. Противопоказаний для лечения алкоголизма нет. Лиц. ЛО5801000737. Тел.: 30-52-22, +7-903-323-52-22, 76-32-22, 94-76-06.

Анонимный наркологический центр. Выведение из запоя на дому и в медкабинете. Кодирование. Ежедневно. Имеются противопоказания. www.нарколог-пенза.рф. Лиц. ЛО-58-01-000737. Тел.: 73-70-26, 8-902-343-70-26,8-927-388-84-26.

УСЛУГИ

Срочный ремонт стиральных машин на дому или в нашем сервис-центре на Пушкина 11. Цены как у частников, но официальная гарантия! Пенсионерам скидки. Тел. 8-900-318-62-32.

Срочный ремонт обычных, ЖК и плазменных телевизоров, мониторов и компьютеров. Подключение приставок цифрового телевидения. Тел.: 72-21-33, 73-25-56, 8-960-326-99-07.

Ремонт ТВ всех марок, установка антенн и цифровых приставок. Тел.: 70-73-85, 8-902-203-73-85.

Ремонт холодильников на дому. Выполняем ремонт любой сложности. Запчасти от производителя. Свой магазин. Запчасти для холодильников. Выезд в область. Без выходных. Тел.: 70-41-41, 39-16-51.

Недорого. Благоустройство мест захоронений бордюрным камнем, тротуарной плиткой, гранитной и мраморной крошкой, чернозем. Ограды, столы, лавки, установка памятников. Тел.: 8-908-538-91-99 Альберт, 8-967-447-20-27 Алексей.

Ремонт стиральных машин. Выезд в район. Быстро, качественно, недорого. Гарантия. Пенсионерам — скидки. Тел. 8-987-514-56-40. Владимир.

ВНИМАНИЕ! Стоимость одного объявления до 15 слов — 100 руб., Объявления в рубриках «Услуги», «Работа», а также на коммерческой основе до 25 слов — 200 руб.

Оплатить публикацию объявления горожане могут в нашей редакции, жители области — внести плату в отделениях Сбербанка на наш расчетный счет **40601810956553000001 в Отделении Пенза г. Пензы, ИНН 5836682556/583601001, БИК 045655001. Получатель: Министерство финансов Пензенской области (ГАУ ПО «Редакция газеты «Наша Пенза», л/сч. 835019913).** Только не забудьте, пожалуйста, в конверт с текстом объявления вложить квитанцию об оплате.

Главный редактор О.В. СЕМЕНЕЕВА.
Учредитель — Департамент информационной политики и средств массовой информации Пензенской области.

Адрес редакции (издателя) 440600, Пенза, ул. Кирова, 65/2.
52-01-82, e-mail: nashapenza@mail.ru отдел рекламы — 52-43-81 (+факс).

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Пензенской области Свид. ПИ № ТУ 58-00235 от 23.12.2014 г.

Позиции редакции и авторов публикаций могут не совпадать

Рекламодатели несут полную ответственность за содержание объявлений.

Рукописи и фотографии не рецензируются и не возвращаются.

20.01.2021 г. № 3 (1089)

Перепечатка и использование материалов без письменного согласия редакции не допускаются, ссылка на «Беседку» обязательна.

Объем 2 п. л. Печать офсетная. Цена свободная.

Тираж 19.000 экз. Индекс П5041

16+

Газета набрана и сверстана в компьютерном центре редакции. Отпечатана в ОАО «ИПК «Пензенская Правда», 440026, г. Пенза, ул. К. Маркса, 16.

Заказ № 1136. Подписано в печать 18.01.2021 г. Время подписания: по графику — 01.00, фактически — в 01.00.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14

Домашний доктор

«Хрупкий» возраст

Возраст не придает нам особой прыти и подвижности. С каждым годом мы теряем свою физическую активность и все чаще замечаем, что болит спина, ломят кости.

Если вам больше пятидесяти лет и у вас часто появляются боли в спине, к тому же они напоминают о себе во время ходьбы или долгого стояния, то советуем обратиться к эндокринологу. Боль в спине — это, возможно, один из признаков остеопороза, болезни, при которой кости человека начинают терять кальций, становясь хрупкими и ломкими. При сильном дефиците кальция в организме наблюдаются также судороги в ногах, ломкость и слоение ногтей, прогрессирует сутулость, появляется общая ноющая боль в костях, причем в состоянии покоя, слабость поясничного отдела позвоночника (присев на корточки, например, трудно разогнуться).

Самое страшное последствие дефицита кальция — перелом шейки бедра, компрессионный или множественные переломы позвоночника, приводящие к инвалидности. Если перелом шейки бедра случается в 70 лет, 30 процентов людей погибает в течение первых 6 месяцев после травмы. У них кроме перелома развивается пневмония, тромбозы, к таким больным цепляются всевозможные инфекции, и человек перестает сопротивляться болезни. 30 процентам удается побороть ее, если проходят через процедуру эндопротезирования (поломанный сустав заменяют на искусственный), а 40 процентов остаются прикованными к постели.

Специалисты нередко называют остеопороз педиатрической болезнью, проявляющейся… в пожилом возрасте. Запас кальция в организме человека накапливается до 20 — 25 лет, а потом только расходуется. То есть ранний остеопороз случается с теми, кто в детстве много болел и плохо питался. А если это характерно и для старости, подобных людей можно смело называть «стеклянными». Такому человеку бывает достаточно сильно чихнуть, чтобы случился тяжелый перелом.

Для предупреждения остеопороза ВОЗ рекомендует ежедневное использование молочных продуктов в количестве трех доз. Например, 1-я доза — 100 г творога, 2-я — стакан молока, 3-я — стакан кефира или йогурта. Чтобы правильно ориентироваться, на что следует делать упор в ежедневном питании, специалистами разработаны таблицы продуктов с высоким содержанием кальция. Насыщены этим микроэлементом творог, брынза, сыр «Сулугуни». Специалисты рекомендуют для восполнения недостатка кальция чаще налегать на рыбные консервы вместе с костями, вяленую рыбу, петрушку, куриные яйца, орехи.

Кстати, каждый из нас поразному усваивает этот микроэлемент. Например, ребенок, съев молочный продукт, поставит своему организму 50 процентов кальция, здоровый взрослый — 30, а если у человека проблемы с желудочно-кишечным трактом или он страдает мочекаменной болезнью — всего 12 процентов.

Впрочем, для того чтобы этот минерал остался в костях, мало просто есть перечисленные продукты, усвоению кальция должен помочь витамин D3. На помощь могут прийти специальные препараты с кальцием, к которым следует относиться как к лекарству и принимать их по назначению врача.

Опыт благочестия

Что такое счастье?

Хочешь узнать, когда тяжело и мучительно жить?
— Когда у тебя все есть, а Бога нет.
Хочешь узнать, что такое счастье?
— Это когда мы идем за Богом.

Монах Симеон Афонский.

ЛФК

Была бы шея крепка

Если у вас остеохондроз шейного отдела позвоночника, мучают частые головные боли, головокружения, вам необходимо ежедневно делать лечебную гимнастику.

Вот несколько упражнений, которые помогут укрепить мышечный корсет шейного отдела позвоночника и тем самым уменьшить неприятные ощущения в области шеи и головы.

1 Лежа на спине, 10 — 15 секунд сильно надавливайте затылком на подушку. Она должна быть невысокой (10 — 15 см) и не слишком мягкой. Перевернитесь на живот и надавливайте на подушку лбом. Дыхание не задерживайте.

2 Лежа на животе, свесьте голову с шеей с кровати и подержите на весу 15 секунд. То же, перевернувшись на правый бок, потом — на спину, на левый бок.

3 Сядьте на стул, ноги расставьте, руки свободно свисают. Медленно наклоните голову вперед, стараясь подбородком коснуться груди, затем отведите голову максимально назад (повторяйте 2 — 6 раз).

4 Выполните непрерывные круговые движения плечами вперед, потом назад в среднем темпе (4 — 6 раз).

5 Поворачивайте голову вправо-влево в среднем темпе (2 — 6 раз).

6 Наклоняйте голову вправо-влево, стараясь дотянуться до плеча (4 — 6 раз).

7 Поднимите правую руку через сторону вверх, согните ее, достаньте через голову левое ухо. То же — левой рукой (4 раза).

8 Имитируйте плавание кролем: выполните прямыми руками поочередно круговые вращения в плечевых суставах вперед, а потом назад (6 раз каждый).

А на работе в свободную минуту можно расслаблять шею так:

1 Надавливайте одновременно ладонью на лоб, а лбом на ладонь.

2 Сделайте то же самое, положив ладонь на затылок. Голову при этом не наклоняйте.

3 Старайтесь опустить плечи вниз, а макушкой тянуться вверх, напрягая мышцы. Это отличное упражнение для позвоночника.

Каждое из упражнений выполняйте стоя или сидя по 4 — 6 раз. Напряжение должно длиться 10 — 15 секунд, потом столько же — расслабление.

Вопрос — ответ

«Железные» продукты

? Подскажите, пожалуйста, каковы симптомы анемии, чем она опасна и какие продукты повышают гемоглобин.

М. Новикова, г. Пенза.

Самый первый симптом анемии — это слабость, но иногда человек вообще может не чувствовать никаких признаков, хотя гемоглобин у него снижен. Нередко больные анемией испытывают головокружения, онемение конечностей, раздражительность и быструю утомляемость. Поэтому, если заметили, что с вами что-то не так, обязательно обратитесь к врачу и сдайте анализ крови. Снижение гемоглобина указывает на то, что следует обследоваться и на гинекологическую патологию, и на заболевания желудочно-кишечного тракта.

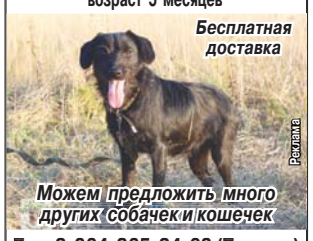
Наиболее часто анемия наблюдается при язвенной болезни желудка, 12-перстной кишки, колитах, а также при заболеваниях печени. По сути это те органы, где происходит нарушение всасывания железа.

При анемии кожа становится дряблой, сухой с сероватым оттенком, ведь когда гемоглобин низкий, нарушается и гормональный фон. Хотя железо необходимо всем, больше всего в нем нуждаются беременные женщины, поскольку во время вынашивания будущего ребенка усваивается только 30 процентов железа. В такой период женщинам назначаются для профилактики специальные железосодержащие препараты.

В норме гемоглобин 120 — 140 г/л. Если 110 и ниже — это уже анемия 1-й степени, меньше 70 г/л — 3-й степени. Высокий гемоглобин обычно указывает на загущение крови. Такое наблюдается при наличии различных опухолей, патологии сосудов сердца. Если у вас есть подозрение на наличие анемии, надо обратиться к врачу и сдать анализ крови. Анемия может быть признаком очень многих заболеваний, в частности, маркером заболевания крови, а также онкологических болезней.

При низком гемоглобине следует включать в меню говядину и телятину, печеночный паштет (в сутки не менее 200 г). Все мясные продукты должны быть термически обработаны. Включайте в меню фрукты, грецкие орехи, гранаты и гранатовый сок, морковный сок. Принимайте витамины с микроэлементами и, конечно, специальные препараты, которые вам выпишет врач.

В добрые руки
щеночек Юся
Хорошая охранница, стерильна (потомства и течки не будет), привита (имеет ветеринарный паспорт), возраст 5 месяцев



Тел. 8-964-865-24-63 (Татьяна)

В добрые руки
котик Марс
Возраст 6 месяцев, привит (имеет ветеринарный паспорт), стерилен, хороший мышелов, окрас черный

Тел. 8-964-865-24-63 (Татьяна)