

Рашид Нугманов: «Игла». Цой. 30 лет спустя

Исполняется 30 лет легендарному фильму эпохи перестройки «Игла» с Виктором Цоем в главной роли. Этому событию посвящен вечер на открывающемся 29 октября фестивале «Московская премьера», который возродил киневед, продюсер Вячеслав Шмыров. Накануне знаменитого события в культурной жизни столицы журналист «Труда» встретился с режиссером «Иглы» Рашидом Нугмановым.

ЛЕОНИД ПАВЛУЧИК
КИНОБОЗРВЕВАТЕЛЬ

Рашид, «Игла» выросла из вашего студенческого фильма «Йа-Хха». Там впервые появились на экране Кинчев, БГ, Цой. Как вы оказались в той закрытой музыкальной тусовке?

– Она была закрытой для чужих – для чуждых той музыке, что разными путями проникала к нам тогда сквозь железный занавес. А я благодаря старшему брату с ранних лет слушал Элвиса Пресли, Чака Берри, Литтл Ричарда, «Битлз» и «Роллинг Стоунз», пытался переводить тексты песен. Когда в 1984-м, приехав из Алма-Аты, поступил во ВГИК, сразу решил снимать кино о подпольном русском роке. Познакомился с Кинчевым (он жил рядом с нашей общагой), с Гребенщиковым, которому под видом репетиции устроил во ВГИКе нелегальный концерт. Стал выбирать в Питере натурю. При мне Кинчев звонил Цою: мы делаем кино, присоединяйся. Обо мне сказал: это наш человек. Встретившись с Цоем на улице, шли пешочком до рок-клуба. Пока дошли, стали товарищами. Без человеческого контакта, без доверия музыкантов ко мне ни «Йа-Хха», ни «Игла» появиться не могли бы.

– Сегодня соловьевская «Асса» и ваша «Игла» воспринимаются как две части диалога. Да и вышли эти ленты на экраны подряд. Кто на кого влиял: Соловьев, ваш педагог в ВГИКе, или вы на него?

– Эти картины снимались одна за другой в 1987 году. Я не видел материал «Ассы», а Сергей Соловьев не видел материал «Иглы». Первый раз он посмотрел мою картину, когда она была уже закончена. Что касается взаимовлияний, думаю, это два разных взгляда на одну субкультуру – извне и изнутри. На вгиковской сцене я ставил учебные этюды, они шли под записи питерских рок-музыкантов. Соловьев заинтересовался этой музыкой. Я принес ему гору кассет с записями «Зоопарка», «Аквариума», «Кино». Особенно ему понравилась «Аквариум».



ФОТО: РУСТАНА ШАМУНОВА/ТАСС

«ИГЛА» СТАЛА одним из лидеров проката, уступив только «Интердевочке». А Цой, по опросу журнала «Советский экран», был назван лучшим актером 1989 года, с большим отрывом обогнав корифеев советского кино

ОЦУЩЕНИЕ

Дмитрий АНОХИН

СЕМЕЙНЫЙ
ЧЕЛОВЕК



Обыкновенный феминизм

Сразу озвучу личную позицию по данному вопросу. Как честный муж, изредка – и исключительно несправедливо – огребающий сковородой по разным нежным частям тела, автор этих строк выступает последовательным противником домашнего насилия. Но и я, ознакомившись с законопроектом «О профилактике семейно-бытового (домашнего) насилия», пребываю сейчас в недоумении. Не знаю, какие цели преследовали авторы документа, только что переданного в министерства и ведомства для оценки, но есть ощущение, что они несколько заигрались.

Во всяком случае именно такое впечатление сложилось у меня по итогам первого открытого обсуждения законопроекта в Общественной палате РФ. Довольно редко приходится видеть, чтобы вышедший из недр Госдумы закон не удостоился в ходе обмена мнениями ни единого позитивного отклика! Повторю: ноль голосов за!

Возможно, виноваты в этом сами редакторы проекта, в том числе председатель профильного думского комитета коммунистка Тамара Плетнева и ее первый зам единоросс Ольга Окунева, проигнорировавшие заседание в Общественной палате. Что, согласитесь, странно: оставить свое законодательное чадо без родительского присмотра, на растерзание оппонентам.

Возможно, дамы из Госдумы решили приберечь силы для решающих баталий. Лично я сомневаюсь, что эти силы им еще пригодятся. А пока в их отсутствие трибуна оказалась в руках ярких критиков либеральных подходов к формированию семейного законодательства. И те незамедлительно ринулись в бой.

Главные критические стрелы доверили выпустить заместителю председателя общественной организации с холодящим душу названием «Родительское всероссийское сопротивление» Анне Кульчицкой. Она подробно рассказала, откуда растут ноги у нового объекта законотворчества: конечно же, с тлетворного Запада, откуда же еще. Именно там подобные затеи щедро финансируются грантодателями феминистского толка. Именно там заинтересованы, чтобы в нашу исконную семейную юриспруденцию вошли такие чуждые понятия, как агрессор, жертва и охранный ордер (документ, по которому агрессор обязан покинуть жилье жертвы и после уплаты штрафа пройти обязательные психологические курсы по перековке своей подлой сущности).

Собственно, даже перечисления этих новаций уже достаточно, чтобы спротогировать: в таком виде законопроект не то что не соберет большинства в Госдуме – он даже не доберется до серьезного обсуждения, поскольку получит по пути букет «черных меток» от всевозможных ведомств. А жаль, могло бы получиться яркое шоу! Как вам, к примеру, такие новшества, как 20-кратное увеличение штатной численности административных инспекций правоохранителей или введение в юридический оборот понятий насилия экономического и насилия психологического? Есть о чем поговорить, не так ли?

Да и с цифрами статистики, которыми жонглируют инициаторы закона, не все так ясно. Авторы, например, утверждают, что в России от рук мужей гибнут около 14 тысяч женщин ежегодно. Да, такая цифра (рассчитанная косвенно) имела место, но четверть века назад, в 1994-м. А вот более свежие официальные данные МВД РФ: смертность жен от рук мужей составила 253 случая в прошлом году. Конечно, каждый из них – трагедия, но зачем же наводить тень на плетень, рассказывая о 14 тысячах жертв?

К тому же мужчины, в том числе несовершеннолетние, погибают в домашней «бывоху» вдвое чаще женщин – видимо, потому, что чаще нарываюся на сковородку. Но при чем тут феминистки, кого и от чего они собираются защищать?

Слово эксперту

ЕЛЕНА ТИМОШИНА

кандидат юридических наук, старший научный сотрудник НИИ МВД РФ

– **Законопроект несостоятельный. Главные причины насилия лежат вне семьи, и в основном они связаны с алкогольной и наркотической зависимостью. При этом наше министерство неоднократно предлагало ввести принудительное лечение для лиц, совершивших связанные с насилием преступления в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, но эти инициативы у законодателей поддержки почему-то не находят.**

ОПЫТЫ НА ЖИВЫХ

Таблетки от плохого настроения

В российских аптеках стремительно растут продажи успокоительных препаратов. С января по август текущего года было куплено более 5,5 млн упаковок на общую сумму, превышающую 3 млрд рублей. Наиболее востребованы антидепрессанты среди граждан в возрасте от 25 до 35 лет. В это время принято жениться и обзаводиться потомством, а не глотать ретард и азафен. С чем связано такое поветрие?

МАНСИМ БАШКЕВ

Среди подверженных стрессам людей антидепрессанты были популярны всегда, но рост потребления на 12% в натуральном выражении и 15% в финансовом – серьезный повод задуматься. Проще объяснить тенденцию ухудшением материального положения граждан, страхом потерять работу или невозможностью сделать карьеру. Если человек не уверен в себе, не способен справиться с трудностями, то рука сама тянется за таблеткой. Но на самом деле проблема гораздо глубже.

Эксперты говорят, что немалую роль в утверждении моды на антидепрессанты сыграли фармацевты и врачи. Сегодня диагностировать «психические расстройства» имеет право любой дипломированный доктор, даже кардиолог с гастроэнтерологом. Разумеется, не обошлось и без фармацевтического лобби, прямо заинтересованно-



ИЛЛЮСТРАЦИЯ ВАЛЕНТИНА ДРУЖИНИНА/САЙТОВЕБАНУ.РУ

го в росте продаж дорогих медикаментов. А тут все средства – вплоть до запугивания. Вы ведь слышали, что через несколько лет депрессия станет четвертой по частоте причиной утраты трудоспособности населения? Это песня из той же оперы.

По оценкам психологов, особенно несладко сейчас людям, не прошедшим закалку ни застойными временами, ни лихими 90-ми. В то же время россияне в возрасте от 55 до 65 лет к помощи успокоительных практически не прибегают. Но основную

прибавку продаж обеспечили все-таки медикаменты, которые стали назначать антидепрессантами налево и направо.

Да, многие антидепрессанты имеют клинически доказанную эффективность при лечении бессонницы, хронических головных болей, фибромиалгии, панических расстройств и целого ряда других состояний. Так что назначение седативных препаратов не только при диагностированной депрессии в принципе может быть оправдано. Другое дело, когда люди начинают зани-

маться самолечением, принимают сильные препараты бессистемно и бесконтрольно и даже делают себе запасы на будущее, опасаясь ужесточения отпуска лекарств в аптечных сетях.

В лучшем случае таблетки просто не помогут, в худшем – натворят бед, нанесут вред здоровью. Тяжесть последствий может зависеть от целого ряда факторов, в том числе и от сочетаемости препаратов, ко многим из которых, к слову, может развиться устойчивое привыкание.

Впрочем, практикующие врачи-психотерапевты, отдавая должное опасности самолечения антидепрессантами, все равно считают их меньшим злом, чем традиционно используемый для борьбы со стрессом и прочими проблемами алкоголь.

Кстати, статистика потребления спиртных напитков в России за последние 15 лет совершенно не противоречит обозначившейся тенденции на рынке антидепрессантов. По данным Всемирной организации здравоохранения, с 2003 года потребление алкоголя на душу населения в нашей стране снизилось почти вдвое, и это несмотря на социально-экономические проблемы последних лет. Получается, запивать стрессы мы уже разучились, но при этом начали заедать их таблетками.

Следующая цель – научиться справляться с трудностями и без того, и без другого. Попробуем научиться этому прямо сейчас, под хмурым осенним небом.

Рашид Нугманов:

«Игла». Цой. 30 лет спустя

Потом я снял «Ия-Хху». Соловьев тщательно отсматривал материал, с первых кадров до окончательной сборки, и проникся новой для него эстетикой. Думаю, финальной сцены в «Ассе» с Цоем не было бы без «Ия-Ххи». Во всяком случае в сценарии Сергея Ливнева «Здравствуй, мальчик Бананан» она не была прописана и появилась уже на стадии производства. Цой даже в шутку называл ее «вставным зубом». Но эта сцена поставила в фильме важную смысловую точку. Да и сам фильм стал переломным в творчестве Соловьева. После него он стал снимать другое кино.

Соловьев, конечно, тоже на меня влиял. Он гениальный педагог: не навязывает студенту свои взгляды на кино, а пытается вытянуть из него внутреннего режиссера, отшелушив все безвкусное и бездарное. Параллельно с нами занимался театральным режиссер Анатолий Васильев. Благодаря двум таким титанам мы быстро нашли свой стиль и путь. Все студенты нашей мастерской начали снимать еще до окончания ВГИКа. Ту же «Иглу» я снял после третьего курса, приехав на каникулы в Алма-Ату и согласившись взяться за остановленный студией проект. Мне предложили спасти его в рамках оставшейся сметы. Я выдвинул три условия: в главных ролях будут заняты непрофессиональные актеры, оператором будет мой брат, тоже студент ВГИКа, за мной остается право на вольную трактовку сценария. Худсовет принял условия.

— А Цой легко согласился сниматься в «Игле»?

— Он не считал себя актером, да и не был им. Еще во время подготовки к фильму «Ия-Хха» (который, к слову, многие считают документальным, а на самом деле это игровое кино, снятое под документ) он говорил, что не хочет и не умеет играть. А я его убеждал, что он и не должен лицедействовать, его задача — быть самим собой в предлагаемых обстоятельствах. Виктор в то время смотрел много фильмов с Брюсом Ли, сам три года занимался восточными единоборствами. Я ему объяснял, что Брюс на экране не играет, а всегда остается собой. И драки, в которых он участвует, естественны для него. Это не трюки на камеру, он просто умеет это делать. Цой влюбился, и дело у нас пошло на лад.

По этой же системе органичного для них существования в кадре работали и другие набранные мною исполнители: переводчик и музыкант Петр Мамонов, для которого это была первая роль в кино, студент режиссерского факультета ВГИКа Александр Баширов, архитектор по образованию и друг группы «Кино» Марина Смирнова...



ФОТО ИЗ ОТЧЕТОВ КИНОФИЛМОВ

— Вы понимали в то время, что снимаете культовый фильм?

— Даже сомнения не было в этом. Были сомнения, что картину примут в Госкино. Куда более безобидные ленты лежали тогда на полке, а в «Игле» какие-то городские задворки, убогие подъезды, выхошее Аральское море. Среди героев — тунеядцы, бандиты и наркоманы, их играют непрофессиональные актеры, в том числе Цой и Мамонов, которые еще фигурировали в черных списках. Трудно было поверить, что картину примут. Но я про себя решил, что не уступлю ни одного кадра. Пусть лучше кладут фильм на полку. Тогда по всей стране набирала силу сеть самиздата, через которую распространялись аудиокассеты подпольных рок-групп. Мы думали в эту сеть запустить на VHS и наш фильм.

— Все это делало проблематичным запрет фильма?

— Время было такое, чиновники оказались деморализованы. Раньше боялись что-либо разрешать, а в перестроечные годы ситуация перевернулась: стало опасным что-либо запрещать. В итоге вскоре после Берлинале «Игла» с первой прокатной категорией вышла на экраны СССР. Народ повсеместно повалил на фильм — «Игла» стала одним из лидеров проката, уступив только «Интердевочке». А Цой, по запросу журнала «Советский экран»,

был назван лучшим актером 1989 года, с большим отрывом обойдя корифеи советского кино.

— Каким человеком был Цой вне сьемочной площадки?

— Он был закрытым для чужих людей. Посторонним мог показаться равнодушным, даже заносчивым, этаким неприступной стеной. Незнакомцу из Виктора слова вытянуть было невозможно. А среди своих он был открытый, веселый. Мы постоянно хохотали с ним на сьемочной площадке и вне ее. Он умел подстраиваться под характер, настроение близких ему людей. Каждую свободную минуту я видел его с научниками. Он слушал не только композиции близких ему по духу представителей питерского рока или мелодии лучших западных музыкантов, но и, скажем, совсем не близкие ему песни «Ласкового мая». Пытался понять секрет их популярности. Цой успел написать около сотни песен. Они все живы и сегодня, их можно услышать и на концертных площадках, и в подворотнях. Прекрасный мелодист, Цой говорил, что пишет музыку, которая должна быть понятна любому и может быть воспроизведена любым, кто умеет играть на гитаре. В сочетании с неординарными, метафоричными текстами это и создало особый стиль, феномен Цоя.



ФОТО АЛЕКСАНДРА ЧУМИЧОВА, АЛЕКСАНДРА ШОГИНА, ТАСС



ИЛЛЮСТРАЦИЯ ИГОРЬ ПИЩАКОВ

Тот фильм и те песни абсолютно точно совпали со временем, когда, казалось, земля уходила из-под ног, но на душе было и азартно, и тревожно, и весело. Может быть, благодаря этой искренности Цой поют и сегодня.

— Помимо прочего, он создал свой стиль и в одежде. Он всегда был одет в черное?

— Это был и его, и мой стиль, и стиль наших фильмов. Я не дальтоник — наслаждаюсь буйством красок у импрессионистов, но самолюбил черным и белым, черно-белое кино. Черное для меня — сплав всех цветов. И мы с Виктором не стовариваясь сошлись в этом. Оттого он и снимался в наших фильмах в черном. Когда была премьера «Иглы» в Америке, Виктор уже вырвался из кочегарки, гастролировал по стране, был при деньгах. С удовольствием ходил по магазинам, покупал одежду. В один из дней мы приобрели ему красивый кожаный плащ. А назавтра ему еще больше приглянулся другой плащ. Он взял и его. И один плащ тут же подарил мне. «Представляешь, —

говорил, — выйдем из самолета в Москве, как инопланетяне: оба в черных плащах до пят, оба с черными волосами, будет красиво». Прошло уже 30 лет, а я до сих пор берегу подарок Цоя.

— У вас были планы работать с Цоем дальше? Снять, к примеру, «Иглу-2»?

— Для нас это была уже отработанная история. Между собой шутили: если продолжение «Иглы» будет, то картина начнется с кадра в операционной, где персонаж Петра Мамонова (он хирург) зашивает героя Цоя и вкалывает ему морфий, чтобы подсадить на иглу. Но всерьез идею снять продолжение «Иглы» мы не рассматривали. При этом работали вместе над другими проектами. Например, фильм «Дети солнца» — своеобразный ремейк «Семи самураев» — был уже в

подготовительном периоде. Плотно сотрудничали с американским продюсером Эдом Прессманом и писателем Уильямом Гибсоном — отцом киберпанка, впоследствии вдохновителем «Матрицы». Готовили сценарий антиутопии о гражданской войне в СССР. Держали про запас историю о стилягах Алма-Аты. Смерть Цоя перечеркнула эти планы.

— Боюсь спрашивать: тяжело пережили смерть друга?

— Знаете, во взрослой жизни я почти не плакал. Первый раз это случилось после известия о смерти Виктора. Я сразу закрыл проект «Дети солнца». Возобновил его по настоянию инвесторов через год траура с другой группой и с другим названием: фильм в итоге стал «Диким Востоком». Потом я уехал за границу, занялся продюсерскими проектами, интэрнетом, но это уже другая история.

— Как вы относитесь к тому, что вокруг имени и творчества Цоя в последние годы возник кинобум? Недавно вышел фильм «Лето» Кирилла Серебренникова, на очереди еще две ленты про Цоя. Не было ли у вас желания самому снять кино с своим другом?

— Мне не раз предлагали это. Говорили: кто, как не ты, ты же его хорошо знал. Именно потому, что я хорошо знал Цоя, никогда не возьмусь за фильм о нем. Мы были с Виктором слишком близки — и творчески, и чисто по-человечески, а между режиссером и героем байопика должна быть некая дистанция, иначе ты рискуешь свести историю в могилу претензиями за его неспособность перевоплотиться в Цоя. Эта дистанция, кстати, деликатно соблюдена у Серебренникова. Они не пытаются делать вид, что на экране реальные Цой, Майк, а выстраивает некую параллельную реальность, создает свой мир, преисполненный любви и благодарности тем людям и той музыке, которую они оставили нам.

Про фильм Алексея Рыбина, который в свое время был в первом составе группы «Кино» в качестве гитариста, а сейчас стал режиссером, я ничего не знаю. Что касается картины, которую снимает Алексей Учитель, то многие, в том числе я, негативно относятся к этой идее. История про гроб с телом Цоя, который везут в Ленинград, не кажется мне образцом хорошего вкуса. Я предлагал Учителю подумать о фильме с любым другим сюжетом, который получил бы легитимность от самых близких к Виктору людей. Но Учитель этим советам не внял и продолжает снимать картину, несмотря на то что правообладатели запрещают ему использовать их имена и музыку Цоя. А кому сегодня интересен анонимный полнометражный социальный ролик про ДТП с летальным исходом?

СЮЖЕТЫ



Рыжик из Зеленоградска мило стиво разрешил японской девушке себя погладить.

Будем дружить котами

Расположенный на берегу Балтийского моря курорт федерального значения Зеленоградск Калининградской области в последнее время продвигает себя еще и как кошачью столицу. Здесь создан музей кошек «Мурариум» и учреждена единственная в мире должность котешафа, который заботится о местных уличных Матроскиных.

Тем временем в городе Ономити, что на берегу Внутреннего Японского моря, тоже вдруг зазвучала кошачья тема. Коты Кен и Гоу надумали попеть фотовыставку домашних животных в Музее искусств. Они не раз пытались туда попасть, однако их не пустили. Узнав об этой истории, зеленоградские власти послали Кену и Гоу в подарок два ошейника, украшенных солнечным камнем — главной гордостью Янтарного края России. К подарку было приложено письмо главы администрации Сергея Кошевого с предложением заключить сотрудничество между Зеленоградском и Ономити.

В Ономити предложение с благодарностью приняли, заверив, что у котов уже все

хорошо, о них заботятся. Сами же Кен и Гоу явно с удовольствием позировали на фото в янтарных ошейниках. А на днях Зеленоградск посетила посланница из Страны восходящего солнца. Вообще Аки Саики в Россию собиралась по делам своего бизнеса. Но не смогла отказать музейщикам в просьбе заехать в Зеленоградск и передать их ответные подарки. Девушка хорошо говорит по-русски (училась в Санкт-Петербурге). Зеленоградск ей понравился, и она намерена приехать сюда снова, только уже летом.

А среди подарков, которые передали из музея, есть книжка-манга, рассказывающая о том, как российский и японский города стали дружить котами. Манга — японские комиксы, чрезвычайно популярные в этой стране. И выход специальной манги говорит о том, что кошачья история стала в Японии хитом. Так что продолжение обязательно следует!

ВЛАДИСЛАВ РЖЕВСКИЙ
НАЛИНИНГРАД

Чем болеет поколение «миллениалов»

Недавно опубликованное медицинское исследование касается наиболее распространенных заболеваний молодых людей, вступающих во взрослую жизнь на рубеже 2000-х, — так называемого поколения миллениалов. Выяснилось, что изменение образа жизни и ее скорости не прошло для них даром. Среди тех, кому сейчас еще нет и 40, трудно найти хоть ного-нибудь со здоровым желудком и не расшатанной нервной системой.

ВИКТОРИЯ КАЛИНЕВИЧ

Если брать сухую статистику, то получается, что здоровье молодых людей в возрасте от 16 до 40 лет на 11% хуже, чем у их родителей в том же возрасте. Специалисты Ассоциации Голубого Креста и Голубого Щита (США), проводившие исследование, среди самых распространенных недугов выделяют: диабет, депрессию, повышенное давление, гиперреактивность, остеохондроз, а также заболевания желудочно-кишечного тракта. Усугубляют ситуацию, по мнению ученых, курение и привычка снимать напряжение алкоголем.

Как считают медики, причина многих болезней — малоподвижный образ жизни. «Это расплата за технический прогресс», — убежден главный диетолог Минздрава РФ Виктор Тутельян. По его словам, ежедневно среднестатистический россиянин потребляет примерно 1200–1500 килокалорий. Это больше, чем требуется организму,

если весь день человек сиднем сидит у компьютера, а придя домой, заваливается на диван. «Хочешь сколько душе угодно — тогда бегом на стадион и наматывай круги до седьмого пота, плавай, ходи в тренажерку!» — призывает Тутельян.

Другая беда — несбалансированное питание. К важнейшим элементам здорового питания медики относят йод, витамин А и железо. Их дефицит неминуемо создает существенную угрозу для здоровья. Однако в силу возраста молодые люди не прислушиваются к организму. По словам врача-диетолога Елены Соломатиной, в 25 лет многое можно проглотить без синоминутных последствий. «Но всегда нужно помнить, что здесь действует накопительный эффект», — предупреждает доктор.

Отчасти к созданию букета болезней миллениалов приложили руку их родители. В погоне за средствами к существованию в 90-е они в выходные и в праздники пропадали на работе, а их отпрыски «жили» в интернете, что не способствовало формированию здоровых привычек и психологическому здоровью.

Многие исследователи вообще считают, что к 2030 году на фоне торжества искусственного интеллекта, когда роботы вытеснят квалифицированные кадры, депрессия станет одной из самых масштабных проблем. Еще 100 лет назад об этом недуге мало кто знал, им страдал только 1% от всего человечества. А в наши дни — уже каждый пятый: 20%. И эта циф-

ра будет только расти. Многие до сих пор не считают депрессию болезнью, но это ошибка. «Это заболевание сопровождается нарушением биохимических процессов в головном мозге, которые отвечают за настроение, уровень тревоги, способность мыслить», — объясняет психиатр, профессор Марина Самушия. Помимо общей подавленности имеются еще физические проявления: болевой синдром, повышенная утомляемость, слабость.



Гастроэнтерологи также в тревоге: по их прогнозам, несмотря на пропаганду ЗОЖ, тяга к вредной пище у людей будет только возрастать. Специалисты не сбрасывают со счетов и такие провоцирующие болезни желудочно-кишечного тракта факторы, как урбанизация и связанные с ней изменения привычной структуры питания и образа жизни.

Переломить ситуацию могло бы резкое изменение привычного образа жизни, но кто же на такое пойдут? Поэтому вся надежда на мудрость, которая, как известно, приходит с возрастом. Главное, чтобы склероз не наступил раньше.

Гипертоникам на заметку

Только Орвис Флю идеально подходит гипертоникам для снятия симптомов простуды и гриппа, так как не содержит сосудосуживающих веществ, вызывающих побочное повышение давления.

Орвис Флю быстро устраняет:

- повышенную температуру
- озноб
- головную боль
- заложенность носа
- чихание и др.³

Содержит сок лимона и имбиря, которые оказывают дополнительное противовоспалительное действие. Без сахара.

Если вы гипертоник, выбирайте лекарство Орвис Флю.

Орвис Флю — ваш правильный выбор!

Лекарства Эвалар — здоровье, доступное каждому!

Спрашивайте в аптеках! www.evalar.ru 8-800-200-52-52 (для справок) 8-800-700-8888 (для заказа)

Реклама. 659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 1022200553760.

¹ В ассортименте Эвалар. За счет отсутствия в составе сосудосуживающих веществ.

² Фенилэфрин гидрохлорид и кофеин. ³ В рамках инструкции по применению.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Аптека.ру

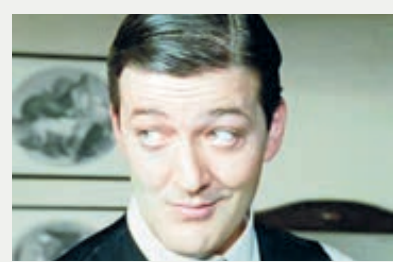


Иван Янковский, молодой актер, сын и внук знаменитых актеров, — о своей жизни, о семье и о том, как он не поступил в МХАТ, — в ток-шоу «Мой герой» Пн, 13.40, «ТВ-Центр»

ДО И ПОСЛЕ ЭФИРА У богатых свои причуды

На популярном британском сайте, размещающем объявления о трудоустройстве, появилось сообщение о вакантной должности дворецкого. Требования к кандидатам предъявляются очень высокие. Они должны хорошо разбираться в качественных товарах (в обязанность входит закупка продуктов), правильно строить отношения с учителями (надо отводить детей в школу), знать лучшие рестораны не в одной лишь столице Туманного Альбиона, но и на юге Франции, ориентироваться в актуальных событиях поп-культуры, а также быть норенными лондонцами и владеть несколькими языками. Для того чтобы соискатели точно знали, что именно они должны собой представлять, им в обязательном порядке рекомендуется пересмотреть полностью сериал «Джнис и Вустер», для того чтобы запомнить и перенять манеры

и дипломатический такт Реджинальда Джниса. Напомним, что эту роль сыграл великолепный Стивен Фрай. Его герою-дворецкому то и дело приходилось разглатывать неловкие ситуации, в которые попадал его хозяин, сыгранный Хью Лори. Зато зарплату работодатели обещают не меньшую, чем у джентльменов на соответствующей должности в Бунингемском дворце. Надо ли говорить о происхождении семьи, давшей объявление, если учесть, что один из обязательных для кандидатов язык — русский?



Молитва «за стеклом»

В прошлом номере «Труд» высказал недоумение по поводу некоторых изменений, происходящих на телеканале «Спас», принадлежащем РПЦ. И вот еще одно начинание. В ближайшее время в его эфире появится... реалисти-шоу! Вот что сообщается в анонсе: «Впервые на телевидении. Реалити вдали от мира. Остров, который может изменить твою судьбу. Съемки начнутся уже в ноябре». Для участия в проекте отберут 10 чело-

век, которые в течение месяца пройдут обет послушания в Нило-Столобенской пустыни на озере Селигер. Испытуемым предстоит отказаться от всех мирских соблазнов и неукоснительно выполнять поручения церковного начальства, в том числе и нанимающиеся бессмысленными (зато они ушат смиренню). Цель реалити, по мнению авторов, благая — показать человеку, далекому от церкви, как устроена жизнь в монастыре, и тем самым разрушить устоявшиеся стереотипы. Пикантность ситуации придает то, что участниками проекта будут женщины, а монастырь в Ниловой пустыни — мужской. Но один из иерархов объяснил, что в этом нет ничего особенного. Во многих мужских обителях трудятся женщины. Они живут отдельно, им запрещено переступать какие-то границы, в том числе заходить в алтарь. Они занимаются хозяйственной работой, огородом, садом. Что получит победительница шоу, не уточняется.



ВМЕСТЕ У ЭКРАНА

Идея навстречу пожеланиям трудящихся

«Труд» многократно писал о политических ток-шоу. И делал это, мягко говоря, без восторга. В своей оценке мы были не одиноки. Но всегда оставалось интересным, что думают ведущие этих программ о критике в их адрес. А как они оценивают собственную миссию? Каким видят своего зрителя? На днях ответ на эти вопросы прозвучал, что называется, из первых уст.

СЕРГЕЙ БЕДНОВ

Повод для откровений имелся более чем весомый. Одно дело, когда тебя пытаются уколоть какие-то москвичи, и совсем другое, если жесткий отклик звучит от главы государства. А именно так оценили в профессиональном сообществе слова Владимира Путина об освещении событий у наших соседей. Напомним: на форуме «Валдай» президент сказал, что, конечно, наши государственные каналы ведут независимую редакционную политику, но если подача информации об Украине в них трактуется как негативная, то значит, чего-то в программах не хватает. Увы, даже после этих слов создатели политических ристалищ не стали жертвовать своей «независимостью». Но зато теперь они время от времени считают нужным подчеркнуть, что очередной ушат помоев, выливаемых ими на «партнера», относится не к проживающему там братскому народу, а к его властям.

И тем не менее сделать вид, что высокой критики не было или она относилась к кому-то другому, ведущие ток-шоу все же не могли. Требовалось какое-то объяснение. И оно состоялось в рамках программы Андрея Норкина. Уточним: не в его «Месте встречи» на НТВ, а в авторской радиопередаче. Его гостем стал Артем

НАШИ РЕКОМЕНДАЦИИ

Дарья Щербакова



«Искушение наследством», Сб, 21.00, «Россия 1»

Евгений Пронин



«Рыцарь нашего времени», Вс, 16.45, «ТВ-Центр»

Николь Кидман



«Мулен Руж», Пн, 01.05, ТНТ

Чарльз Чаплин



«Золотая лихорадка», Вс, 22.05, «Россия Н»



Артем Шейнин выгоняет украинского политолога из студии.

Шейнин, рулящий на Первом канале проектом «Время покажет». Не будем персонально цитировать каждого из этих замечательных людей, поскольку они продемонстрировали единство взглядов. Просто перескажем суть откровений.

Об оценке Путина. После нее телефоны ведущих раскалились. Но если кто-то решил, будто президент поменял журналистам, что, мол, они делают что-то не то, тогда это его, решальщика, проблема. Мы никогда не высказывались негативно в адрес украинцев. И вот яркое тому подтверждение. Наши ток-шоу смотрят рядовые граждане Украины. И никаких обид с их стороны! Только благодарность за то, что открываем им глаза. Да, есть программы, пытающиеся столкнуть наши братские народы, но к нам это не относится. А то, что критикой в наш адрес обрушились коллеги, так подобное объясняется всего лишь желанием мелозити хайпануть на гигантах.

Почему много Украины? Зритель хочет. Тамосние события он проецирует на себя. Это своего рода антиутопия. Смотрит человек на всякие ужасы и думает: а если бы мы по такому пути пошли?! Да упаси Господь! А тыряды о том, что народу, дескать, гораздо

интереснее говорить о пенсиях, ларкарствах и прочем, — всего лишь дань моде. Показательный факт. По времени эфиры программ «Место встречи» и «Время покажет» частично совпадают. Так вот, цифры телеизмерений свидетельствуют о следующем: если в одной из них речь заходит о социалке, то аудитория переходит на ту, где обсуждают Украину. Наши граждане вообще «тащатся» от политики. Сколько раз предпринимались попытки делать специальные выпуски политических новостей, но успешными они не стали! А то, что ТЭФИ получил проект «ПятницаNews», где гороскоп не про Трампа с Зеленским, а про соратника Ким Кардашьян, так это тоже дань моде. Раз не про политику — значит, в духе времени. Но коли есть мода, значит, есть и модельеры? Знаем мы этих модельеров...

Кстати, и все разговоры о том, что политшоу нормальные люди не смотрят, — тоже дань моде. То и дело слышишь: «Я телевизор не включаю уже пять лет!» А потом встречаешь этого человека, а он: «Что ж ты в своем последнем выпуске сказал...». «Стоп, но ты же принципиальный враг «ящикола?!» — «Ну я к тебе зашел, а она...» Понятно.

И причитания на тему народа, массово ушедшего в интернет, — ерунда. Кто-нибудь считал, сколько из того, что граждане потребляют в Сети, по происхождению является телевизионным контентом? Да если его оттуда изъять, много ли останется от пресловутого интернета?.. А все эти ваши замечательные блогеры, которые сидят перед камерой и что-то там такое вещают, сами по себе долго не продержатся.

Нам без конца пытаются объяснить, что надо показывать, а что нет. Но почему ведущим неполитических ток-шоу — Малахову, Борисову — никто не задает вопрос: «Парни, а почему вы обсуждаете именно это?» Конечно, можно увеличить объем внутренней проблематики. Но вот, к примеру, Соловьев говорил, что для этого нужны особые эксперты. Когда они начинают рассуждать, от зрителя требуется особое внимание, сосредоточенность. Но мы-то ведем дневные эфиры и понимаем, что нас многие воспринимают в фоновом режиме. Тут глубокомысленные речи неуместны — нужны эмоции...

Кстати, Шейнин с Норкиным вспоминали Владимира Соловьева несколько раз. Ну как же! Мало того что, согласно опросу, он является тележурналистом, вызывающим наибольшее доверие у россиян, так еще и в Книгу рекордов Гиннеса попал за самое длительное присутствие в эфире в течение суток! И даже этот гигант отечественного ТВ в целом разделяет их, Норкина с Шейниным, взгляды на происходящее.

Не станем давать оценку всему сказанному этими, безусловно, выдающимися людьми. Лить их на подставке фактов или непонимания того, что происходит в интернете. Просто примем к сведению, кто ныне является владельцем умов рядовых обывателей. По крайней мере значительной их части.

28 октябрь ПОНЕДЕЛЬНИК

ПЕРВЫЙ

- 05.00, 09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.00, 03.00 Новости
09.55 «Модный приговор». 6+
10.55 «Нить здоровья». 16+
12.00, 15.00 Новости (с субтитрами)
12.15, 17.00, 01.00 «Время покажет». 16+
15.15 «Давай познакомимся!». 16+
16.00 «Мужское / Женское». 16+
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.35 «На самом деле». 16+
19.45 «Пусть говорят». 16+
21.00 «Время»
21.30 СЕРИАЛ «МОСГАЗ: ОПЕРАЦИЯ «САТНАН». 16+
23.30 «Ветерин Ургант». 16+
00.00 «Познер». 16+
03.05 «Время покажет». 16+

РОССИЯ 1

- 05.00, 09.25 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести
09.55 «О самом главном». Ток-шоу. 12+
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Вести. Местное время
11.45 «Судьба человека с Борисом Ночевниновым». 12+
12.50, 18.50 «БО Минут». Ток-шоу. 12+
14.45 «Что против?». Ток-шоу. 12+
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». 16+
21.00 СЕРИАЛ «ЕНАТЕРИНА: САМОЗВАНЦЫ». 12+
23.00 «Вечер с Владимиром Соловьевым». 12+
02.00 СЕРИАЛ «СЛЕДОВАТЕЛЬ ТИХОНОВ». 12+
03.55 СЕРИАЛ «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». 12+

МАТЧ ТВ

- 06.00 «Вся правда про...». Док. цикл. 12+
06.30 «Утопленные слабой». Док. цикл. 16+
07.00, 08.55, 11.50, 14.25, 17.20, 21.25 Новости
07.05, 11.55, 14.30, 17.25, 00.55 Все на Матч!
09.00 Формула-1. Гран-при Мексики. 0+
11.30 «Фабрика сноустости». 12+
12.25 Футбол. Чемпионат Италии. «Фиорентина» — «Лацио». 0+
15.20 Смешанные единоборства. Bellator. Франк Мир против Роя Нельсона. Джейк Хагер против Энтони Гарретта. 16+
18.05 «Мастер спорта с Мансимо Транковичем». 12+
18.15 Нонтиентальный вечер
18.50 Хоккей. НХЛ. «Ан Барс» (Назань) — «Амур» (Хабаровск). Прямая трансляция
21.35 «Локомотив» — «Спартак». Live». 12+
22.00 Тотальный футбол
22.55 Футбол. Чемпионат мира среди юношей. Испания — Аргентина. Прямая трансляция
01.30 «НИОГА НЕ СДАВАЙСЯ 2». Худ. фильм (США). 16+
03.25 Смешанные единоборства. Оле ФС. Деметриус Дюносон против Дэни Нингада. Днорднио Петросян против Сэми Сана. 16+
05.25 «Ночная мечта». 12+

НТВ

- 05.10 СЕРИАЛ «ВЕРСИЯ». 16+
06.00 «Утро. Самое лучшее». 16+
08.05 «Мальчишки». 12+
09.00 СЕРИАЛ «ДИКИЙ». 16+
10.20 Сегодня
13.00 Сегодня
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00 «Место встречи»
16.00 Сегодня
16.25 «Следствие вели...». 16+
17.15 «ДНФ». 16+
18.15 СЕРИАЛ «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». 12+
19.00 Сегодня
19.40 СЕРИАЛ «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». 12+
21.00 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». 16+
23.00 «Своя правда» с Романом Бабааном
00.00 Сегодня
00.05 «Сегодня. Спорт»
00.10 «Поздняков». 16+
00.25 «Место встречи». 16+
02.45 СЕРИАЛ «ВЕРСИЯ». 16+

5-й КАНАЛ

- С 01.45 до 06.00 возможна профилактика
05.00, 09.00, 13.00, 18.30, 03.15 «Известия»
05.20 СЕРИАЛ «ОДИНОЧКА». 1-2-я серии. 16+
06.50 «РЕАЛЬНЫЙ ПАПА». Комедия. 12+
08.25 СЕРИАЛ «КРЕПОСТЬ БАДАБЕР». 1-4-я серии. 16+
13.25 СЕРИАЛ «БРАТАНЫ-4». 11-16-я серии. 16+
19.00 СЕРИАЛ «СЛЕД». 16+
22.20 СЕРИАЛ «УСЛОВНЫЙ МЕНТ». 16+
23.15 СЕРИАЛ «СЛЕД». 16+
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
00.25 СЕРИАЛ «СЛЕД». 16+
01.10 СЕРИАЛ «ДЕТЕКТИВЫ». 16+

РОССИЯ К

- 06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 «Новости культуры»
06.35 «Пешком...». Москва Бородина
07.05, 20.05 «Правила жизни»
07.35 «Маленькие секреты великих картин». Док. сериал. «Диего Веласкес. «Менинь». 1656 г.»
08.10 «МАЛЕНЬКОЕ ОДОЛЖЕНИЕ». Худ. фильм
09.30 «Другие Романовы». «Солдат своего Государя»
10.15 «Наблюдатель»
11.10, 01.00 XX век. «Необыкновенные встречи». Док. фильм. 1958
12.15, 18.15, 00.20 Власть факта. «Три вена с Анадемией наука»
12.55 «Энциклопедия загадок». Док. сериал. «Секреты шестого континента»
13.25 «Полнолеия, уходящее в вечность»
15.10 «Агора»
16.15, 02.10 «Владислав Старевич. Повелитель марионеток». Док. фильм
16.55 Российские мастера исполнительного искусства. Валерий Полянский и Государственная академическая симфоническая капелла России
19.00 «Театральная летопись»
19.45 Главная роль
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 Ступени цивилизации. «Мария Терезия — теща и свекровь всей Европы». Док. фильм
21.40 «Сети. Несочная классика...»
22.20 СЕРИАЛ «ШАХЕРЗАДА»
23.50 Открытая книга. Владимир Медведев. «Знахон»

ТВ-ЦЕНТР

- 06.00 «Настроение»
08.15 «СМЕРТЬ ПОД ПАРУСОМ». Детектив. 0+
10.55 «Ородное собрание». 12+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События
11.50, 01.45 СЕРИАЛ «НОЛОМБО». 12+
13.40 «Мой герой. Иван Янковский». 12+
14.50 «Город новостей»
15.05 СЕРИАЛ «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». 12+
17.00 «Естественный отбор». 12+
18.15 «ДОМ У ПОСЛЕДНЕГО ФОНАРИ». Детектив. 12+
22.30 «Полнолеия, уходящее в вечность». Специальный репортаж. 16+
23.05, 03.35 «Знак качества». 16+
00.00 События. 25-й час
00.35 «Петровна, ЗВ». 16+
00.55 «Прощание. Роман Трахтенберг». 16+
04.20 «90е. БАБ: начало нонца». 16+
05.10 «Александр Суворов. Последний поход». Док. фильм. 12+

МОСКВА 24

- 06.00, 06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30 Утреннее вещание
09.45, 11.45, 14.40, 19.50, 05.15 The City. 12+
10.00, 11.00, 12.00, 12.45, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 19.15, 20.00, 21.00, 22.00, 22.40, 00.00, 01.00, 03.00, 04.00, 05.00 Новости. 16+
10.15, 10.30, 21.30, 01.15, 04.30 Специальный репортаж. 12+
11.15, 12.50, 14.45, 17.50, 05.20 Погода. 12+
11.20, 14.15 ГОСТ. 12+
12.15, 17.10, 05.30 Доктор 24. 12+
13.15, 16.15, 18.15 Сеть. 12+
13.35, 15.35, 18.35 Прямо и сейчас. 16+
15.15, 03.15 Торги Москвы. 12+
16.30 Познавательный фильм. 12+
19.02 Москва сегодня. 16+
19.30, 22.20 Спорная территория. 12+
20.30, 00.25 Рейд. 16+
21.15, 00.15, 01.35, 04.15 Московский патруль. 16+
23.00, 02.00 Вечер. 16+
03.30 Фанимани. 12+

РЕН ТВ

- 05.00 «Территория заплучдений» 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+
09.00 «Засеянные слиски». Документальный спецпроект. 16+
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». 16+
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». 16+
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». 16+
14.00 «Невероятно интересные истории». 16+
15.00 «Документальный спецпроект». 16+
17.00 «Тайны Чапмана». 16+
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+
20.00 «РОБОТ ПО ИМЕНИ ЧАППИ». Фантастический боевик (ЮАР — США). 16+
22.20 «Водить по-русски». 16+
23.30 «Неизвестная история». 16+
00.30 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ». Боевик (США). 16+
02.15 «МОЛЧАНИЕ ЯГНЯТ». Триллер (США). 16+
04.00 «Тайны Чапмана». 16+

СТС

- 06.00 «Ералаш». 0+
06.30 «Приключения Вуди и его друзей». Мультсериал. 0+
07.05 «Драноны. Гоним по краю». Мультсериал. 6+
07.30 «ХОЗЯИН В ДОМЕ». Комедия (США). 0+
09.35 «ЧЕРНИЛЬНОЕ СЕРДЦЕ». Фэнтези (Германия—США—Великобритания). 12+
11.40 «ТАЧКИ-3». Анимационный фильм (США). 6+
13.45 «ПУТЕШЕСТВИЕ К ЦЕНТРУ ЗЕМЛИ». Фантастический приключенческий фильм (США). 12+
15.35 «ПУТЕШЕСТВИЕ-2. ТАИНСТВЕННЫЙ ОСТРОВ». Фантастический приключенческий фильм (США). 12+
17.25, 19.00 СЕРИАЛ «ДЫДЬДЫ». 16+
20.00 «ПОСЛЕЗАВТРА». Фантастический триллер (США). 12+
22.30 «ЗАБИРАЯ ЖИЗНИ». Психологический триллер (США). 16+
00.30 «Нино в деталях» с Федором Бондарчуком». 18+
01.35 «УИЛЬЯМ ШЕНСПИР. РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». Драма (США). 12+
03.30 СЕРИАЛ «МОЛОДЕНКА». 16+
05.05 «Ералаш». 0+

ДОМАШНИЙ

- 06.30 «Дурная покупка». 16+
06.30 «Б надров». 16+
07.10 «По делам несовершеннолетних». 16+
08.10 «Давай разведемся!». 16+
09.15 «Тест на отцовство». 16+
10.15 «Реальная мистика». 16+
12.15 «Понять. Простить». 16+
14.05 «Порча». 16+
14.35 «ЛУЧШЕЕ ЛЕТО НАШЕЙ ЖИЗНИ». Мелодрама. 16+
19.00 «В ПОЛДЕНЬ НА ПРИСТАНИ». Мелодрама. 16+
23.00 СЕРИАЛ «ДЫШИ СО МНОЙ». 13-15-я серии. 16+
02.00 «Порча». 16+
02.30 «Понять. Простить». 16+
03.50 «Реальная мистика». 16+
05.25 «Тест на отцовство». 16+
06.15 «Б надров». 16+

ТВ-3

- 06.00 Мультфильмы. 0+
09.20 СЕРИАЛ «СЛЕПАЯ». 16+
11.00 «Гадалька». 16+
12.00 «Не ври мне». 12+
15.00 «Мистические истории». 16+
16.00 «Гадалька». 16+
17.35 СЕРИАЛ «СЛЕПАЯ». 16+
18.40 СЕРИАЛ «МЕНТАЛИСТ». 12+
21.15 СЕРИАЛ «ИЛЛЮЗИОНИСТ». 16+
23.00 «ЖИВОТНОЕ». Худ. фильм (США). 12+
01.00 «СЛАВНЫЕ ПАРНИ». Худ. фильм (Великобритания—США). 16+
03.15 СЕРИАЛ «ДОБРАЯ ВЕДЬМА». 12+

ЗВЕЗДА

- 06.00 Информационно-развлекательная программа «Сегодня утром». 12+
08.00, 13.00, 18.00, 21.15 Новости дня
08.20 «Оружие Первой мировой войны». «Натяга смерти». Док. сериал. 12+
09.20, 10.05 СЕРИАЛ «ДРУГОЙ МАЙОР СОКОЛОВ». 1-3-я серии. 16+
10.00, 14.00 Военные новости
12.35, 13.20, 14.05 СЕРИАЛ «ДРУГОЙ МАЙОР СОКОЛОВ». 4-6-я серии. 16+
16.20, 21.25 «Открытый эфир». 12+
18.30 «Специальный репортаж». 12+
18.50 «ПВО: страна неба». 1-я серия. 12+
19.40 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндрияным. 12+
20.25 «Загадки вена с Сергеем Медведевым». «Нан создавали атомную бомбу». Док. сериал. 12+
23.05 «Менду тем» с Наталией Метлиной. 12+
23.40 СЕРИАЛ «СНАЙПЕР. ОРУЖИЕ ВОЗМЕЗДИЯ». 1-4-я серии. 16+
02.55 «НОГА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ». Социально-психологическая драма. 0+
04.25 «ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА». Драма. 12+

ТНТ

- 07.00 «ТНТ Gold». 16+
08.00 «Дом-2. Лето». 16+
10.15 «Дом-2. Остров любви». 16+
11.30 «Бородина против Бузовой». 16+
12.30 «Дом-2. Слеси свою любовь». 16+
13.30 «Танцы». 16+
15.35 СЕРИАЛ «НИКОНОВ». 16+
17.00 СЕРИАЛ «ИНТЕРНЫ». 16+
18.00 «ПОЛЧЕДИСКИЙ С РУБЛЕВИ. НОВОГОДИЙ БЕСПРЕДЕЛ». Нондья. 16+
20.00 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «ПОЛЯРНЫЙ». 16+
21.30 «Где логика? Двойная». 16+
22.00 «Орданды в России». 16+
23.00 «Дом-2. Город любви». 16+
00.00 «Дом-2. После заката». 16+
01.05 «МУЛЕН РУЖ». Мюзикл (Австралия—США). 12+
03.15 «ВОРОВА ННИГ». Военная драма (Германия—США). 12+
05.15 «Открытый микрофон». 16+
06.05 «ТНТ. Best». 16+

29 ОКТЯБРЯ ВТОРНИК

ТВ-канал ПЕРВЫЙ. Программа: 05.00, 09.25 Телеканал «Доброе утро»... 09.00, 03.00 Новости... 09.55 «Модный приговор»... 12.15, 17.00, 01.00 «Время покажет»... 15.15 «Давай познакомимся!»... 18.35 «На самом деле»... 21.30 СЕРИАЛ «МОСГАЗ: ОПЕРАЦИЯ «САТАНА»... 23.30 «Вечерний Ургант»... 03.05 «Время покажет».

ТВ-канал РОССИЯ 1. Программа: 05.00, 09.25 Утро России... 09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести... 09.55 «О самом главном»... 11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Вести. Местное время... 11.45 «Судьба человека с Борисом Ночвиным»... 12.50, 18.50 «60 Минут»... 14.45 «Что против?»... 17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир»... 21.00 СЕРИАЛ «ЕНАТЕРИНА: САМОЗВАНЦЫ»... 23.00 «Вечер с Владимиром Соловьевым»... 02.00 СЕРИАЛ «СЛЕДОВАТЕЛЬ ТИХОНОВ»... 03.55 СЕРИАЛ «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ».

ТВ-канал МАТЧ ТВ. Программа: 06.00 «Вся правда про...». 12+... 06.30 «Утопленные славы». 16+... 07.00, 08.55, 12.15, 14.55, 18.00, 22.15 Новости... 07.05, 12.15, 15.00, 18.55, 22.20, 00.40 Все на Матч!... 09.00 Футбол. Российская Премьер-лига. О+... 10.50 Тотальный футбол. 12+... 11.45 «На гол старше». 12+... 12.55 Смешанные единоборства. ONE FC. Нямран Аббасов против Себастьяна Надестама. 16+... 16.00 Смешанные единоборства. Bellator. Рори Макдональд против Дугласа Лимы. Виталий Минанов против Хави Аиллы. 16+... 18.05 «Белая профессия». Док. кино. 12+... 18.35 Восемь лучших. 12+... 19.25 Баскетбол. Евролига. Мунчичи. «Минчи» (Россия) – «Панатинаикос» (Греция). Прямая трансляция... 22.40 Футбол. Нубон Английской лиги. 1/8 финала. «Манчестер Сити» – «Саутгемптон». Прямая трансляция... 01.10 Футбол. Нубон Нидерландов. 1/32 финала. «Витесс» – «Де Графшпах». О+... 03.10 «Тает лед» с Алексеем Ягудиным. 12+... 03.40 «Фабрика скорости». 12+... 04.00 Футбол. Чемпионат Испании. «Алавес» – «Атлетико». О+

ТВ-канал НТВ. Программа: 05.10 СЕРИАЛ «ВЕРСИЯ». 16+... 06.00 «Утро. Самое лучшее». 16+... 08.05 «Мальцева». 12+... 09.00 СЕРИАЛ «ДИКИЙ». 16+... 10.00 Сегодня... 10.20 СЕРИАЛ «ДИКИЙ». 16+... 13.00 Сегодня... 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие... 14.00 «Место встречи»... 16.00 Сегодня... 16.25 «Следствие вели...». 16+... 17.15 «ДНН». 16+... 18.15 СЕРИАЛ «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». 12+... 19.00 Сегодня... 19.40 СЕРИАЛ «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». 12+... 21.00 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». 16+... 23.00 «Своя правда» с Романом Бабаганом... 00.00 Сегодня... 00.05 «Сегодня. Спорт»... 00.10 «Сегодня. История» с Татьяной Митновой. 12+... 01.10 «Место встречи»... 03.10 СЕРИАЛ «ПОДОЗРЕВАЮТСЯ ВСЕ». 16+... 03.40 СЕРИАЛ «ВЕРСИЯ». 16+

ТВ-канал 5-Й КАНАЛ. Программа: До 06.00 возможна профилактика... 05.00, 09.00, 13.00, 18.30, 03.25 «Известия»... 05.40 СЕРИАЛ «БРАТАНЫ-4». 17-14-я серии. 16+... 09.25 СЕРИАЛ «ЛУЧШИЕ ВРАГИ». 1-4-я серии. 16+... 13.25 СЕРИАЛ «БРАТАНЫ-4». 17-22-я серии. 16+... 19.00 СЕРИАЛ «СЛЕД». 16+... 22.20 СЕРИАЛ «УЛОВНЫЙ МЕНТ». 16+... 23.10 СЕРИАЛ «СЛЕД». 16+... 00.00 «Известия. Итоговый выпуск»... 00.25 СЕРИАЛ «СЛЕД». 16+... 01.10 СЕРИАЛ «ДЕТЕКТИВЫ». 16+

ТВ-канал РОССИЯ К. Программа: 06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры... 06.35 «Пешком...». Особняки Морозовых... 07.05, 20.05 «Правила жизни»... 07.35, 14.05 «Мария Терезия – теща и свекровь всей Европы». Док. фильм... 08.25 «Легенды мирового кино». Георгии Юматов... 08.50, 22.20 СЕРИАЛ «ШАХЕРЕЗАДА»... 10.15 «Наблюдатель»... 11.10, 01.30 XX век. «На политическом олимпе». Евгений Примаков. 1999... 12.00 Роман в жанре «Австрия. Зальцбург. Дворец Альтенау». Док. фильм... 12.30, 18.15, 00.45 «Тем временем. Смыслы»... 13.20 «Эпизоды»... 13.55 «Вет времени. Намере-обскура 15.10 «Эрмитан»... 15.40 «Белая студия»... 16.20 «ЮРИНЫ РАССВЕТЫ». Худ. фильм. 1-я серия... 17.35 Российские мастера исполнительского искусства. Ансамбль La Voce Strumentale... 19.00 «Театральная летопись»... 19.45 Главная роль... 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»... 20.45 Ступени цивилизации. «Фрасота и отчаяние. Австрийская императрица Сиси». Док. фильм... 21.40 Искусственный отбор... 23.50 «Театр времен Геты и Намы». Док. фильм... 02.15 «Оптическая иллюзия, или Взятие параллельного мира». Док. фильм

ТВ-канал ТВ-ЦЕНТР. Программа: 06.00 «Настроение»... 08.15 «Доктор И...». 16+... 08.45 «ЕНАТЕРИНА ВОРОНИНА». Мелодрама. 12+... 10.35 «Нонна Мордюкова. Право на одиночество». Док. фильм. 12+... 11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События... 11.50 «Петровна, 38». 16+... 12.05, 01.45 СЕРИАЛ «КОЛОМБО». 12+... 13.40 «Мой герой. Дарья Юргенс». 12+... 14.50 «Город новостей»... 15.05 СЕРИАЛ «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». 12+... 17.00 «Естественный отбор». 12+... 18.15 «СУФЛЕР». Детектив. 12+... 22.30, 03.15 «Осторожно, мошенник! Рабовладельцы XXI века». 16+... 23.05 ПРЕМЬЕРА «Ненцины Олега Дала». Док. фильм. 16+... 00.00 События. 25-й час... 00.35 «Петровна, 38». 16+... 00.55 «90-е. Горько!». 16+... 03.45 «Безумие. Плата за талант». Док. фильм. 12+... 04.35 «Из-подполья. Тайная империя дефицита». Док. фильм. 12+... 05.20 «В моей смерти прошу винить...». Док. фильм. 12+

ТВ-канал МОСКВА 24. Программа: 06.00, 06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30 Утреннее вещание... 09.45, 11.45, 14.40, 19.50, 05.15 The City. 12+... 10.00, 11.00, 12.00, 12.45, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 19.15, 20.00, 21.00, 22.00, 22.40, 00.00, 01.00, 03.00, 04.00, 05.00 Новости. 16+... 10.15, 21.15, 00.15, 01.35, 04.15 Московский патруль. 16+... 10.30, 21.30, 01.15, 04.30 Специальный репортаж. 12+... 11.15, 12.50, 14.45, 17.50, 05.20 Погода. 12+... 11.20, 14.15 ГОСТ. 12+... 12.15, 17.10, 05.30 Доктор 24. 12+... 13.15, 16.15, 18.15, 03.15 Сеть. 12+... 13.35, 15.35, 18.35 Прямое и сейчас. 16+... 15.15, 19.30, 22.20 Спорная территория. 12+... 16.30 Ничья в большом городе. 12+... 17.35 Интервью. 12+... 19.02 Москва сегодня. 16+... 20.30, 00.25 Рейд. 16+... 23.00, 02.00 Вечер. 16+... 03.30 Нлимат. 12+

ТВ-канал РЕН ТВ. Программа: 05.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+... 06.00, 15.00 «Документальный проект». 16+... 07.00 «С добрым утром!» 16+... 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». 16+... 09.00 «Засекреченные списки». Документальный спецпроект. 16+... 11.00 «Нам устроен мир с Тимофеем Баженовым». 16+... 12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». 16+... 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». 16+... 14.00 «Невероятно интересные истории». 16+... 17.00 «Тайны Чапман». 16+... 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+... 20.00 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ: ПРОТИВОСТОЯНИЕ». Фантастический боевик (США – Германия). 16+... 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». 16+... 00.30 «РЭМБО 2». Боевик (США). 16+... 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». 16+... 03.00 «Тайны Чапман». 16+... 04.40 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+

ТВ-канал СТС. Программа: 06.00 «Ералаш». О+... 06.25 «Приключения Вуди и его друзей». Мультсериал. О+... 06.40 «Драноны. Гоним по краю». Мультсериал. 6+... 07.05, 16.55, 18.00 СЕРИАЛ «СЕНЯ-ФЕДЯ». 16+... 08.05, 19.00 СЕРИАЛ «ДЫЛДЫ». 16+... 09.05 «ЗАБИРАЯ НИЗНИ». Психологический триллер (США). 16+... 11.10 «ПОСЛЕЗАВТРА». Фантастический триллер (США). 12+... 13.40 СЕРИАЛ «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». 16+... 20.00 «2012». Фильм-катастрофа (США). 16+... 23.10 «ЭКИПАЖ». Драматический триллер. 16+... 01.55 «ИНДИГО». Фантастический триллер. 16+... 03.25 СЕРИАЛ «МОЛОДЕЖКА». 16+... 05.00 «Ералаш». О+

ТВ-канал ДОМАШНИЙ. Программа: 06.30 «Удачная покупка». 16+... 06.40 «Б надров». 16+... 07.15 «По делам несовершеннолетних». 16+... 08.15 «Давай разведемся!». 16+... 09.20 «Тест на отцовство». 16+... 10.20 «Понять. Простить». 16+... 14.10 «Порча». 16+... 14.40 «НУРЮРТНЫЙ РОМАН». Комедия. 16+... 19.00 «СОЛНЕЧНОЕ ЗАТМЕНИЕ». Мелодрама. 16+... 23.05 СЕРИАЛ «ДЫШИ СО МНОЙ». 16-18-я серии. 16+... 02.05 «Порча». 16+... 02.35 «Понять. Простить». 16+... 03.55 «Реальная мистика». 16+... 05.30 «Тест на отцовство». 16+... 06.20 «Б надров». 16+

ТВ-канал ТВ-3. Программа: 06.00, 05.45 Мультфильмы. О+... 09.20 СЕРИАЛ «СЛЕПАЯ». 16+... 11.00 «Гадальна». 16+... 12.00 «Не ври мне». 12+... 15.00 «Мистические истории». 16+... 16.00 «Гадальна». 16+... 17.00 «Знаки судьбы». 12+... 17.35 СЕРИАЛ «СЛЕПАЯ». 16+... 18.40 СЕРИАЛ «МЕНТАЛИСТ». 12+... 21.15 СЕРИАЛ «ИЛЛЮЗИОНИСТ». 16+... 23.00 «СЛЕПЛЕННЫЙ ЖЕЛАНЬИМ». Худ. фильм (США). 16+... 01.00 «Человек-невидимка». 12+

ТВ-канал ЗВЕЗДА. Программа: 06.00 Информационно-развлекательная программа «Сегодня утром». 12+... 08.00, 13.00, 18.00, 21.15 Новости дня... 08.20 «Оружие Первой мировой войны». «На острие прорыва». Док. сериал. 12+... 09.20, 10.05 СЕРИАЛ «ДРУГОЙ МАЙОР СОКОЛОВ». 7-9-я серии. 16+... 10.00, 14.00 Военные новости... 12.35, 13.20, 14.05 СЕРИАЛ «ДРУГОЙ МАЙОР СОКОЛОВ». 8-12-я серии. 16+... 16.20, 21.25 «Открытый эфир». 12+... 18.30 «Специальный репортаж». 12+... 18.50 «ПВО: страна небеса». 2-я серия. 12+... 19.40 «Легенды армии с Александром Маршалом». Константин Недурбов. 12+... 20.25 «Улина из прошлого». 16... 23.05 «Менду тем» с Натальей Метлиной. 12+... 23.40 «ЩЕЛ ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ВОЙНЫ...». Герои-приключенческий фильм. 12+... 01.25 СЕРИАЛ «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». О+

ТВ-канал ТНТ. Программа: 07.00 «ТНТ. Gold». 16+... 09.00 «Дом-2. Лето». 16+... 10.15 «Дом-2. Стрелок любви». 16+... 11.30 «Бородина против Бузовой». 16+... 12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». 16+... 13.30 «План Б». 16+... 15.05 СЕРИАЛ «УНИВЕР». 16+... 17.00 СЕРИАЛ «ИНТЕРНИ». 16+... 19.00 СЕРИАЛ «НУКИ». 16+... 20.00 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «ПОЛЯРНЫЙ». 16+... 21.00 «Импровизация». 16+... 22.00 «Шлю» (Студия «Союз»). 16+... 23.00 «Дом-2. Город любви». 16+... 00.00 «Дом-2. После заната». 16+... 01.05 «ОХОТНИКИ ЗА СОКРОВИЩАМИ». Военный фильм (Германия-США). 12+... 03.10 «ВОЙНА РОЗ». Комедийная мелодрама (США). 12+... 04.55 «Открытый микрофон». 16+... 06.35 «ТНТ. Best». 16+



Креветки «Естественный отбор» Морепродукты – вкусная и полезная еда. Креветка содержит почти все необходимые питательные вещества, включая кальций, магний, цинк, фосфор и витамин D, для наращивания костной ткани. Но это при условии, что она – качественная. А если она выращена в грязных условиях, есть ее может быть опасно! Где их разводят, если не в море?



Подлинная история Русской революции Документальный фильм Февральская революция разрушила тысячелетнюю монархию. В стране наступила эра невиданной свободы. Казалось, России ждет взлет и процветание. Но страна получила разоруху, экономический кризис и поражения на фронтах. Вскоре пришло еще одно потрясение – Октябрьская революция.

30 ОКТЯБРЯ СРЕДА

ТВ-канал ПЕРВЫЙ. Программа: 05.00, 09.25 Телеканал «Доброе утро»... 09.00, 03.00 Новости... 09.55 «Модный приговор»... 12.15, 17.00, 02.00 «Время покажет»... 15.15 «Давай познакомимся!»... 16.00 «Мужское / Женское»... 18.00 Вечерние новости... 18.35 «На самом деле»... 19.45 «Пусть говорят»... 21.30 СЕРИАЛ «МОСГАЗ: ОПЕРАЦИЯ «САТАНА»... 23.30 «Вечерний Ургант»... 03.05 «Время покажет».

ТВ-канал РОССИЯ 1. Программа: 05.00, 09.25 Утро России... 09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести... 09.55 «О самом главном»... 11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Вести. Местное время... 11.45 «Судьба человека с Борисом Ночвиным»... 12.50, 18.50 «60 Минут»... 14.45 «Что против?»... 17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир»... 21.00 СЕРИАЛ «ЕНАТЕРИНА: САМОЗВАНЦЫ»... 23.00 «Вечер с Владимиром Соловьевым»... 02.00 СЕРИАЛ «СЛЕДОВАТЕЛЬ ТИХОНОВ»... 03.50 СЕРИАЛ «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ».

ТВ-канал МАТЧ ТВ. Программа: 06.00 «Вся правда про...». 12+... 06.30 «Утопленные славы». 16+... 07.00, 08.55, 11.00, 13.35, 15.40, 18.20 Новости... 07.05, 11.05, 15.45, 20.55, 00.25 Все на Матч!... 09.00 Футбол. Нубон Германии. «Ба-вария». О+... 11.35 Футбол. Чемпионат Италии. «Брешиа» – «Интер». О+... 13.40 Профессиональный бокс. Всемирная Суперсерия. Финал. Р. Прогрейс против Дж. Тейлора. Д. Чисора против Д. Прайса. 16+... 16.20 Футбол. Чемпионат Испании. «Барселона» – «Вальядолид». О+... 18.25 Все на футбол!... 18.55 Футбол. Олимп – Нубон России по футболу сезона 2019-2020. 1/8 финала. ЦСКА – «Уфа». Прямая трансляция... 21.15 «Однанды в Лондоне». 12+... 21.50 Английский акцент... 22.25 Футбол. Нубон Английской лиги. 1/8 финала. «Ливерпуль» – «Арсенал». Прямая трансляция... 01.00 Баскетбол. Евролига. Мунчичи. «Нальгири» – «Зенит». О+... 03.00 Баскетбол. Нубон Европы. «Дерюшшафана» – УНИКС. О+... 05.00 «Нестонкий спорт». 16+... 05.30 «Команда мечты». 12+

ТВ-канал НТВ. Программа: 05.10 СЕРИАЛ «ВЕРСИЯ». 16+... 06.00 «Утро. Самое лучшее». 16+... 08.05 «Мальцева». 12+... 09.00 СЕРИАЛ «ДИКИЙ». 16+... 10.00 Сегодня... 10.20 СЕРИАЛ «ДИКИЙ». 16+... 13.00 Сегодня... 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие... 14.00 «Место встречи»... 16.00 Сегодня... 16.25 «Следствие вели...». 16+... 17.15 «ДНН». 16+... 18.15 СЕРИАЛ «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». 12+... 19.00 Сегодня... 19.40 СЕРИАЛ «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». 12+... 21.00 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». 16+... 23.00 «Своя правда» с Романом Бабаганом... 00.00 Сегодня... 00.05 «Сегодня. Спорт»... 00.10 «Сегодня. История» с Татьяной Митновой. 12+... 01.00 «Место встречи»... 02.55 СЕРИАЛ «ВЕРСИЯ». 16+

ТВ-канал 5-Й КАНАЛ. Программа: 05.00, 09.00, 13.00, 18.30, 03.25 «Известия»... 05.35 СЕРИАЛ «БРАТАНЫ-4». 17-20-я серии. 16+... 09.25 СЕРИАЛ «ЛУЧШИЕ ВРАГИ». 5-8-я серии. 16+... 13.25 СЕРИАЛ «БРАТАНЫ-4». 23-28-я серии. 16+... 19.00 СЕРИАЛ «СЛЕД». 16+... 22.20 СЕРИАЛ «УЛОВНЫЙ МЕНТ». 16+... 23.10 СЕРИАЛ «СЛЕД». 16+... 00.00 «Известия. Итоговый выпуск»... 00.25 СЕРИАЛ «СЛЕД». 16+... 01.10 СЕРИАЛ «ДЕТЕКТИВЫ». 16+

ТВ-канал РОССИЯ К. Программа: 06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры... 06.35 «Пешком...». Москва торговая... 07.05, 20.05 «Правила жизни»... 07.35, 14.05 «Фрасота и отчаяние. Австрийская императрица Сиси». Док. фильм... 08.25 «Легенды мирового кино». Татьяна Пельтцер... 08.55, 22.20 СЕРИАЛ «ШАХЕРЕЗАДА»... 10.15 «Наблюдатель»... 11.10, 01.20 XX век. «Композитор Ничита Богословский». Док. фильм. 1978... 12.30, 18.15, 00.30 «Что делать?»... 13.20 Искусственный отбор... 15.10 Библейский сюжет... 15.40 «Сети. Несущая классика...»... 16.25 «ЮРИНЫ РАССВЕТЫ». Худ. фильм. 2-я серия... 17.25 Российские мастера исполнительского искусства. Вадим Регин, Владимир Юровский и Государственный академический симфонический оркестр России им. Е.Ф. Светланова... 19.00 «Театральная летопись»... 19.45 Главная роль... 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»... 20.45 Ступени цивилизации. «Египетский поход Наполеона Бонапарта». Док. фильм. 1-я серия. «Завоевание»... 21.40 «Абсолютный слух»... 23.50 «Соловечий. Первый и последний». Док. фильм... 02.40 «Pro meteo!». «Ответы»

ТВ-канал ТВ-ЦЕНТР. Программа: 06.00 «Настроение»... 08.15 «Доктор И...». 16+... 08.45 «СВЕПЛЕННЫЙ ЗАГОВОР». Детектив. 12+... 10.40 «Свеволд Санаев. Оптимистическая трагедия». Док. фильм. 12+... 11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События... 11.50, 00.35 «Петровна, 38». 16+... 12.05, 01.40 СЕРИАЛ «КОЛОМБО». 12+... 13.40 «Мой герой. Александр Нурбин». 12+... 14.50 «Город новостей»... 15.05 СЕРИАЛ «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». 12+... 17.00 «Естественный отбор». 12+... 18.15 «ТРОУБНЫЙ ПЕС НОРОЛЕТЫ ДИОНАННЫ». Детектив. 12+... 22.30, 03.15 «Линия защиты». 16+... 23.05 ПРЕМЬЕРА «Модель советской сборной». Док. фильм. 16+... 00.00 События. 25-й час... 00.55 «03.45 «Мунчичи Лидии Федосеевой-Шушжиной». Док. фильм. 16+... 04.35 «90-е. Наркота». 16+... 05.20 «По следу оборотня». Док. фильм. 12+

ТВ-канал МОСКВА 24. Программа: 06.00, 06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30 Утреннее вещание... 09.45, 11.45, 14.40, 19.50, 05.15 The City. 12+... 10.00, 11.00, 12.00, 12.45, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 19.15, 20.00, 21.00, 22.00, 22.40, 00.00, 01.00, 03.00, 04.00, 05.00 Новости. 16+... 10.15, 21.15, 00.15, 01.35, 04.15 Московский патруль. 16+... 10.30, 21.30, 01.15, 04.30 Специальный репортаж. 12+... 11.15, 12.50, 14.45, 17.50, 05.20 Погода. 12+... 11.20, 14.15 ГОСТ. 12+... 12.15, 17.10, 05.30 Доктор 24. 12+... 13.15, 16.15, 18.15, 03.15 Сеть. 12+... 13.35, 15.35, 18.35 Прямое и сейчас. 16+... 15.15, 19.30, 22.20 Спорная территория. 12+... 16.30 Ничья в большом городе. 12+... 17.35 Интервью. 12+... 19.02 Москва сегодня. 16+... 20.30, 00.25 Рейд. 16+... 23.00, 02.00 Вечер. 16+... 03.30 #Завод. 12+

ТВ-канал РЕН ТВ. Программа: 05.00 «Территория заблуждений» 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+... 09.00, 15.00 «Засекреченные списки». Документальный спецпроект. 16+... 11.00 «Нам устроен мир с Тимофеем Баженовым». 16+... 12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». 16+... 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». 16+... 14.00 «Невероятно интересные истории». 16+... 17.00 «Тайны Чапман». 16+... 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+... 20.00 «УБИЙЦА 2. ПРОТИВ ВСЕХ». Боевик (США). 16+... 22.20 «Смотреть всем!» 16+... 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». 16+... 00.30 «РЭМБО 4». Боевик (Германия – США). 16+... 02.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+... 03.00 «Тайны Чапман». 16+... 04.30 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. 16+

ТВ-канал СТС. Программа: 06.00 «Ералаш». О+... 06.25 «Приключения Вуди и его друзей». Мультсериал. О+... 06.40 «Драноны. Гоним по краю». Мультсериал. 6+... 07.05, 18.00 СЕРИАЛ «СЕНЯ-ФЕДЯ». 16+... 08.05, 19.00 СЕРИАЛ «ДЫЛДЫ». 16+... 09.05 «Уральские пельмени». Смехохит. 16+... 10.00 «2012». Фильм-катастрофа (США). 16+... 13.05 СЕРИАЛ «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». 16+... 20.00 «ГЛУБОКОВЫЙ ГОРИЗОНТ». Драматический триллер (Гонконг-США). 16+... 22.05 ПРЕМЬЕРА «ПЯТАЯ ВОЛНА». Фантастический боевик (США – Великобритания). 16+... 00.25 «МОЯ МАЧЕХА – ИНОПЛАНЕТЯНКА». Фантастическая комедия (США). 12+... 02.25 «БЕЛКА И СТРЕЛКА. ЗВЕЗДНЫЕ СОБАКИ». Анимационный фильм. О+... 03.45 СЕРИАЛ «МОЛОДЕЖКА». 16+... 04.35 СЕРИАЛ «БОЛЬШАЯ ИГРА». 16+... 04.55 «Ералаш». О+

ТВ-канал ДОМАШНИЙ. Программа: 06.30 «Удачная покупка». 16+... 06.40 «Б надров». 16+... 07.10 «По делам несовершеннолетних». 16+... 08.15 «Давай разведемся!». 16+... 09.15 «Тест на отцовство». 16+... 10.15 «Реальная мистика». 16+... 12.15 «Понять. Простить». 16+... 14.05 «Порча». 16+... 14.35 «НУРЮРТНЫЙ РОМАН – 2». Комедия. 16+... 19.00 «БЕЛАЯ ВОРОНА». Мелодрама. 16+... 23.00 СЕРИАЛ «ДЫШИ СО МНОЙ». 19-20-я серии. 16+... 01.05 СЕРИАЛ «ДЫШИ СО МНОЙ. СЧАСТЬЕ ВЗАИМНО». 1-я серия. 16+... 02.00 «Порча». 16+... 02.30 «Понять. Простить». 16+... 03.50 «Реальная мистика». 16+... 05.25 «Тест на отцовство». 16+... 06.15 «Б надров». 16+

ТВ-канал ТВ-3. Программа: 06.00, 05.45 Мультфильмы. О+... 09.20 СЕРИАЛ «СЛЕПАЯ». 16+... 11.00 «Гадальна». 16+... 12.00 «Не ври мне». 12+... 15.00 «Мистические истории». 16+... 16.00 «Гадальна». 16+... 17.00 «Знаки судьбы». 12+... 17.35 СЕРИАЛ «СЛЕПАЯ». 16+... 18.40 СЕРИАЛ «МЕНТАЛИСТ». 12+... 21.15 СЕРИАЛ «ИЛЛЮЗИОНИСТ». 16+... 23.00 «Табу». 16+... 00.00 СЕРИАЛ «НЕЙРОДЕТЕКТИВ». 16+... 03.30 «Тайные знаки». 12+

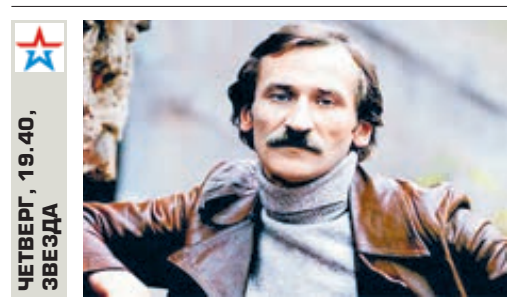
ТВ-канал ЗВЕЗДА. Программа: 06.00 Информационно-развлекательная программа «Сегодня утром». 12+... 08.00, 13.00, 18.00, 21.15 Новости дня... 08.20 «Оружие Первой мировой войны». «Воздушная тревога». Док. сериал. 12... 09.20, 10.05 СЕРИАЛ «ДРУГОЙ МАЙОР СОКОЛОВ». 13-15-я серии. 16+... 10.00, 14.00 Военные новости... 12.35, 13.20, 14.05 СЕРИАЛ «ДРУГОЙ МАЙОР СОКОЛОВ». 16-18-я серии. 16+... 16.20, 21.25 «Открытый эфир». 12+... 18.30 «Специальный репортаж». 12+... 18.50 «ПВО: страна небеса». 3-я серия. 12... 19.40 «Последний день». Георгии Юматов. 12+... 20.25 «Секретные материалы». Док. сериал. 12+... 23.05 «Менду тем» с Натальей Метлиной. 12+... 23.40 «ОПЕЧАТКА ИМПЕРАТОРА ТАЙГИ». Приключенческий фильм. 16+... 01.25 «ОДИН ШАНС ИЗ ТЫСЯЧИ». Героико-приключенческий фильм. 12+... 02.50 «ЗОСЯ». Мелодрама. О... 03.50 «НАЧАЛЬНИК ЧУКОТКИ». Комедия. О+... 05.20 «Прекрасный полк. Софья». Док. сериал. 12+

ТВ-канал ТНТ. Программа: 07.00 «ТНТ. Gold». 16+... 09.00 «Дом-2. Лето». 16+... 10.15 «Дом-2. Стрелок любви». 16+... 11.30 «Бородина против Бузовой». 16+... 12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». 16+... 13.35 «Большой завтрак». 16+... 14.00 СЕРИАЛ «САШАТАНА». 16+... 15.00 СЕРИАЛ «УНИВЕР». 16+... 17.

31 ОКТЯБРЯ ЧЕТВЕРГ

Grid of TV channels and their programs for October 31st. Channels include ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Programs listed include news, sports, and entertainment.

Grid of TV channels and their programs for October 31st. Channels include МОСКВА 24, РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Programs listed include news, sports, and entertainment.



Леонид Филатов
«Легенды кино»
Леонида Филатова обожают все женщины Советского Союза, а он безумно комплексовал и считал себя некрасивым. Он тонко чувствовал жизнь, но превыше всего ставил любовь. Любовь к близким и родным людям, любовь к творчеству. Любовь, на которую так и не хватило времени...



«Ноев ковчег» Степана Исаакяна
Документальный фильм
Талантливый дрессировщик Степан Исаакян был первым, кто ввел на арену цирка экзотических животных. Артист расскажет об удивительных трюках, которые выполняют бегемоты и обезьяны, антилопы, удавы и экзотические птицы и об отважном и увлекательном труде дрессировщика.

1 НОЯБРЯ ПЯТНИЦА

Grid of TV channels and their programs for November 1st. Channels include ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Programs listed include news, sports, and entertainment.

Grid of TV channels and their programs for November 1st. Channels include МОСКВА 24, РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Programs listed include news, sports, and entertainment.



2 НОЯБРЯ СУББОТА

Grid of TV channels and programs for Saturday, Nov 2. Channels include ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР.

Grid of TV channels and programs for Saturday, Nov 2. Channels include МОСКВА 24, РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ.



Пудель с мандатом «90-е»
В сентябре 1997 год на глаза Борису Ельцину попалась статья в газете: маром города Ленинск-Кузнецкий избран трижды судимый Геннадий Нонякин.



Гарик Сукачев «Он и она»
С супругой Ольгой Игорь Иванович прожил уже 35 лет и искренне считает, что они созданы друг для друга.

3 НОЯБРЯ ВОСКРЕСЕНЬЕ

Grid of TV channels and programs for Sunday, Nov 3. Channels include ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР.

Grid of TV channels and programs for Sunday, Nov 3. Channels include МОСКВА 24, РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ.



НА ЗДОРОВЬЕ

«КЛЮЧОМ» – ПО ГОЛОВЕ

Доктор Хасай Алиев предлагает проверенное средство от стрессов

Это тот исключительный случай, когда ироничное народное наблюдение – «Жизнь бьет ключом! И все по голове!» – обретает ярко выраженный оптимистический характер. А все потому, что «Ключ» доктора Хасая Алиева «бьет» не только по голове, но и по всем системам человеческого организма, позволяя сохранять и обретать здоровье и бодрость духа.

ВАЛЕРИЙ ВОЛОДЧЕНКО

Хасай Алиев давно уверяет, что действительно нашел «Ключ» – надежный метод психофизиологической саморегуляции. Он широко используется для реабилитации сотрудников спецподразделений МВД, ФСБ, Минобороны. В МЧС с помощью «Ключа» приводят в норму участников аварийно-спасательных мероприятий.

За психологическую подготовку военного персонала в дни трагических событий с атомомходом «Курск», реабилитацию пострадавших от терактов в Кизляре, Каспийске, Москве, Беслане, а также за обучение военных психологов, направляемых в горячие точки, доктор Алиев отмечен государственными наградами и благодарностями.

Но говорить о широком признании и активном применении этого метода пока не приходится. Рядовым российским гражда-



ФОТО: ИРИНА ПЕТРОВА

нам, далеко не агентам 007, этот способ защиты от стресса практически неизвестен. Массового применения, как того достоин, «Ключ» не получил до сих пор. А жаль. Уверен: управлять собой и своими эмоциями нужно уметь каждому человеку, ведь жизнь состоит не только из праздников – встречаются в ней и горькие страницы.



...Свой «Ключ» выпускник Дагестанского мединститута Хасай Алиев нашел в подмосковном Звездном Городке, в Центре подготовки космонавтов. Здесь еще в начале 1980-х он осуществлял психологическую поддержку экипажей, отправляющихся на орбиту. И вскоре отметил одну закономерность.

– Однажды группе космонавтов я предложил воспроизвести по памяти ощущения пережитого ими состояния невесомости, – вспоминает Хасай Магомедович. – У них при этом стали автоматически «всплывать» руки, возникло состояние внутренней легкости. Контрольной группе испытуемых, не имевших еще опыта космического полета, предложил

представить, что у них «всплывают» руки. И руки, представьте, «всплыли». То есть «невесомость» возникла на Земле!

Это действительно похоже на ключ, открывающий человеку доступ к управлению собственным организмом. К тому же у покорителей космоса есть знаменитая команда – «Ключ на старт!» Отсюда и название метода.

А применили «Ключ» к повседневным, земным реалиям? Конечно, уверен доктор Алиев. Это же саморегуляция – управление внутренними процессами психики и организма в целом. Стресс признан бичом цивилизации XXI века, сегодня он правит миром, а тут, выясняется, можно с помощью психофизиологической саморегуляции жить без стресса.

Как именно? Механизмы саморегуляции заложены в природе человека. Однако чаще они проявляются в исключительных, экстремальных случаях, стихийно. «Ключ» же развивает эту способность и помогает человеку ею овладеть. Несколько упражнений на эту тему доктор Алиев предлагает вам сделать прямо сейчас.

Вы скажете: так на то же самое нацелены и йога, аутогенная тренировка. А еще физические упражнения, массажи и сауна помогают поддерживать тонус. Все так, но радикальной защитой от стресса они не являются. Потому что воздействуют на организм человека больше извне, а стресс снимается только изнутри. Для чего доктор Хасай Алиев предлагает использовать подбор «ключевых» приемов. Попробуйте – и оцените!

ШЕСТЬ УПРАЖНЕНИЙ ОТ ДОКТОРА АЛИЕВА

● **Расхождение рук**

Встаньте и вытяните расслабленные руки перед собой. Настройтесь на то, что они начинают расходиться в стороны. Не спешите, сосредоточьтесь, руки должны «поплыть» сами. Представьте, что они отталкиваются друг от друга, как однополюсные магниты. Когда руки начинают движение, возникают приятные ощущения. Их важно запомнить и не потерять ниточку внутренней связи. Пользуясь таким установившимся внутренним контактом, можно управлять не только движением рук, но и снимать головную боль, регулировать артериальное давление, улучшать настроение.

● **Схождение рук**

Разведите руки в стороны и настройтесь на их движение друг к другу.

● **Парение рук. Левитация**

Руки опущены. Представьте, что рука стала легкой и поднимается, всплывает. Когда по вашей воле ваша рука начнет всплывать, как у космонавта в невесомости, вам трудно будет удержаться от улыбки.

● **Полет**

Если одна рука начинает всплывать, позвольте сделать это и второй руке. Представьте, что вы летите, а руки – крылья. Старайтесь дышать свободно и полной грудью. Вспоминайте приятные ощущения, доставлявшие вам радость. «Полет» – главное упражнение, ибо развивает у человека умение генерировать в себе чувство внутренней свободы.

● **Покачивание**

Покачивания тела – уникальный прием для быстрого развития координации и способности управлять своим состоянием. Все упражнения на развитие координации формируют и устойчивость к стрессу.

● **Движения головой**

Сидя или стоя, начинайте вращать головой и ищите приемлемый, приятный ритм, а также амплитуду поворота. Вы как бы выполняете лечебное упражнение для мышц шеи. Через некоторое время человек отключается от проблем, успокаивается, ему становится легче дышать.

ДАЛЕКО ОТ МОСКВЫ

Гуляя по родным московским местам, с некоторым изумлением наблюдаю, как в третий раз за два года на нашем бульваре перекладывают тротуарную плитку. **Богата столица, что там говорить! А вот интересно, что было бы, если бы компании, добывающие в недрах России богатства, все наши промышленные гиганты, лесопромышленные комплексы, шахты, рудники и иные источники национального дохода, начали бы регистрироваться по месту их промыслов? То-то и оно! Почаще бы высокие чиновники обращали свои взоры за пределы МКАД...**



ЮРИЙ СОВТЦОВ
ВЕДУЩИЙ «ДМ»

● **СЧАСТЛИВЫЙ БИЛЕТ ДО УРЮПИНСКА**

Предприниматель Василий Дубейковский недавно переехал из Москвы в Урюпинск. Его бизнес – брендинг малых городов, и переезд помог ему лучше узнать, чем живет провинция. Сейчас в команде Василия восемь человек. Они разработали проекты для таких городов, как Добрянка, Ко-

стомушка, Ангарск, Свияжск, Болгар. Одновременно Василий проводит тренинги для местных чиновников и менеджеров компаний. Он делится с друзьями своей уверенностью: начинать свой бизнес в провинции выгоднее. **P.S.** Переезд предпринимателей из столиц в регионы – тренд последних лет, считает проректор РАНХиГС Сергей Мясоедов. В Москве, объяснил он, жестче конкурентная борьба, в регионах требования помягче.

● **ДОРОГИЕ МОИ СТАРИКИ**

Этой строчкой из песни назвала свою коллекцию кукол художница Ирина Верхградская из Новосибирска. Представьте: более 60 персонажей! В них вы узнаете родных, знакомых или случайно увиденных на улице пожилых людей. Ирина занимается любимым делом вот уже 30 лет, итог – 1,6 тысячи персонажей. Вплоть музей открывать! **P.S.** Миниатюрные куклы российских бабушек и дедушек в исполнении Ирины Верхградской вызвали широкий отклик в соцсетях. Под постами с фотографиями ее работ – десятки тысяч комментариев. Она выставляет работы не только в России, но и в странах СНГ. Везде, кроме... Новосибирска. О выставке в родном городе художница только мечтает.

НОВОСИБИРСК – 3396 КМ
ОТ МОСКВЫ



● **САМ СЕБЯ НЕ УВЕКОВЕЧИШЬ...**

Депутат Законодательного собрания Вологодской области от «Единой России» Павел Горчаков открыл в Никольске мемориальную доску, посвященную... самому себе. Как сообщает портал Вологды gorodvo.ru, плиту повесили на фасаде районного ОВД, где Павел Горчаков занимал должность начальника. А газета «Вологодская правда» отмечает, что, по мнению Павла Горчакова, новое помещение у полицейских Никольска появилось только благодаря его трудам.

P.S. Ну что тут скажешь... Остается ждать открытия памятника, которым депутат решит увековечить себя любимого. Такое дело нельзя пускать на самотек. **НИКОЛЬСК – 768 КМ ОТ МОСКВЫ**

● **ПЧЕЛКУ ЖАЛКО!**

Руководители шести сельхозпредприятий Тульской области получили представление от прокуратуры в связи с массовой гибелью пчел при обработке пестицидами полей в регионе. В текущем году в ряде регионов РФ была зафиксирована гибель пчел, основной причиной которой, по оценке Минсельхоза, стало несоблюдение сельхозпроизводителями правил и норм применения пестицидов, а также несвоевременное оповещение

пчеловодов о предстоящих обработках полей.

P.S. Всего же нынешним летом потери на пчелином фронте составили около 2% от общего количества пчелосемей в стране. От таких цифр горчит во рту.

ТУЛА – 173 КМ ОТ МОСКВЫ

● **КОСОЛАПЫЕ ШУТОН НЕ ПОНИМАЮТ**

А в Забайкальском крае другая напасть: медведи не спешат забираться в берлоги и терроризируют местное население. Людей предупреждают об опасности в СМИ, власти разработали специальные

памятки. Но случаев нападения со стороны косолапых все больше.

В Дудьдургинском районе мужчина попал в больницу после нападения зверя, в Хилокском погибла женщина. Война набирает силу: медведи разрешили отстреливать.

P.S. Специалисты связывают массовую миграцию медведей в населенные пункты с нехваткой пищи в лесу, к которой привели бушевавшие нынешним летом пожары. Их нынче разрешают не тушить – мол, слишком затратно. Но медведи таких тонкостей не знают, они есть хотя.

ЧИТА – 4738 КМ ОТ МОСКВЫ

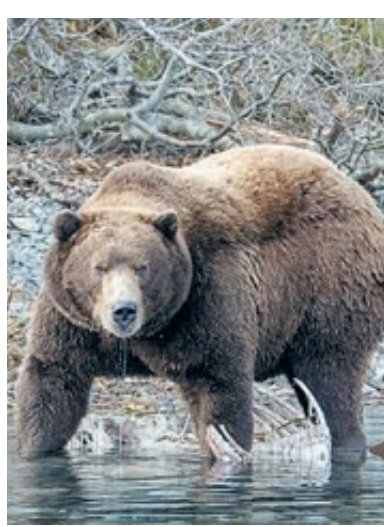


ФОТО: ИЗ ОТЧЕТОВ ОБЪЕДИНЕНИЯ

Хронические запоры? Геморрой? Фибралакс Эвалар

В отличие от обычных слабительных, лекарство **Фибралакс Эвалар**:

1. **Восстанавливает** регулярную работу кишечника даже при хронических запорах.
2. **Облегчает** симптомы геморроя, размягчая кишечное содержимое и действуя как смазка.

Растворимые волокна в составе **Фибралакса** способствуют:

1. Восстановлению кишечной микрофлоры².
2. Снижению риска возникновения опухолей прямой кишки².

Разрешен к применению беременным женщинам³.

При лечении геморроя – добавьте Фибралакс!

Лекарства Эвалар – здоровье, доступное каждому!

www.evalar.ru 8-800-200-52-52 (для справок).



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Главный редактор В.П. СИМОНОВ
Редакционная коллегия: Г. Агишева, С. Бирюнов, Ф. Нислов (ответственный секретарь), Ю. Рясный (заместитель главного редактора), М. Морозов (заместитель главного редактора), 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.

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

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

«Труд» печатается в городах: Нишине, Москва, Санкт-Петербург, Уфа

Отпечатано в филиале ОАО «Волоколамская типография» 143600, г. Волоколамск, улица Парковая, дом 9 Тел.: (496) 362-40-14, (496) 362-14-01 http://www.volokolset.ru E-mail: volokolset@mail.ru

Знак № 2916

Индex: 10220, 10225, 10265, 32068, 50130. Общий тираж, включая страны СНГ, — 1 580 000 экз. Тираж в России 998 000 экз. Официальный сайт газеты «Труд» — www.trud.ru Срок подписания в печать: 19.30 Номер подписки: 19.30

