

ДОБРЫЕ СОВЕТЫ

ПОЧИТАЕМ
НА ДОСУГЕ

Здоровье Красота
Кухня Саг - огород
Ответы на вопросы читателей



■ ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

В сезон простуд почаще балуйте семью тыквенными оладьями и вялеными помидорами

Наше сердце тоже может простудиться. Увы, осложнения в виде различных миокардитов (воспалений сердечной мышцы) - довольно нередкое явление после недолеченного гриппа или ангины. Так что если простудные симптомы прошли, но появились сильная слабость, сердцебиение, одышка даже при небольших нагрузках и боли за грудиной, то нелишним будет навестить кардиолога и хотя бы сделать ЭКГ.

Но чтобы до этого не дошло, давайте укреплять наш мотор, чтобы он не "загривовал". Начнем с самого приятного - с еды.

1. Каждый день грызьте грецкие орехи - хватит одной горсти.

В них очень много магния, важного для того, чтобы сердце хорошо качало кровь, и селена, который повышает иммунитет, рассказывает кардиолог Тамара Огнева.

2. Пару раз в неделю ешьте брокколи.

Именно этот вид капусты назван идеальным продуктом для поддержания в норме артериального давления благодаря клетчатке, калию, кальцию, магнию и витамину С. Одна 200-граммовая порция брокколи в день помогает расслабить стенки сосудов. Только не стоит долго ее варить или тушить. Достаточно минут



Пять продуктов для осенней подзарядки сердца

на пять опустить в кипяток. Ведь при интенсивной термической обработке витамин С разрушается.

3. Почаще балуйте свою семью тыквенными оладьями.

В тыкве много солей цинка, важных для тонуса сосудов и сердца. К тому же мякоть тыквы очень богата

особенно ценным в короткой световой день витамином D, нехватка которого ослабляет сердечную проводимость.

4. Пейте томатный сок и не скупились сдабривать блюда томатными соусами.

Помидоры - лучший источник антиоксиданта ликопина. Причем он лучше усваивается не из свежих плодов, а из тушеных, запеченных и вяленых. Суточная профилактическая доза ликопина - 10 - 15 мг. Ее можно добыть на выбор из: 200 г томатов в собственном соку, 2 стаканов сока, 3 - 4 ложек натурального томатного соуса или парочки вяленых помидоров в оливковом масле.

5. Чтобы наш мотор был мощным, нужен полноценный белок.

Ведь сердце как-никак мышца. Так что сейчас явно не время для низкобелковых диет. Хорошо каждый день съедать не меньше 200 граммов курицы, индейки, кролика. А вот с красным мясом поосторожнее - в говядине есть протеины, угнетающие обновление клеток сосудов. Так что стейками наслаждаемся не чаще раза в неделю. Кстати, неплохая замена мясу - стручковая и красная фасоль, в ней есть растительные белки, сходные по структуре с мясными.

НОВОСТИ МЕДИЦИНЫ

Риск инсульта можно узнать по глазам?

Швейцарские ученые предложили использовать простой тест для оценки риска инсульта. Надо всего-навсего периодически измерять внутриглазное давление. Это исследование есть в арсенале практически каждого врача-окулиста. Как сообщает медицинский журнал Ophthalmology, специалисты под руководством Паскаля Бруно Кнехта из Цюрихского университета отобрали 67 пациентов, у большинства из которых уже было диагностировано сужение просвета сонных артерий. Это состояние - один из важных факторов риска острого нарушения мозгового кровообращения, то есть инсульта.

Ученые сопоставили степень сужения шейных артерий с разницей показателей внутриглазного давления. Причем глазное давление пациентам измеряли в разные фазы работы сердца - систолу и диастолу. И выяснилось, что у людей с высоким риском инсульта (чья артерия были сужены больше всего) самая маленькая разница между показателями внутриглазного давления.

Специалисты считают, что это простое исследование поможет врачам выявлять риск инсульта с точностью от 60 до 80%.

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА

Тамара Огнева, к. м. н., кардиолог:

- Сейчас для обследования шейных сосудов применяются такие дорогостоящие и не всегда доступные методы, как доплерография и МРТ. И назначают их зачастую уже тогда, когда риск инсульта очень высок. А оценка разницы внутриглазного давления, как утверждают авторы исследования, позволит обнаружить сужение просвета сонных артерий на самом раннем этапе, пока у человека еще не появились угрожающие симптомы. Если метод получит клиническое подтверждение, то это поможет спасти множество людей от сосудистой катастрофы.

ВОПРОС - ПОЧЕМУ ВЫПАДАЮТ ЗУБЫ?
За год потеряла два зуба. Ем молочное, зубы чищу. Почему ничего не помогает?

М. Фёдорова
Отвечает доктор Сергей Агапкин, ведущий программы «О самом главном».

- Зубы разрушают внешние (удары, разгрызание твёрдых предметов, перепады температур, воздействие отбеливающих средств) и внутренние (нарушения обмена веществ, запущенные заболевания слизистой оболочки, воспаление дёсен, лорганов) причины. Их необходимо исключить (для этого следует обследоваться у стоматолога и терапевта). Также нужно соблюдать гигиену полости рта: использовать соответствующую пасту, зубную нить.

МОЖНО ЛИ БЕРЕМЕННЫМ КРАСИТЬ НОГТИ?
Говорят, что лак для ногтей опасен, особенно для тех женщин, которые думают завести детей. Неужели нельзя делать маникюр?

Е. Мусеева
Отвечает Ольга Тимофеева-Дубовская, кандидат биологических наук, эксперт по сертификации парфюмерно-косметической продукции:

- И лак для ногтей, и многие другие виды декоративной косметики могут содержать фталаты. Эти вещества нужны для улучшения качества косметических средств, но одновременно они могут быть вредными, особенно для развивающегося плода. Это связано с тем, что фталаты по действию похожи на женские половые гормоны. Поэтому во время беременности такой косметикой лучше не пользоваться. Сделайте на девять месяцев паузу.

УЧЕНЫЕ КОЖУРА ЯБЛОК И ТОМАТОВ МОЖЕТ ОЧИСТИТЬ ВОДУ ОТ ТЯЖЕЛЫХ МЕТАЛЛОВ

Использование природных адсорбентов может сыграть важную роль в районах, где ядовитыми соединениями заражены даже грунтовые...

Кожира яблок и томатов, зачастую используемая как компост или просто выбрасываемая, может служить эффективным фильтром для очистки воды, имеющей в составе даже тяжелые металлы и пестициды, сообщает газета Straits Times результаты исследований, проведенных в Национальном университете Сингапура.

В частности, кожира от восьми томатов всего за один час может практически полностью очистить литр воды от ионов тяжелых металлов, отмечает автор исследования Рамакришна Маллампати. Известно, что около трети всех томатов в мире потребляется в виде переработанной продукции, следовательно, количество отходов от них огромно, и теперь они могут быть применены с пользой.

Кроме того, кожира яблок, обработанная оксидами циркония, способна поглощать анионы фосфатов, хроматов, солей фосфорной и мышьяковой кислот, доказали результаты двухлетнего исследования. Также этот способ может быть применен в широких масштабах, утверждает автор.

Выпускник индийского Университета Пуны Маллампати, проходящий в университете аспирантуру, считает, что использование кожиры фруктов и овощей как своеобразной губки, впитывающей в себя опасные для здоровья соединения, поможет обеспечить чистой водой те примерно 800 миллионов жителей развивающихся стран, которые пока ее не имеют.

Так как традиционные технологии очистки для них очень дороги, то использование подобных биомасс в качестве адсорбентов будет доступно почти для всех и сыграть важную роль в районах, где ядовитыми соединениями заражены, в том числе, и грунтовые воды, считает он.



■ СЕКРЕТЫ КРАСОТЫ

Эта маска подойдет абсолют-но для всех ти-пов кожи. Для всех возрастов. Смяг-чает кожу, питает её, выравнивает цвет лица. Но самое главное прои-сходит лёгкий пилинг, в ре-зультате чего мы избавляемся от нежелательных шелушений. Кроме того, эта маска обладает лифтинг эффектом.



Возьмите 1/3 спелого (но не чёрного) банана и сделайте из него пюре. В отдельной баночке можно сделать заготовку для маски из сухих ингредиентов. Соедините 1 ложку рисовой муки, которую можно сделать в домашних условиях, перемолов белый рис на кофемолке.

К рисовой муке добавляем 1,5 ложки овсяной муки. Овёс является мягким шлифовальщиком. Он выравнивает любую шероховатость. Затем в смесь нужно добавить мелко измельчённую кашку грецкого ореха. Масло грецкого ореха прекрасно подтягивает кожу, также является природным скрабом.

В эту смесь добавляем ранее приготовленное пюре банана. Сок банана размягчит овсянку и рис. Кашка не должна быть сухой. Тщательно перемешав все компоненты, наносим маску на очищенную кожу лица, избегая области вокруг глаз и губ и за-хватывая зону второго подбородка.

Ждём, пока маска на лице не начнёт подсыхать и даже немного стягивать кожу. Смываем тёплой кипячёной водой. И нанесите любимый питательный крем. Эффект от маски будет мгновенный.

Наносить маску можно 2-3 раза в неделю.

■ БЕЗ РЕЦЕПТА

ЭТЮД В "ПОСТЕЛЬНЫХ" ТОНАХ

Во времена наших прабабушек считалось, что экономить можно на одежде, а постельное белье обязательно должно быть очень дорогим и выглядеть по-королевски

Ещё бы. Ведь во сне мы проводим треть своей жизни. Значит, наша постель должна быть максимально удобной, иначе утром нас ждет боль в спине, плохое настроение и самочувствие. Об этом знают все, а вот о том, что здоровый сон зависит не только от матраса, но и от ткани, на которой вы спите, немногие. Какое белье вы предпочитаете? Лняное? Отлично! Этот материал не впитывает запахов, но отлично вбирает в себя влагу, не вызывает аллергии и не накапливает статическое электричество. Он дышит и позволяет дышать вашему телу. Зимой он дарит тепло, а летом — прохладу. Лен весьма прочен и может послужить вам и вашим детям. Вы цените постельное белье из хлопка? Тоже неплохо. Ткань хорошо пропускает воздух, как и лен, не вызывает аллергии. Вот только, чтобы она стала более плотной, многие ее крахмалят. С точки зрения здоровья этого лучше не делать. Крахмал склеивает волокна ткани, не дает телу дышать. Самой стильной и самой дорогой тканью для постельного белья считается шелк. Он ценится прежде всего за то, что "принимает" температуру человеческого тела, отчего спать на нем максимально комфортно. Какого цвета должно быть постельное белье, решать, конечно, вам. Но стилисты и медики утверждают: желто-коричневая гамма цветов вызывает желание сладко спать, зеленые тона успокаивают, красные возбуждают, желтые дарят вам ощущение тепла и покоя, бежевые и оливковые быстро снимают напряжение и усталость.



Читатель - читателю

Как использовать при головных болях травы вместо таблеток?



Если разболелась голова, можно справиться с недомоганием при помощи травяных настоев.

- 1 ст. ложку сухой травы зверобоя залейте 1 стаканом кипятка, подержите на слабом огне 10-12 минут, процедите и пейте по 1/4 стакана 3 раза в день.

- 6 ст. ложек измельчённой травы душицы заварите 1 л кипятка и пейте как чай в течение дня.

- 1 ст. ложку семян укропа настаивайте в 300 мл кипятка в течение 2 часов. Пейте по 1/2 стакана 3 раза в день.

ЭТО ИНТЕРЕСНО



КОГДА УКРАШЕНИЯ ЛЕЧАТ

"Лучшие друзья девушек - бриллианты", - утверждала Мэрилин Монро. Что правда, то правда. Многие жить не могут без колечек, цепочек, браслетов.

Наши далекие предки тоже очень любили украшать себя различными безделушками, но вовсе не для того, чтобы поразить своей красотой окружающих. Они были уверены: эти предметы спасут их от злых духов. Спустя столетия ученые подтвердили их правоту. Золото, серебро, медь способны защитить нас от многих болезней и помочь врачам поставить правильный диагноз. Золото тонизирует организм, дарит ему молодость, поэтому подходит дамам балзаковского возраста. Массивные золотые цепи и кольца теперь не стоит считать признаком дурного вкуса. Медики доказали, что они положительно влияют на работу сердца. Серебро подходит практически всем, оно защищает от различных инфекций, отлично снимает стресс, кольца из этого металла, если носить их на безымянном пальце любой руки, помогают снизить давление. Но, если серебряные украшения темнеют при соприкосновении с кожей, надо проверить свое здоровье. Медь снижает температуру, нормализует обмен веществ, стимулирует кровообращение.

СОВЕТЫ НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ

Цветная капуста сохранит белый цвет, если перед варкой положить ее в холодную воду, чуть подкисленную лимонной кислотой, а затем в подсоленную кипящую воду. Варят ее в открытой посуде, сначала на сильном, потом на слабом огне.

Людмила Анненкова

Винегрет будет выглядеть красивее, если порезанную свеклу, перед тем как перемешать с другими овощами, полить растительным маслом. Тогда овощи не окрасятся от свеклы.

Анна Семенова

В крупах, муке, сушеных фруктах иногда заводится долгоносики, которые портят продукты. Если хотите подольше сохранить их, в емкости, где лежат эти продукты, положите марлевые пакетики с солью или неповрежденные зубчики чеснока.

Оксана Королева

Чтобы в мучном соусе не было комочков, муку разведите в подсоленной воде. А если готовите молочный соус, муку сначала всыпают в кипящее масло, а потом разводят молоком. **Серафима Липкина**

При избытке сахара в дрожжевом тесте замедлится процесс брожения, и изделия получаются менее пышными и подгорают. **А при недостатке сахара**, наоборот, изделия получаются слишком бледными.

Алина Пронина

Если варите суп из жирной рыбы, добавляйте в него продукты, притупляющие вкус жира: квашеную капусту, соленые огурцы, томат-пюре, уксус, сухое вино, лимонный сок. Деликатесной рыбе соответствуют тонкие по вкусу приправы.

Наталья Демидова

Попробуем?!

Рецепты от Алены Хмельницкой

Хачапури "Гости на пороге". Перемешайте 1 пачку тертого сливочного масла (подойдет и качественный маргарин) и 1,5 пачки творога, добавьте в массу муку по принципу "сколько возьмет", хорошо вымесите. Раскатайте 2 равноценных круга, на один выложите начинку — смесь из 350 г тертого твердого соленого сыра, 2 яиц, 2 стол. ложек сметаны и сока 1 зубчика чеснока. Накройте вторым кругом, зашпите, сверху смажьте яйцом, проткните вилкой и поставьте в горячую духовку на 30 минут.

Закуска "Пикантные рулетики". Желобковым ножом снимите кожу с баклажанов. Порежьте их вдоль на ломтики толщиной 0,5 см, посолите, слегка обжарьте с двух сторон на растительном масле. Приготовьте начинку: перемешайте и взбейте в миксере творог, мелко нарезанные укроп, зелень, тертый чеснок и соль по вкусу. Равномерно намажьте каждый ломтик баклажана начинкой с одной стороны, скатайте в трубочку и проколите рулетики шпажкой. Остудите в холодильнике.

ДИАГНОЗ ПО ПОХОДКЕ

У врачей древности не было под рукой сверхсовременной аппаратуры, которая помогала бы им поставить правильный диагноз больному. Зато они очень внимательно наблюдали за человеком и на основании этих своих наблюдений могли сказать, какие у него проблемы со здоровьем. Например, просили больного пройти перед ними. Да и вы сами можете проверить на себе их метод диагностики, обратив внимание на свою походку. Если вы сутулитесь, плечи как будто слегка согнуты вперед, возможно, вам надо проверить работу желудка. Тем, кто ходит осторожно, свойственны проблемы с давлением. Скорее всего у таких людей часто бывают головокружения. Когда человек стоит или сидит, при этом часто меняет позу, — это признаки остеохондроза или межпозвоноковой грыжи. Широко расставляя ноги, как правило, ходят люди, которые страдают от геморроя.

На ваших телеэкранах

23 - 29 ноября

ПОНЕДЕЛЬНИК, 23 ноября

Первый

5.00 "Доброе утро"
9.00 Новости
9.20 "Контрольная закупка"
9.50 "Жить здорово!"
10.55 "Модный приговор"
12.00 Новости
12.15 "Сегодня вечером" (16+)
14.30 "Время покажет" (16+)
15.00 Новости
15.15 "Время покажет" (16+)
16.00 "Мужское / Женское" (16+)
17.00 "Наедине со всеми". Программа Юлии Миньшовой (16+)
18.00 Вечерние новости
18.45 "Давай поженемся!" (16+)
19.50 "Пусть говорят" с Андреем Малаховым (16+)
21.00 "Время"
21.30 "Влюбленные женщины". Т/с (16+)
23.35 "Вечерний Ургант" (16+)
0.00 "Познер" (16+)
1.00 Ночные новости
1.20 Х/ф "Оптом дешевле 2"
3.00 Новости

Россия

5.00 "Утро России".
9.00 Вести.
9.15 "Утро России".
9.55 "О самом главном".
11.00 Вести.
11.55 "Тайны следствия".
14.00 Вести.
14.50 Дежурная часть.
15.00 "Наш человек". (12+)
16.00 "Земский доктор".

17.00 Вести.
18.15 "Прямой эфир". (16+)
19.35 Местное время.
20.00 Вести.
20.50 "Спокойной ночи, малыши!"
21.00 "Анка с Молдаванки".
23.55 "Честный детектив". (16+)
0.50 "Россия без террора. Завербованные смертью". "Следственный эксперимент. Немые свидетели". (12+)
2.25 "Сын за отца". Т/с (16+)
4.20 "Комната смеха".

НТВ

5.00 Т/с "Адвокат" (16+).
6.00 Сегодня.
6.05 Т/с "Адвокат" (16+).
7.00 "НТВ утром".
8.10 "Утро с Юлией Высоцкой".
9.00 Т/с "Возвращение Мухтара" (16+).
10.00 Сегодня.
10.20 Т/с "Лесник" (16+).
12.00 Суд присяжных (16+).
13.00 Сегодня.
13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
14.00 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+).
16.00 Сегодня.
16.20 Т/с "Литейный" (16+).
18.00 "Говорим и показываем". Ток-шоу с Леонидом Закошанским (16+).
19.00 Сегодня.
19.40 Т/с "Чужой" (16+).
21.35 Т/с "Пятницкий. Глава четвертая" (16+).
23.30 "Анатомия дня".

0.10 Т/с "Команда" (16+).
2.00 "Следствие ведут..." (16+).
2.55 Дикий мир.
3.05 Т/с "Следственный комитет" (16+).

ТВ5

6.00 "Сейчас"
6.10 "Утро на 5" (6+)
9.30 "Место происшествия"
10.00 "Сейчас"
10.30 "Смертельная схватка". Т/с (16+)
12.00 "Сейчас"
12.30 "Смертельная схватка". Т/с (16+)
14.40 "Шпион". Т/с (16+)
15.30 "Сейчас"
16.00 "Шпион". Т/с (16+)
18.30 "Сейчас"
19.00 "Детективы". Т/с (16+)
20.25 "След". Т/с (16+)
22.00 "Сейчас"
22.25 "Последний мент".
23.15 "Момент истины". Авторская программа А.Караулова (16+)
0.10 "Место происшествия. О главном" (16+)
1.10 "День ангела" (0+)
1.35 "Детективы". Т/с (16+)

РЕН-ТВ

7.00 "С бодрим утром!"
8.30 "Новости". (16+).
9.00 "Военная тайна" с Игорем Прокопенко. (16+).
11.00 "Документальный проект". "Послание погибшей Атлантиды".
12.00 "Информационная программа 112". (16+).
12.30 "Новости". (16+).
13.00 Званый ужин. (16+).
14.00 Х/ф "Шерлок Холмс."

Игра теней" (16+).
16.10 "Информационная программа 112". (16+).
16.30 "Новости". (16+).
17.00 "Тайны Чапман". (16+).
18.00 "Самые шокирующие гипотезы". (16+).
19.00 "Информационная программа 112". (16+).
19.30 "Новости". (16+).
20.00 Х/ф "Смертельное оружие" (16+).
22.00 "Водить по-русски".
23.00 "Новости". (16+).
23.25 "Игра престолов" (18+).
0.30 Х/ф "Здравствуйте, мы ваша крыша!" (16+).
2.30 "Игра престолов" Т/с (16+).
3.30 "Семейные драмы".

ТНТ

7.00 Мультсериал
9.00 "Дом-2. Lite" (16+)
10.30 "Битва экстрасенсов"
11.30 "Фантастическая четверка 2. Вторжение Серебряного серфера".
13.25 "Реальные пацаны". Т/с (16+)
14.00 Местное время
14.30 "Интерны". Т/с (16+)
19.30 Местное время
20.00 "Деффчонки". (16+)
20.30 "Озабоченные, или Любовь зла". Т/с (16+)
21.00 "Простушка". Х/ф (16+)
23.00 "Дом 2" (16+)
1.00 "Одна любовь на миллион". Х/ф (16+)
3.10 "Терминатор. Битва за будущее 2". Т/с (16+)
4.00 "Холостяк. Пост-шоу"

"Чего хотят мужчины" (16+)
5.35 "Люди будущего". Т/с
6.25 "Пригород 3" (16+)

Культура

10.00 Новости культуры
10.15 "Наблюдатель".
12.50 "Две жизни. Наталья Макарова".
13.35 Мировые сокровища культуры.
13.50 "Никколо Паганини".
15.00 Новости культуры
15.10 "Живое слово".
15.50 "Отчий дом".
17.25 Мировые сокровища культуры.
17.45 Ф.Лист. Концерт для фортепиано с оркестром №2. С.Прокофьев. Концерт для фортепиано с оркестром №3.
18.45 К 85-летию Игоря Золотусского. "Книги моей судьбы".
19.15 "Спокойной ночи, малыши!".
19.30 Новости культуры
19.45 Главная роль
20.05 "Сати. Нескучная классика...".
20.45 "Живое слово".
21.25 "Тем временем"
22.15 Наука без границ.
23.10 "Те, с которыми я...".
23.40 Новости культуры
23.55 Худсовет
0.00 "Критик".
0.40 "Две жизни. Наталья Макарова".
1.25 Мировые сокровища культуры.
1.40 "Наблюдатель".
2.40 Мировые сокровища культуры.

ВТОРНИК, 24 ноября

Первый

5.00 "Доброе утро"
9.00 Новости
9.20 "Контрольная закупка"
9.50 "Жить здорово!"
10.55 "Модный приговор"
12.00 Новости
12.15 "Влюбленные женщины". Т/с (16+)
14.30 "Время покажет"
15.00 Новости
15.15 "Время покажет".
16.00 "Мужское / Женское" (16+)
17.00 "Наедине со всеми". (16+)
18.00 Вечерние новости
18.45 "Давай поженемся!"
19.50 "Пусть говорят" с Андреем Малаховым
21.00 "Время"
21.35 "Влюбленные женщины". Т/с (16+)
23.40 "Вечерний Ургант"
0.15 Ночные новости
0.30 "Структура момента" (16+)
1.35 Фильм Роберта Олтмена "3 женщины" (16+)
3.00 Новости
3.05 Фильм "3 женщины". (16+)
4.05 Т/с "Измена" (16+)

Россия

5.00 "Утро России".
9.00 Вести.
9.15 "Утро России".
9.55 "О самом главном".
11.00 Вести.
11.35 Местное время.
11.55 "Тайны следствия".
14.00 Вести.
14.50 Дежурная часть.
15.00 "Наш человек". (12+)

16.00 "Земский доктор". Т/с (12+)
17.00 Вести.
18.15 "Прямой эфир". (16+)
19.35 Местное время.
20.00 Вести.
20.50 "Спокойной ночи, малыши!"
21.00 "Анка с Молдаванки". Т/с (12+)
23.55 Вести.дос (16+)
01.35 "Нонна Мордюкова. Простая история". "За гранью. Обратная реакция". (12+)
3.15 "Сын за отца". Т/с (16+)
4.10 "Комната смеха".

НТВ

5.00 Т/с "Адвокат" (16+).
6.00 Сегодня.
6.05 Т/с "Адвокат" (16+).
7.00 "НТВ утром".
8.10 "Утро с Юлией Высоцкой".
9.00 Т/с "Возвращение Мухтара" (16+).
10.00 Сегодня.
10.20 Т/с "Лесник" (16+).
12.00 Суд присяжных (16+).
13.00 Сегодня.
13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
14.00 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+).
16.00 Сегодня.
16.20 Т/с "Литейный" (16+).
18.00 "Говорим и показываем". Ток-шоу с Леонидом Закошанским (16+).
19.00 Сегодня.
19.40 Т/с "Чужой" (16+).
21.35 Т/с "Пятницкий. Глава четвертая" (16+).
23.30 "Анатомия дня".

0.10 Т/с "Команда" (16+).
2.00 Главная дорога (16+).
2.40 Дикий мир.
3.05 Т/с "Следственный комитет" (16+).

ТВ5

6.00 "Сейчас"
6.10 "Утро на 5" (6+)
9.30 "Место происшествия"
10.00 "Сейчас"
10.40 "Охота на пиранию". Х/ф (16+)
12.00 "Сейчас"
12.40 "Охота на пиранию". Х/ф (16+)
15.30 "Сейчас"
16.00 "Открытая студия"
16.50 "Детективы". Т/с (16+)
18.30 "Сейчас"
19.00 "Детективы". Т/с (16+)
20.25 "След". Т/с (16+)
22.00 "Сейчас"
22.25 "Последний мент". Т/с (16+)
23.15 "След". Т/с (16+)
0.00 "Дело Румянцева". Х/ф (12+)
2.05 "Непобедимый". Х/ф 1-4 серии (16+)

РЕН-ТВ

6.00 "Самые шокирующие гипотезы". (16+).
7.00 "С бодрим утром!" (16+).
8.30 "Новости". (16+).
9.00 "Военная тайна" с Игорем Прокопенко. (16+).
11.00 "Документальный проект". "Скрытые под водой". (16+).
12.00 "Информационная программа 112". (16+).
12.30 "Новости". (16+).
13.00 Званый ужин. (16+).
14.00 Х/ф "Смертельное"

оружие" (16+).
16.00 "Информационная программа 112". (16+).
16.30 "Новости". (16+).
17.00 "Тайны Чапман". (16+).
18.00 "Самые шокирующие гипотезы". (16+).
19.00 "Информационная программа 112". (16+).
19.30 "Новости". (16+).
20.00 Х/ф "Смертельное оружие-2" (16+).
22.10 "Знай наших!" (16+).
23.00 "Новости". (16+).
23.25 "Игра престолов" Т/с (18+).
0.30 Т/с "ДМБ". (16+).
2.00 "Игра престолов" Т/с (16+).
3.00 "Семейные драмы". (16+).

ТНТ

7.00 Мультсериал
9.00 "Дом-2. Lite" (16+)
10.30 "Битва экстрасенсов" (16+)
11.30 "Простушка". Х/ф (16+)
13.25 "Реальные пацаны". Т/с (16+)
14.00 Местное время
14.30 "Универ. Новая общага". Т/с (16+)
19.30 Местное время
20.00 "Деффчонки". Т/с (16+)
20.30 "Озабоченные, или Любовь зла". Т/с (16+)
21.00 "О чем говорят мужчины". Х/ф (16+)
23.00 "Дом 2. Город любви" (16+)
0.00 "Дом-2. После заката" (16+)
1.00 "Дело о пеликанах".

Х/ф (16+)
3.45 "Терминатор. Битва за будущее 2".

Культура

10.00 Новости культуры
10.15 "Наблюдатель".
11.15 "Мать".
12.50 "Хор Жарова".
13.15 Пятое измерение.
13.40 "Лоскутный театр".
13.50 "Никколо Паганини. Художественный фильм. 2-я серия".
15.00 Новости культуры
15.10 "Живое слово".
15.50 "Почему женщины ростом ниже мужчин?".
16.45 "Сегодня — мой день".
17.25 Мировые сокровища культуры.
17.45 С.Рахманинов. Симфония №1. А.Чайковский. "Стан Тамерлана".
18.45 К 85-летию Игоря Золотусского. "Книги моей судьбы".
19.15 "Спокойной ночи, малыши!".
19.30 Новости культуры
19.45 Главная роль
20.05 Искусственный отбор.
20.45 "Живое слово".
21.25 "Игра в бисер". "Константин Симонов. Лирика".
22.05 "Фрэнсис Бэкон".
22.15 Наука без границ.
23.10 "Те, с которыми я...".
23.40 Новости культуры
23.55 Худсовет
0.00 "Певичка". Художественный фильм.
1.35 Рено Гарсия-Фонс. Концерт в Марсеволе.
1.55 "Наблюдатель".

СРЕДА, 25 ноября

Первый

5.00 "Доброе утро"
9.00 Новости
9.20 "Контрольная закупка"
9.50 "Жить здорово!"
10.55 "Модный приговор"
12.00 Новости
12.15 "Влюбленные женщины". Т/с (16+)
14.30 "Время покажет" (16+)
15.00 Новости
15.15 "Время покажет". (16+)
16.00 "Мужское / Женское" (16+)
17.00 "Наедине со всеми". Программа Юлии Меньшовой (16+)
18.00 Вечерние новости
18.45 "Давай поженимся!" (16+)
19.50 "Пусть говорят" (16+)
21.00 "Время"
21.35 Т/с "Тест на беременность" (16+)
23.40 "Вечерний Ургант"
0.15 Ночные новости
0.30 "Политика" (16+)
1.35 Х/ф "Че!" (16+)
3.00 Новости
3.05 Х/ф "Че!" (16+)
3.30 Т/с "Измена" (16+)
4.20 "Контрольная закупка"

Россия

5.00 "Утро России".
9.00 Вести.
9.15 "Утро России".
9.55 "О самом главном".
11.00 Вести.
11.55 "Тайны следствия".
14.00 Вести.
14.50 Дежурная часть.
15.00 "Наш человек". (12+)

16.00 "Земский доктор". Т/с
17.00 Вести.
18.15 "Прямой эфир". (16+)
19.35 Местное время.
20.00 Вести.
20.50 "Спокойной ночи, малыши!".
21.00 "Анка с Молдаванки".
23.00 "Специальный корреспондент". (16+)
0.40 "Исторические хроники". (16+)
2.45 "Сын за отца". Т/с (16+)
3.40 "Комната смеха".
4.45 Дежурная часть.

НТВ

5.00 Т/с "Адвокат" (16+).
6.00 Сегодня.
6.05 Т/с "Адвокат" (16+).
7.00 "НТВ утром".
8.10 "Утро с Юлией Высоцкой".
9.00 Т/с "Возвращение Мухтара" (16+).
10.00 Сегодня.
10.20 Т/с "Лесник" (16+).
12.00 Суд присяжных (16+).
13.00 Сегодня.
13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
14.00 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+).
16.00 Сегодня.
16.20 Т/с "Литейный" (16+).
18.00 "Говорим и показываем". Ток-шоу с Леонидом Закошанским (16+).
19.00 Сегодня.
19.40 Т/с "Чужой" (16+).
21.35 Т/с "Пятницкий. Глава четвертая" (16+).
23.30 "Анатомия дня".
0.10 Т/с "Команда" (16+).
2.00 Квартирный вопрос

3.05 Т/с "Следственный комитет" (16+).

ТВ5

6.00 "Сейчас"
6.10 "Утро на 5" (6+)
9.30 "Место происшествия"
10.00 "Сейчас"
10.30 "На войне как на войне". Х/ф (12+)
12.00 "Сейчас"
12.30 "На войне как на войне". Х/ф (12+)
13.25 "Зеленые цепочки". Х/ф (12+)
15.30 "Сейчас"
16.00 "Открытая студия"
16.50 "Детективы". Т/с (16+)
18.30 "Сейчас"
19.00 "Детективы". Т/с (16+)
20.25 "След". Т/с (16+)
22.00 "Сейчас"
22.25 "Последний мент". Т/с (16+)
23.15 "След". Т/с (16+)
0.00 "Запасной игрок". Х/ф (12+)
1.40 "На войне как на войне". Х/ф (12+)
3.25 "Зеленые цепочки".

Рен-ТВ

6.00 "Самые шокирующие гипотезы". (16+).
7.00 "С бодрым утром!" (16+).
8.30 "Новости". (16+).
9.00 "Территория заблуждений" с Игорем Прокопенко. (16+).
11.00 "Документальный проект". "Похищение души". (16+).
12.00 "Информационная программа 112". (16+).
12.30 "Новости". (16+).
13.00 Званый ужин. (16+).

14.00 Х/ф "Смертельное оружие-2" (16+).
16.00 "Информационная программа 112". (16+).
16.30 "Новости". (16+).
17.00 "Тайны Чапман".
18.00 "Самые шокирующие гипотезы". (16+).
19.00 "Информационная программа 112". (16+).
19.30 "Новости". (16+).
20.00 Х/ф "Смертельное оружие-3" (16+).
22.15 "М и Ж". (16+).
23.00 "Новости". (16+).
23.25 "Игра престолов". (16+).
0.40 Т/с "ДМБ". (16+).
2.00 "Игра престолов" (16+).
3.00 "Семейные драмы". (16+).

ТНТ

7.00 Мультсериал
9.00 "Дом-2. Lite" (16+)
10.30 "Битва экстрасенсов"
11.30 "О чем говорят мужчины". Х/ф (16+)
13.25 "Реальные пацаны".
14.00 Местное время.
14.30 "Физрук". Т/с (16+)
19.30 Местное время
20.00 "Деффчонки". (16+)
20.30 "Озабоченные, или Любовь зла". Т/с (16+)
21.00 "О чём ещё говорят мужчины". Х/ф (16+)
23.00 "Дом 2. Город любви"
0.00 "Дом-2. После заката" (16+)
1.00 "Парни из Джерси". Х/ф (16+)
3.45 "Терминатор. Битва за будущее 2". Т/с (16+)
4.40 "Холостяк. Пост-шоу "Что хотят мужчины" (16+)
5.40 "Люди будущего". Т/с
6.30 "Пригород 3" (16+)

Культура

10.00 Новости культуры
10.15 "Наблюдатель".
11.15 "Путевка в жизнь".
13.15 Красуйск, град Петров! "Петергоф. Екатеринбургский корпус".
13.40 "Древо жизни".
13.50 "Никколо Паганини".
15.00 Новости культуры
15.10 "Живое слово".
15.50 "Человеческий масштаб. Жизнь в большом городе".
16.45 Больше, чем любовь. Анатолий Луначарский и Наталья Розенель.
17.25 Мировые сокровища культуры.
17.45 С.Рахманинов. Три русские песни. А.Скрябин. "Поэма экстаза".
18.25 Мировые сокровища культуры.
18.45 К 85-летию Игоря Золотусского. "Книги моей судьбы". 3-я серия.
19.15 "Спокойной ночи, малыши!".
19.30 Новости культуры
19.45 Главная роль
20.05 Абсолютный слух.
20.45 "Живое слово".
21.25 Острова.
22.05 "Антуан Лоран Лавуазье".
22.15 "Невидимая Вселенная". 1-я серия.
23.10 "Те, с которыми я...". "Станислав Говорухин". Часть 1-я.
23.40 Новости культуры
23.55 Худсовет
0.00 "1943. встреча".
1.55 "Наблюдатель".

ЧЕТВЕРГ, 26 ноября

Первый

5.00 "Доброе утро"
9.00 Новости
9.20 "Контрольная закупка"
9.50 "Жить здорово!"
10.55 "Модный приговор"
12.00 Новости
12.15 "Тест на беременность". Т/с (16+)
14.30 "Время покажет"
15.00 Новости
15.15 "Время покажет".
16.00 "Мужское / Женское" (16+)
17.00 "Наедине со всеми". (16+)
18.00 Вечерние новости
18.45 "Давай поженимся!"
19.50 "Пусть говорят" (16+)
21.00 "Время"
21.35 Т/с "Тест на беременность" (16+)
23.45 "Вечерний Ургант"
0.20 Ночные новости
0.35 "На ночь глядя" (16+)
1.30 Х/ф "Приключения Форда Ферлейна" (18+)
3.00 Новости
3.05 Х/ф "Приключения Форда Ферлейна". (18+)
3.30 Т/с "Измена" (16+)

Россия

5.00 "Утро России".
9.00 Вести.
9.15 "Утро России".
9.55 "О самом главном".
11.00 Вести.
11.55 "Тайны следствия".
14.00 Вести.
14.30 Местное время.
14.50 Дежурная часть.
15.00 "Наш человек". (12+)
16.00 "Земский доктор". Т/с
17.00 Вести.

18.15 "Прямой эфир". (16+)
20.00 Вести.
20.50 "Спокойной ночи, малыши!".
21.00 "Анка с Молдаванки".
23.00 "Поединок". Программа Владимира Соловьёва. (12+)
0.40 "Сельский доктор. На пороге перемен". "Шифры нашего тела. Сердце". (12+)
2.40 "Сын за отца". Т/с (16+)
3.40 "По следам Ивана Сусанина". (12+)
4.35 "Комната смеха".

НТВ

5.00 Т/с "Адвокат" (16+).
6.00 Сегодня.
6.05 Т/с "Адвокат" (16+).
7.00 "НТВ утром".
8.10 "Утро с Юлией Высоцкой".
9.00 Т/с "Возвращение Мухтара" (16+).
10.00 Сегодня.
10.20 Т/с "Лесник" (16+).
12.00 Суд присяжных (16+).
13.00 Сегодня.
13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
14.00 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+).
16.00 Сегодня.
16.20 Т/с "Литейный" (16+).
18.00 "Говорим и показываем". Ток-шоу с Леонидом Закошанским (16+).
19.00 Сегодня.
19.40 Т/с "Чужой" (16+).
21.35 Т/с "Пятницкий. Глава четвертая" (16+).
23.30 "Анатомия дня".
0.10 Т/с "Команда" (16+).

2.00 "Дачный ответ" (0+).
3.05 Т/с "Следственный комитет" (16+).

ТВ5

6.00 "Сейчас"
6.10 "Утро на 5" (6+)
9.30 "Место происшествия"
10.00 "Сейчас"
10.30 "24 часа". Х/ф (16+)
12.00 "Сейчас"
12.30 "24 часа". Х/ф (16+)
13.15 "Классик". Х/ф (16+)
15.30 "Сейчас"
16.00 "Открытая студия"
16.50 "Детективы". Т/с (16+)
18.30 "Сейчас"
19.00 "Детективы". Т/с (16+)
20.25 "След". Т/с (16+)
22.00 "Сейчас"
22.25 "Последний мент". Т/с (16+)
23.15 "След". Т/с (16+)
0.00 "Ночные забавы". Х/ф (16+)
2.45 "В полосе прибоа". Х/ф (12+)
4.30 Живая история. "Ленинградские истории. Книжная мафия. дело "Степанторга" (16+)

Рен-ТВ

5.00 "Семейные драмы". (16+).
6.00 "Самые шокирующие гипотезы". (16+).
7.00 "С бодрым утром!" (16+).
8.30 "Новости". (16+).
9.00 "Документальный проект". "Великие тайны Вселенной". (16+).
12.00 "Информационная программа 112". (16+).
12.30 "Новости". (16+).
13.00 Званый ужин. (16+).
14.00 Х/ф "Смертельное

оружие-3" (16+).
16.00 "Информационная программа 112". (16+).
16.30 "Новости". (16+).
17.00 "Тайны Чапман".
18.00 "Самые шокирующие гипотезы". (16+).
19.00 "Информационная программа 112". (16+).
19.30 "Новости". (16+).
20.00 Х/ф "Смертельное оружие-4" (16+).
22.20 "Смотреть всем!"
23.00 "Новости". (16+).
23.25 "Игра престолов" Т/с (18+).
0.30 Т/с "ДМБ". (16+).
1.40 "Игра престолов" Т/с
2.40 "Семейные драмы". (16+).

ТНТ

7.00 Мультсериал
9.00 "Дом-2. Lite" (16+)
10.30 "Битва экстрасенсов" (16+)
11.30 "О чём ещё говорят мужчины". Х/ф (16+)
13.30 "Комеди клуб. Лучшее" (16+)
14.00 Местное время
14.30 "Сашатаня". Т/с (16+)
19.30 Местное время
20.00 "Деффчонки". Т/с (16+)
20.30 "Озабоченные, или Любовь зла". Т/с (16+)
21.00 "Американский пирог. Все в сборе". Х/ф (16+)
23.05 "Дом 2. Город любви" (16+)
0.05 "Дом-2. После заката" (16+)
1.05 "Заклинательница акул". Х/ф (16+)
3.20 "ТНТ-Club" (16+)
3.25 "Терминатор. Битва за будущее 2". Т/с (16+)

4.15 "Холостяк. Пост-шоу "Что хотят мужчины"
5.45 "Люди будущего". Т/с
6.40 "Женская лига. Лучшее" (16+)

Культура

10.00 Новости культуры
10.15 "Наблюдатель".
11.15 "Окраина".
13.00 Мировые сокровища культуры.
13.15 Россия, любовь моя! "Негидальцы. Люди реки".
13.50 "Никколо Паганини".
15.00 Новости культуры
15.10 "Живое слово".
15.50 "Невидимая Вселенная". 1-я серия.
16.45 Больше, чем любовь. Павел Корин и Прасковья Петрова.
17.30 Мировые сокровища культуры.
17.45 С.Рахманинов. Симфоническая поэма "Остров мертвых"
18.45 К 85-летию Игоря Золотусского. 4-я серия.
19.15 "Спокойной ночи, малыши!".
19.30 Новости культуры
19.45 Главная роль
20.05 Черные дыры. Белые пятна.
20.45 "Живое слово".
21.25 Культурная революция.
22.15 "Невидимая Вселенная". 2-я серия.
23.10 "Те, с которыми я...". "Станислав Говорухин". Часть 2-я.
23.40 Новости культуры
23.55 Худсовет
0.00 "Автомобиль".
1.35 Про тетюга.
1.55 "Наблюдатель".

ПЯТНИЦА, 27 ноября

Первый

5.00 "Доброе утро"
9.00 Новости
9.20 "Контрольная закупка"
9.50 "Жить здорово!"
10.55 "Модный приговор"
12.00 Новости
12.15 "Тест на беременность". Т/с (16+)
14.30 "Время покажет" (16+)
15.00 Новости
15.15 "Время покажет". (16+)
16.00 "Мужское / Женское" (16+)
17.00 "Жди меня"
18.00 Вечерние новости
18.45 "Человек и закон" с Алексеем Пимановым (16+)
19.50 "Поле чудес" (16+)
21.00 "Время"
21.30 "Голос"
0.40 "Городские пижоны". "Фарго". Новый сезон (18+)
1.45 Х/ф "Кастинг"
3.30 Х/ф "Свидетель" (16+)
5.25 "Контрольная закупка"

Россия

5.00 "Утро России".
9.00 Вести.
9.15 "Утро России".
9.55 "О самом главном". Ток-шоу.
11.00 Вести.
11.35 Местное время.
11.55 "Тайны следствия". Т/с (12+)
14.00 Вести.
14.30 Местное время.
14.50 Вести. Дежурная часть.
15.00 "Наш человек". (12+)
16.00 "Земский доктор". Т/с (12+)
17.00 Вести.
17.30 Местное время.
17.50 Вести.

18.15 "Прямой эфир". (16+)
19.35 Местное время.
20.00 Вести.
21.00 "Юморина". (12+)
23.00 "Барби и медведь". Х/ф (12+)
3.00 "Горячая десятка". (12+)
4.05 "Комната смеха".

НТВ

5.00 Т/с "Адвокат" (16+).
6.00 Сегодня.
6.05 Т/с "Адвокат" (16+).
7.00 "НТВ утром".
8.10 "Утро с Юлией Выsockой".
9.00 Т/с "Возвращение Мухтара" (16+).
10.00 Сегодня.
10.20 Т/с "Лесник" (16+).
12.00 Суд присяжных (16+).
13.00 Сегодня.
13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
14.00 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+).
16.00 Сегодня.
16.20 Т/с "Литейный" (16+).
18.00 "Говорим и показываем". Ток-шоу с Леонидом Закошанским (16+).
19.00 Сегодня.
19.40 Х/ф "Игра с огнем" (16+).
23.20 "Большинство". Общественно-политическое ток-шоу с Сергеем Минаевым.
0.20 "Время Г" с Вадимом Галыгиным (18+).
0.55 Т/с "Конец света" (16+).
2.45 Т/с "Следственный комитет" (16+).
3.45 Т/с "Следственный комитет" (16+).
4.45 Т/с "Следственный комитет" (16+).

ТВ5

6.00 "Сейчас"
6.10 "Момент истины". Авторская программа А.Караулова (16+)
7.00 "Утро на 5" (6+)
9.30 "Место происшествия"
10.00 "Сейчас"
10.30 "УГРО. Простые парни-3". Т/с (16+)
12.00 "Сейчас"
12.30 "УГРО. Простые парни-3". Т/с (16+)
15.30 "Сейчас"
16.00 "УГРО. Простые парни-3". Т/с (16+)
18.30 "Сейчас"
19.00 "След". Т/с (16+)
20.00 "След". Т/с (16+)
21.00 "След". Т/с (16+)
22.00 "След". Т/с (16+)
23.00 "След". Т/с (16+)
0.00 "След". Т/с (16+)
1.35 "Детективы". Т/с (16+)
2.35 "Детективы". Т/с (16+)
3.35 "Детективы". Т/с (16+)

РЕН-ТВ

5.00 "Семейные драмы". (16+).
6.00 "Самые шокирующие гипотезы". (16+).
7.00 "С бодрым утром!" (16+).
8.30 "Новости". (16+).
09.00 "Документальный проект". "Великие тайны предсказаний". (16+).
12.00 "Информационная программа 112". (16+).
12.30 "Новости". (16+).
13.00 Звонкий ужин. (16+).
14.00 Х/ф "Смертельное оружие-4" (16+).
16.00 "Информационная программа 112". (16+).
16.30 "Новости". (16+).
17.00 Документальный спецпроект. (16+).
19.00 "Информационная программа 112". (16+).

19.30 "Новости". (16+).
20.00 Х/ф "Экипаж" (16+).
22.40 Х/ф "V" значит Вендетта" (16+).
1.00 Т/с "ДМБ". (16+).
2.20 Х/ф "Патриот" (16+).
4.00 Х/ф "Что скрывает ложь" (16+).

ТНТ

7.00 Мультсериал
7.55 Местное время
8.25 Мультсериал
9.00 "Дом-2. Lite" (16+)
10.30 "Школа ремонта"
11.30 "День радио". Х/ф (16+)
13.35 "Комеди клуб. Лучшее" (16+)
14.00 Местное время
14.30 "Однажды в России" (16+)
15.30 "Однажды в России" (16+)
16.30 "Однажды в России" (16+)
17.30 "Однажды в России" (16+)
18.30 "Однажды в России" (16+)
19.30 Местное время
20.00 "Comedy Woman" (16+)
21.00 "Комеди Клуб" (16+)
22.00 "Comedy баттл. Последний сезон" (16+)
23.00 "Дом 2. Город любви" (16+)
0.00 "Дом-2. После заката" (16+)
1.00 "Не спать!" (16+)
2.00 "Немножко беременна". Х/ф (16+)
4.35 "Маленькие гиганты". Х/ф (16+)

Культура

6.30 Евроньюс
10.00 Новости культуры
10.20 "Гамов. Физик от Бога".
11.15 "Гармонь". Художественный фильм.
12.25 Письма из провинции. Балтийск (Калининградская область).
12.55 Нефронтовые заметки".
13.25 "Королевская свадьба". Художественный фильм.
15.00 Новости культуры
15.10 "Живое слово".
15.50 "Невидимая Вселенная". 2-я серия.
16.45 "Царская ложа".
17.25 П.Чайковский. "Манфред".
18.20 "Семь дней творения".
19.00 "Смехоностальгия".
19.30 Новости культуры
19.45 "Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов "Синяя Птица".
21.30 Искатели. "Секретная миссия архитектора Щусева".
22.20 Линия жизни.
23.10 Мировые сокровища культуры.
23.30 Новости культуры
23.45 Худсовет
23.50 "Сын". Художественный фильм. (16+)
1.35 Мультфильм для взрослых.
1.55 Концерт Йонаса Кауфмана и оркестра Мюнхенского радио.

СУББОТА, 28 ноября

Первый

6.00 Новости
6.10 Х/ф "Простая история"
8.00 "Играй, гармонь любимая!"
8.45 "Смешарики. Новые приключения"
9.00 "Умницы и умники"
9.45 "Слово пастыря"
10.00 Новости
10.15 "Смак"
10.55 "До первого крика совы".
12.00 Новости
12.10 "Идеальный ремонт"
13.10 "На 10 лет моложе"
14.00 "Теория заговора"
15.00 "Голос"
17.10 "Следствие покажет"
18.00 Вечерние новости
18.10 "Кто хочет стать миллионером?" с Дмитрием Дибровым
19.10 "Достояние Республики: Евгений Крылатов"
21.00 "Время"
21.20 "Сегодня вечером"
23.00 "Что? Где? Когда?" Зимняя серия игр
0.10 "Жди меня, и я вернусь" (16+)
1.15 Х/ф "Жизнь хуже обычной" (16+)

Россия

4.45 "Он, Она и Я". Х/ф
6.35 "Сельское утро".
7.05 "Диалоги о животных".
8.00 Вести.
8.10 Местное время.
8.20 МУЛЬТ утро.
9.30 "Правила движения".
10.25 "Личное. Элина Быстрицкая". (12+)

11.00 Вести.
11.10 Местное время.
11.20 "Две жены". (12+)
12.20 "Его любовь". Х/ф (12+)
14.00 Вести.
14.20 Местное время.
14.30 "Его любовь". Х/ф (12+)
16.45 "Знание - сила".
17.35 "Главная сцена".
20.00 Вести в субботу.
21.00 "Под знаком луны". Х/ф (12+)
0.45 "Звезды светят всем".
2.55 "Свой-Чужой". Х/ф
4.50 "Комната смеха".

НТВ

4.40 Т/с "Адвокат" (16+).
5.35 Т/с "Шериф" (16+).
7.25 Смотр.
8.00 Сегодня.
8.15 "Жилищная лотерея Плюс" (0+).
8.45 "Медицинские тайны" (16+).
9.20 "Готовим с Алексеем Зиминим".
10.00 Сегодня.
10.20 Главная дорога (16+).
11.00 Кулинарный поединок
11.55 Квартальный вопрос
13.00 Сегодня.
13.20 "Я хучео!" (16+).
14.20 Своя игра (0+).
15.10 Премьера. "Суперпродукты".
16.05 Т/с "Литейный" (16+).
18.00 Следствие вели... (16+).
19.00 "Центральное телевидение" с Вадимом Тахменевым.
20.00 "Новые русские сенсации" (16+).

21.00 Ты не поверишь! (16+).
22.00 "50 оттенков. Белова". (16+).
23.00 Х/ф "Любовь в словах и картинах".
1.15 "СССР. Крах империи".
3.15 Т/с "Следственный комитет" (16+).

ТВ5

6.20 Мультфильмы (0+)
9.35 "День ангела" (0+)
10.00 "Сейчас"
10.10 "След". Т/с (16+)
11.10 "След". Т/с (16+)
12.10 "След". Т/с (16+)
13.10 "След". Т/с (16+)
14.10 "След". Т/с (16+)
15.10 "След". Т/с (16+)
16.10 "След". Т/с (16+)
17.10 "След". Т/с (16+)
18.30 "Сейчас"
19.00 "Белая стрела. Возмездие". Т/с (16+)
0.50 "Классик". Х/ф (16+)
2.55 "УГРО. Простые парни-3". Т/с (16+)

РЕН-ТВ

5.00 Х/ф "Что скрывает ложь" (16+).
5.45 Х/ф "Экипаж" (16+).
8.20 Х/ф "Сокровище Гран-каньона" (16+).
10.00 Х/ф "Медведь Йоги" 0+.
11.30 "Самая полезная программа" (16+).
12.30 "Новости". (16+).
13.00 "Военная тайна" с Игорем Прокопенко. (16+).
17.00 "Территория заблуждений" с Игорем Прокопенко. (16+).
19.00 Х/ф "Путешествие к

центру земли".
20.45 Х/ф "Путешествие-2. Таинственный остров".
22.30 Х/ф "Зеленый фонарь".
0.30 Х/ф "V Центурия. В поисках зачарованных сокровищ" (16+).
2.40 Х/ф "День хомячка" (16+).

ТНТ

7.00 "Comedy Club. Exclusive" (16+)
7.35 Мультсериал
8.30 Местное время
9.00 "Деффчонки". Т/с (16+)
10.00 "Дом-2. Lite" (16+)
11.00 "Школа ремонта"
12.00 "Комеди клуб. Лучшее" (16+)
12.30 "Такое Кино!" (16+)
13.00 "Битва экстрасенсов" (16+)
14.25 "Comedy Woman" (16+)
15.25 "Comedy Woman" (16+)
16.25 "Comedy Woman" (16+)
17.20 "Перси Джексон и Море чудовищ".
19.30 Местное время
20.00 "Битва экстрасенсов" (16+)
21.30 "ТАНЦЫ" (16+)
23.30 "Дом 2. Город любви" (16+)
0.30 "Дом-2. После заката" (16+)
1.00 "Такое Кино!" (16+)
1.30 "Операция «Аргон»". Х/ф (16+)
3.55 "Хороший немец". Х/ф (16+)
6.00 Мультсериал

Культура

6.30 Евроньюс
10.00 Библейский сюжет.
10.35 "Конек-Горбунук". Художественный фильм.
11.55 "Тихий Дон". Съемки на фоне эпохи".
12.35 Пряничный домик. "Переплетное дело".
13.00 "Ключи от оркестра с Жаном-Франсуа Зигелем". Игорь Стравинский. "Жар-птица".
14.35 "Магистраль". Художественный фильм.
16.05 Больше, чем любовь. Нина Гребешкова и Леонид Гайдай.
16.45 Мировые сокровища культуры.
17.00 Новости культуры с Владиславом Флярковским.
17.30 "Ка. Эм.". Часть 1-я.
18.25 Константин Симонов. Встреча в Концертной студии "Останкино". Запись 1977 года.
20.05 "Константин Симонов. Жестокое зрение".
20.55 "Романтика ромansa". Сергей Захаров.
21.55 "Белая студия"
22.35 "Дик Трейси". Художественный фильм.
0.25 "Дикая Южная Африка. Большая пятерка".
1.10 Сэр Саймон Рэттл и Берлинский филармонический оркестр.
1.55 Искатели. "Загадка "подмосковного Версаля".
2.40 Мировые сокровища культуры.

Первый

- 5.35 "Наедине со всеми" (16+)
6.00 Новости
6.10 "Наедине со всеми" (16+)
6.35 X/ф "За двумя зайцами" (12+)
8.10 "Служу Отчизне!"
8.40 "Смешарики. ПИН-код"
8.55 "Здоровье" (16+)
10.00 Новости
10.15 "Непутевые заметки" с Дм. Крыловым
10.35 "Пока все дома"
11.25 "Фазенда"
12.00 Новости
12.15 Премьера. "Барак-холка"
13.00 Премьера. "Гости по воскресеньям"
14.00 Премьера. "Все хиты «Юмор FM» на Первом"
15.50 Кино в цвете. "Приходите завтра..."
17.50 "Точь-в-точь" (16+)
21.00 Воскресное "Время". Информационно-аналитическая программа
23.00 X/ф "Метод". Сеанс седьмой (18+)
0.00 X/ф "Брюс Ли" (16+)
1.50 X/ф "Уходя в отрыв"
3.45 "Модный приговор"

Россия

- 5.35 "Спортлото-82". X/ф
7.30 "Сам себе режиссер"
8.20 "Смехопанорама Евгения Петросяна"
8.50 "Утренняя почта"
9.30 "Сто к одному"
11.00 Вести.
11.10 "Смеяться разрешается"
12.10 "Княжна из хрущевки". X/ф (12+)
14.00 Вести.
14.20 "Княжна из хрущевки". X/ф (12+)

Спорт

Понедельник, 23 ноября

- 6.30 "Мама в игре"
7.00 Новости.
7.05 "Ты можешь больше!" (16+).
7.30 Новости.
7.35 "Ты можешь больше!" (16+).
8.00 Новости.
8.05 "Живи сейчас". (16+).
9.00 Новости.
9.05 Все на Матч!
10.00 Новости.
10.05 Все на Матч!
11.00 Новости.
11.05 "Федор Емельяненко. Первый среди равных" (16+).
12.00 Новости.
12.05 Смешанные единоборства. Bellator (16+).
15.00 Новости.
15.05 Все на Матч!
15.55 Профессиональный бокс.
18.30 "Континентальный вечер"
19.30 Профессиональный бокс.
22.30 "Безграничные возможности"
23.00 Все на Матч!
0.00 Тяжелая атлетика.
1.45 "Удар по мифам" (16+).

Вторник, 24 ноября

- 7.00 Новости.
7.05 "Ты можешь больше!"
7.30 Новости.
8.00 Новости.
8.05 "Живи сейчас". (16+).
9.00 Новости.
9.05 Все на Матч!
10.00 Новости.
10.05 Все на Матч!
11.00 Новости.
11.05 "Анатомия спорта" с Эдуардом Безугловым
11.30 "Второе дыхание"
12.00 Новости.
12.05 Все за Евро (16+).

- ки". X/ф (12+)
16.00 "Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов "Синяя Птица".
18.00 "Чужие дети". X/ф
20.00 Вести недели.
21.30 "Тихий Дон". Т/с (12+)
0.15 "Я подарю себе чудо". X/ф (12+)
2.15 "Фокус-покус. Волшебные тайны". (12+)
3.15 "Смехопанорама Евгения Петросяна".
3.45 "Комната смеха".

НТВ

- 5.05 Т/с "Адвокат" (16+).
6.05 Т/с "Шериф" (16+).
8.00 Сегодня.
8.15 "Русское лото плюс"
8.50 Их нравы
9.25 Едим дома
10.00 Сегодня.
10.20 "Первая передача" (16+).
11.00 "Чудо техники".
11.50 "Дачный ответ"
13.00 Сегодня.
13.20 "Поедем, поедим!" (0+).
14.10 Своя игра (0+).
15.00 "НашПотребНадзор". Не дай себя обмануть! (16+).
16.00 Т/с "Литейный" (16+).
18.00 "Акценты недели". Информационная программа.
19.00 "Точка" с Максимом Шевченко.
19.45 Т/с "Паутина" (16+).
23.40 "Пропаганда". (16+).
0.15 "Бейрут-82. Незвестная война Брежнева". Фильм Алексея Поборцева (16+).
1.20 Т/с "Шериф" (16+).
3.05 Т/с "Следственный комитет" (16+).

- 12.30 "Где рождаются чемпионы?" (16+).
13.00 "Спортивный интeрес" (16+).
14.00 Новости.
14.05 "Важная персона".
16.00 Новости.
16.05 "Особый день" с Константином Цзю (16+).
16.30 "Дублер"
17.00 Все на Матч!
18.00 "1+1" (16+).
18.45 "Куль тура" с Юрием Дудем (16+).
19.15 Все на футбол!
19.45 Футбол. Лига чемпионов. "Зенит" (Россия) - "Валенсия" (Испания).
22.00 Все на футбол!
22.30 Футбол. Лига чемпионов. "Барселона" (Испания) - "Рома" (Италия).
0.45 Все на Матч!
1.45 "Детали спорта" (16+).
2.15 Обзор Лиги чемпионов.
2.30 Тяжелая атлетика. Чемпионат мира. Мужчины.
4.15 "Два Эскобара".

Среда, 25 ноября

- 6.30 "Сердца чемпионов"
7.00 Новости.
7.05 "Ты можешь больше!" (16+).
7.30 Новости.
7.35 "Ты можешь больше!" (16+).
8.00 Новости.
8.05 "Живи сейчас". (16+).
9.00 Новости.
9.05 Все на Матч!
10.00 Новости.
10.05 Все на Матч!
11.00 Новости.
11.05 "Куль тура" с Юрием Дудем (16+).
11.30 "Первые леди" (16+).
12.00 Новости.
12.05 "Безграничные возможности"
12.35 "Детали спорта"

ТВ5

- 7.10 Мультфильмы
10.00 "Сейчас"
10.10 "Истории из будущего" с Михаилом Ковальчуком (0+)
11.00 "След". Т/с (16+)
12.00 "След". Т/с (16+)
13.00 "След". Т/с (16+)
14.00 "След". Т/с (16+)
15.00 "След". Т/с (16+)
17.00 "Место происхождения. О главном"
18.00 "Главное". Информационно-аналитическая программа
19.30 "Белая стрела. Возмездие". Т/с (16+)
20.30 "Белая стрела. Возмездие". Т/с (16+)
21.30 "Белая стрела. Возмездие". Т/с (16+)
22.30 "Белая стрела. Возмездие". Т/с (16+)
23.30 "Белая стрела. Возмездие". Т/с (16+)
1.20 "24 часа". X/ф (16+)
3.00 "УГРО. Простые парни-3". Т/с (16+)

РЕН-ТВ

- 5.00 "Смотреть всем!" (16+).
5.30 X/ф "Зеленый фонарь"
7.30 X/ф "Путешествие к центру земли"
9.20 X/ф "Путешествие-2. Таинственный остров"
11.00 "Пока цветe папоротник". Т/с (16+).
12.00 "Пока цветe папоротник". Т/с (16+).
13.00 "Пока цветe папоротник". Т/с (16+).
14.00 "Пока цветe папоротник". Т/с (16+).
15.00 "Пока цветe папоротник". Т/с (16+).
16.00 "Пока цветe папоротник". Т/с (16+).
17.30 "Хитман". X/ф (16+)
19.30 Местное время
20.00 "Где логика?"
21.00 "Однажды в России" (16+)
22.00 "Stand up" (16+)
23.00 "Дом 2. Город любви" (16+)
0.00 "Дом-2. После заката" (16+)
1.00 "Кино про Алексева".
2.55 "Как малые дети". X/ф (16+)
5.40 "Женская лига. Лучшее" (16+)
6.00 Мультсериал
4.30 "1+1" (16+).
5.20 "Мэрион Джонс. Потерять все".

Четверг, 26 ноября

- 6.30 "Второе дыхание"
7.00 Новости.
7.05 "Ты можешь больше!"
7.30 Новости.
7.35 "Ты можешь больше!"
8.00 Новости.
8.05 "Живи сейчас". (16+).
9.00 Новости.
9.05 Все на Матч!
10.00 Новости.
10.05 Все на Матч!
11.00 Новости.
11.05 "Матч, который не состоялся".
12.15 Новости.
12.20 "1+1" (16+).
12.50 "Мэрион Джонс. Потерять все".
14.00 Новости.
14.05 "Точка на карте".
14.30 "Спортивный интерес" (16+).
14.45 "Тиффози. Итальянская любовь".
15.00 Новости.
15.05 "Лучшая игра с мячом" (16+).
15.35 "Неудачная попытка Джордана".
16.45 "Детали спорта" (16+).
17.00 Все на Матч!
18.00 Все на футбол!
18.45 Футбол.
20.45 Футбол.
22.50 Футбол.
1.00 Все на Матч!
2.00 "Два Эскобара".

- ник". Т/с (16+).
17.00 "Пока цветe папоротник". Т/с (16+).
18.00 "Пока цветe папоротник". Т/с (16+).
19.00 "Пока цветe папоротник". Т/с (16+).
20.00 "Пока цветe папоротник". Т/с (16+).
21.00 "Пока цветe папоротник". Т/с (16+).
23.00 "Добров в эфире". Информационно-аналитическая программа. (16+).
0.00 "Соль". Музыкальное шоу Захара Прилепина. (16+).
1.30 "Военная тайна"

ТНТ

- 7.00 "ТНТ. MIX" (16+)
7.35 Мультсериал
8.30 Местное время
9.00 "Деффчонки". Т/с (16+)
10.00 "Дом-2. Lite" (16+)
11.00 "Перезагрузка" (16+)
12.00 "Танцы" (16+)
14.00 "Комеди Клуб" (16+)
15.00 "Комеди клуб. Лучшее" (16+)
15.30 "Перси Джексон и Море чудовищ".
17.35 "Хитман". X/ф (16+)
19.30 Местное время
20.00 "Где логика?"
21.00 "Однажды в России" (16+)
22.00 "Stand up" (16+)
23.00 "Дом 2. Город любви" (16+)
0.00 "Дом-2. После заката" (16+)
1.00 "Кино про Алексева".
2.55 "Как малые дети". X/ф (16+)
5.40 "Женская лига. Лучшее" (16+)
6.00 Мультсериал

Пятница, 27 ноября

- 6.30 "Лучшая игра с мячом" (16+).
7.00 Новости.
7.05 "Ты можешь больше!" (16+).
7.30 Новости.
7.35 "Ты можешь больше!" (16+).
8.00 Новости.
8.05 "Живи сейчас". (16+).
9.00 Новости.
9.05 Все на Матч!
10.00 Новости.
10.10 Фигурное катание.
11.30 "Где рождаются чемпионы?" (16+).
12.00 Новости.
12.05 "Анатомия спорта"
12.30 "Дублер"
13.00 Фигурное катание.
14.40 Профессиональный бокс.
17.00 Все на Матч!
18.00 "Второе дыхание"
18.30 "Безумный спорт"
19.15 "ОХОТНИК НА ЛИС" (16+).
22.00 "Спортивный интeрес" (16+).
23.00 Все на Матч!
0.00 Тяжелая атлетика.
1.45 "Детали спорта" (16+).

Суббота, 28 ноября

- 7.40 Новости.
7.45 "Анатомия спорта"
8.20 Фигурное катание.
9.55 Новости.
10.00 Все на Матч!
10.40 Фигурное катание.
13.00 Новости.
13.05 "Особый день" (16+).
13.30 Фигурное катание.
15.55 Формула-1. Гран-при Абу-Даби. Квалификация.
17.00 Все на футбол!
17.20 Росгосстрах Чемпионат России по фут-

Культура

- 6.30 Евроньюс
10.00 "Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфириным".
10.35 "Кашей Бессмертной". Художественный фильм.
11.40 "Страна волшебника Роу".
12.20 Россия, любовь моя! "Культура табасаранцев".
12.50 "Кто там...". Авторская программа В.Верника.
13.20 "Дикая Южная Африка. Большая пятерка".
14.10 Гении и злодеи. Гавриил Илизаров.
14.35 "Пешком...". Москва союзная.
15.05 "Дик Трэйси". Художественный фильм
16.45 "И друзей соберу... Борис Поюровский". Вечер в Доме актера.
17.25 Искатели. "Тёмная история белого камня".
18.15 "Комиссар". Художественный фильм.
20.00 Больше, чем любовь. "Нонна Мордюкова. О любви без счастья".
20.40 "Тихий Дон". Съёмки на фоне эпохи".
21.25 По следам тайны. "Загадочные предки человечества".
22.15 "Константину Симонову посвящается...".
23.35 "Ка. Эм.". Алексея Симонова. Часть 2-я.
0.30 "Магистраль". Художественный фильм
1.55 Искатели. "Тёмная история белого камня".
2.40 Мировые сокровища культуры.

- болу.
19.40 "Детали спорта" (16+).
20.00 Документальное расследование.
21.00 Смешанные единоборства. UFC. Трансляция из Кореи (16+).
23.00 Все на Матч!
0.00 Тяжелая атлетика. Чемпионат мира. Мужчины.
1.45 "Дублер"
2.15 "Особый день" с Константином Цзю (16+).
2.30 Тяжелая атлетика. Чемпионат мира. Женщины.

Воскресенье, 29 ноября

- 7.30 Новости.
7.35 "Второе дыхание"
8.00 Новости.
8.05 Все на Матч!
8.55 Новости.
9.00 Фигурное катание.
11.20 "Поверь в себя. Стань человеком"
11.50 "Детали спорта" (16+).
12.00 Новости.
12.10 "Безумный спорт"
13.00 Документальное расследование.
14.00 Все на Матч!
15.00 "Биатлон с Дмитрием Губерниевым".
15.35 Биатлон. Кубок мира.
16.45 "Биатлон с Дмитрием Губерниевым".
17.20 Биатлон. Кубок мира.
19.00 Формула-1. Гран-при Абу-Даби.
21.05 "Сердца чемпионов"
21.30 "В погоне за желтой майкой".
22.00 "Победы, которых не должно было быть".
23.00 Все на Матч!
0.00 "ТЕЛО И ДУША" (16+).
2.40 "ОХОТНИК НА ЛИС"
5.20 "Безумный спорт"
6.00 "Биатлон с Дмитрием Губерниевым".

ФИНИШНАЯ ПРЯМАЯ ДЛЯ ОГОРОДНИКА.

КАК СОХРАНИТЬ УРОЖАЙ И ПОДНЯТЬ ПОТЕНЦИАЛ СВОЕЙ ТЕПЛИЦЫ.



- Многие возбудители болезней тепличных культур действительно сохраняются в почве. Однако ежегодно менять землю очень нелегко. Чтобы заменить 30 см грунта даже в обычной дачной теплице площадью 18 м², нужно убрать 5,4 м³ «плохой» почвы и принести столько же «хорошей».

К счастью для тех, кому не по плечу подобные «подвиги Геракла», существуют более простые способы борьбы с инфекциями в теплице. После её полного освобождения от урожая и растительных остатков рекомендуется вымыть все внутренние поверхности с обычным моющим средством, а тепличную почву опрыскнуть купроксатом и фармайодом. А следующей весной перед посадкой или посевом придётся внести в грунт глиокладин (триходермин) или фитоспорин.

ЛУК НЕ ПРОПАДЕТ ВДРУГ

Как охрaнить лук?

И. Гулавская

- Луку страшны заболевания, которые «расцветают» во влажную прохладную погоду, - напоминает *Валентина КОКОРЕВА*, кандидат с.-х. наук. - Не пытайтесь хранить повреждённые луковицы с отслаивающимися покровами (их лучше быстрее использовать). Дольше всего лежат самые плотные, вызревшие луковицы среднего размера с гладкими сухими чешуями и тонкой шейкой. Для профилактики гнилей их можно опылить толчёным мелом (100-200 г на 1 кг) или обработать микобактериальными препаратами (с обязательной просушкой). Желательно расфасовать лук по подвесным пластиковым сеткам или небольшим картонным коробкам. Популярные сорта лука лучше всего лежат при температуре +1...+5 °С. В тёплых комнатных условиях даже самый хороший полуострый лук в лучшем случае сохранится до апреля.



ВСЕГДА СО СВЕКЛОЙ

Вы сами вырастили хороший урожай, но корнеплоды пришли в негодность быстрее, чем хотелось бы? Давайте разберемся.

Отросли листочки?

Свекла - культура двулетняя. Она хочет жить, думая, что весной продолжит свой жизненный цикл. Поэтому появление отрастающих на корнеплоде листьев совершенно естественно. И чем ближе температурный режим хранения к оптимальному, тем позднее появятся эти листья. Лучше, если вы найдете пару дней, чтобы перебрать свеклу и оборвать эти листья. Заодно удалите загнанные корнеплоды.

Вообще-то свекла на редкость хорошо хранится. Главное - правильно убрать урожай и поместить его в подходящие условия. Существует всего 4 простых правила, выполнение которых поможет сохранить корнеплоды до нового урожая.

В хранилище

Правило 1. Место. Самый главный секрет успеха заключается в том, что свекла хорошо хранится при температуре 0...+2 °С и влажности около 90-95%. При этом нужен приток свежего воздуха. Нужно хранилище, подвал или погреб. Несоблюдение температурного режима приведет к потере значительной части урожая.

Правило 2. Тара. Самое практичное решение - держать свеклу в больших полиэтилено-

вых мешках (литров на 20-30), причем в широко открытых! Можно, конечно, хранить свеклу и в ящиках, можно просто насыпать горкой на полу. Но лучшим для небольшого количества урожая считаю именно вариант с полиэтиленовыми мешками. При таком способе она прекрасно сохраняется!

Влияние агротехники

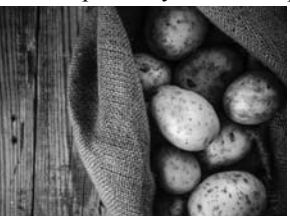
Правило 3. Сорта. Для хранения подойдет свекла округлой формы (цилиндрические и плоские корнеплоды хранятся хуже) и диаметром не менее 7-8 см (мелочь не годится).

Правило 4. Процесс уборки. Очень важно выбрать нужный момент. Уборку лучше проводить как можно позже. Выбранные корнеплоды нужно очистить, ботву срезать на расстоянии 1-1,5 см от основания, убрать засохшие листья, осмотреть каждый экземпляр на предмет отсутствия болезней и повреждений грызунами. Отборные корнеплоды нужно оставить на несколько часов на свежем воздухе, чтобы они подсохли, затем переместить в прохладное место на несколько дней для постепенного охлаждения.

ВЕКОВОЙ ОПЫТ. КАК ХРАНИЛИ УРОЖАЙ КАРТОФЕЛЯ ПРЕДКИ?

100 лет назад картофель всю зиму хранили прямо на грядках. «Некоторые огородники сохраняют картофель на зиму следующим образом. Его не выкапывают из гряд, а оставляют в земле. По мере наступления морозов гряды с картофелем прикрываются землёй, листьями и навозом; толщина этой покрывки должна быть такова, чтобы земля в грядках не могла промерзнуть. Таким картофелем можно пользоваться в любое время зимы, стоит только разрыть покрывку».

КСТАТИ. «В диком состоянии клубни картофеля, оставаясь в земле, не гниют, несмотря на то, что земля мокра всю зиму. На родине картофеля дикари им пользуются во всякое время, не делая запасов. Поэтому рациональнее, мне кажется, следовать указаниям природы, нежели нашим кабинетным измышлениям». Из статьи А. Грелля «Способ хранения картофеля, употребляемый москвскими огородниками», журнал «Русское садоводство», 1891 г



МОРКОВЬ БЕЗ БОТВЫ

Выращиваю морковь. До уборки всё хорошо, но потом весь урожай довольно быстро вянет и портится. Что я делаю не так? С. Турова

- Скорее всего, всё дело в несоблюдении технологии уборки, - считает *Любовь ТИМАКОВА*, селекционер корнеплодов. - Уборку лучше проводить в сухую погоду. Дергать «девиц» за «косы» не надо - пользуйтесь вилами с плоскими зубьями. Налипший грунт аккуратно стряхните руками: никогда не бейте корнеплоды друг о друга или о землю. Не пытайтесь обсушить выкопанную морковь прямо с ботвой - корнеплоды увянут на глазах. Все листья сразу срезают «под ноль» и переносят урожай под навес, где оставляют на 1-2 дня, чтобы зарубцевались все ранки.

Идеальное место для хранения моркови - подвал с температурой +1...+2 °С и влажностью воздуха 80-85%. Корнеплоды лучше всего держать в полиэтиленовых мешках вместимостью 20-30 кг. Пакеты заполняют на 2/3, присыпают сверху опилками и оставляют приоткрытыми.



Какими лечебными свойствами обладает агава американская?

Отвечает кандидат биологических наук *Андрей Цицилин*:

Речь идёт об агаве американской. Внешне она действительно напоминает алоэ. К тому же на Американском континенте это растение имеет столь же широкое применение, как алоэ в Старом Свете.

В медицинских целях агаву использовали ещё ацтеки, применяя её стужённый сок для лечения ран. Причём лабораторные исследования показали, что это средство действительно способствует процессу заживления. Сок агавы обладает антибактериальным действием. Он также используется как слабительное и мочегонное, применяется для лечения туберкулёза лёгких, болезни печени и желтухи. А листьями агавы американской лечат ревматизм.

ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ САДОВОДА И ОГОРОДНИКА

С 19 ноября (15:21) по 21 ноября (18:12). 2-я четверть. Луна в Рыбах

Можно: заняться уходом за комнатными и тепличными растениями, включая полив и подкормку растущих экземпляров минеральными удобрениями. При желании после установления небольших минусовых температур сеять под зиму холодостойкие овощные и цветочные однолетники.

Нельзя: сажать на выгонку луковичные растения - велика вероятность загнивания у них корней.

С 21 ноября (18:12) по 23 ноября (19:26) 2-я четверть. Луна в Овне

Можно: ухаживать за растениями в комнате и теплице: при необходимости обработать их от болезней, провести санитарную обрезку, взрыхлить сухую землю. Заняться сбором и уничтожением зимующих в саду вредителей, а также мумифицированных плодов.

Нельзя: поливать растения закрытого грунта - в эти дни их корням требуется больше воздуха.

С 23 ноября (19:26) по 25 ноября (20:15) 2-я четверть. Луна в Тельце

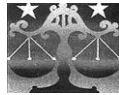
Можно: заняться формирующей обрезкой комнатных и тепличных растений. Если требуется, полить и подкормить их минеральными удобрениями (за исключением тех, что находятся в состоянии покоя). В закрытом грунте сажать корнеплоды (петрушка, сельдерей) и луки (репчатый, батун, шнитт) для выгонки зелени.

Нельзя: излишне усердствовать с поливом - влажность почвы должна быть умеренной.

Астрологический прогноз с 23 по 29 ноября



ОВЕН. На этой неделе события будут развиваться в материальной плоскости, а также в сфере быта.



ВЕСЫ. Эта неделя станет благоприятной, иногда даже слишком. В эти дни у Вас произойдет много

Гороскоп сулит в первые дни недели увеличение финансовых возможностей. Однако со второй половины недели уже придется более внимательно следить за своими расходами, чтобы Ваш денежный баланс не вышел из равновесия.

радостных и эмоциональных событий. Иногда Ваша радость будет возникать совсем без всяких причин, но разве этому ощущению нужны доказательства? Вас будет охватывать веселье, но оно будет дополняться излишествами в питании. Однако они способны привести к перенасыщению, в том числе и эмоциональному, а затем и к снижению самочувствия. Конечно радость, радостью, но все же необходимо знать меру во всем.

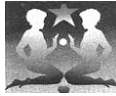


ТЕЛЕЦ. На этой неделе можете подвергнуться трудному испытанию, затрагивающему отношения в личной жизни.



СКОРПИОН. Все дни этой недели станут связаны с финансовой сферой, деньгами и попытками укрепления своего материального благополучия. Эта неделя станет лучшей для финансов, но нужно будет приложить много усилий для их заработка. В этот период придется забыть об отдыхе и прочих мирских радостях.

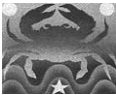
Сначала события будут развиваться спокойно. Однако эта красочная идиллия будет всего лишь ширмой, за которой будут прятаться накопившиеся конфликтные ситуации. Они достигнут критической отметки, и это нанесет серьезный удар по семье. Гороскоп предупреждает, что нельзя накапливать обиды.



БЛИЗНЕЦЫ. Гороскоп советует на этой неделе прийти в равновесие и успокоиться. Будут происходить события, которые помогут вам не только укрепить свою эмоциональную сторону, но и лучше познать себя. Эти дни не очень подходят для общения с посторонними, любые попытки пообщаться могут нарушить ваше душевное равновесие. Лучше всего посвятить эти дни себе.



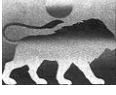
СТРЕЛЕЦ. На этой неделе ожидают судьбоносные события. Вы должны будете сделать свой выбор, но его результат станет весьма неоднозначным. Поэтому вы находитесь на распутье - пойти вперед по совершенно неизвестному пути или же обустроить то, что у вас есть. В любом случае окончательный выбор остается за вами.



РАК. Повысится работоспособность и удачливость в материальной сфере. Но необходимо будет многим пожертвовать еще до того, как сможете увидеть первые позитивные результаты. Гороскоп обещает успех во многих делах, но только если вы готовы следовать до конца, не обращая внимания ни на что.



КОЗЕРОГ. Вам будет необходимо отстаивать свои взгляды и свою позицию, если вас интересует спокойствие и стабильность в доме. Для этого будет большое количество возможностей и сил. Также сейчас внутри вас вспыхнут новые чувства, которые помогут развивать текущие отношения или наладить новые. Вы сможете хорошо контролировать себя и свои эмоции.



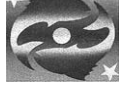
ЛЕВ. Уже в начале недели снизится уровень жизненных сил, упадет доверие к людям и это может привести к депрессии. Гороскоп не рекомендует заниматься операциями, связанными с деньгами. Восстановить свое душевное равновесие на этой неделе помогут семья и близкие люди.



ВОДОЛЕЙ. Нельзя строить никаких планов, особенно в личной жизни. Необходимо довериться интуиции и тогда сможете добиться необходимого результата. Время благоприятно для развития и укрепления существующих отношений и создания новых.



ДЕВА. Излишняя эмоциональность способна серьезно подвести. У вас хватает сил, чтобы выполнить все задуманное.



РЫБЫ. Неделя благоприятна для тех, кто действует решительно, чтобы добиться положительного результата. Вас не смогут остановить никакие препятствия, поэтому можете смело двигаться вперед к своим целям, открывать собственное дело, выгодно вкладывать деньги. Удачны будут любые коммерческие начинания.

Однако количество желаний слишком велико. На вас будут наваливаться иллюзии и будет сложно сделать однозначный выбор, вплоть до того, что окажетесь в тупике. Поэтому вы должны собрать свою решимость, чтобы начать двигаться к правильной цели.

Группа Владимира Шахрина	Экцентрическая выходка						
	Тир в луна-парке	Поток, надувшийся па-руса	Яркий объект во Вселенной	Жанр фильмов Хичко-ка	Государство с Дака-ром		
	Создатель с патентом	"Ясель-ная" рыбка	Часть снего-вика	Итог от-стоя	Бурные апло-дис-менты		
Творец снадо-бий		Пани Мо-ника вне роли					
Запасы в торбе сав-раски		Стихи, что ни-же кри-тики	Благо-род-ный олень				
Экза-мен для мо-делей				Антич-ная Спарта	От-прыск царя зверей	Пуска-тель двига-теля	
			"Злой гений" мушке-теров				
Звук из ком-наты страха		"Отец" совет-ских вер-толетов	Валю-та Мьян-мы				
Киноре-публика беспри-зорников				Сотня кубин-ских сентаво	Граф-Фити по живому		
				Государь, побив-ший бояр			
Спорт вело-экстре-малов	Спонсор предста-вителей богемы						
				Судак под соу-сом			
"Пого-ловье" страны	Люби-мый па-рижист Лещенко						

УЛЫБНИТЕСЬ

— Изя, возьми ребенка на футбол!
 — Зачем? Он еще маленький.
 — Ну а шо он орет просто так!

По настоящему богатый никогда не покажет, что он богат, а вот не очень — обязательно... с умом дела обстоят так же...

Целый час Рабинович роется в карманах и говорит жене:
 - Не могу найти свой бумажник.
 - А в брюках ты смотрел?
 - Да.
 - А в плаще?
 - Смотрел.
 - А во внутренних карманах?
 - Нет.
 - Почему?
 - Если и там нет, у меня будет инфаркт.

- Наш малыш сказал первое слово.
 - Это «мама»?
 - Понимаешь, он упал со стула, больно ударился... это не «мама».

- Всё! Завтра кардинально меняю свою жизнь!!!
 - Уляжешься на телевизор и станешь смотреть на диван?

Хотел погасить кредит, но он только разгорался и разгорался.

- Извините, вы не подскажете, как дойти до жизни такой?
 - Очень легко: просто катитесь вот по этой наклонной плоскости.

- Ты мясо ешь?
 - Нет.
 - А рыбу?
 - Тоже нет.
 - Вегетарианец?
 - Бюджетник.

Ответы на кроссворд, опубликованный в № 140-142

П	Е	Р	Е	П	Е	Л	И	Ц	А
Ж	■	■	■	■	■	■	■	■	■
И	З	М	О	Р	■	■	■	■	Н
Х	■	■	■	■	■	■	■	■	■
М	А	К	Р	А	М	Е	■	■	■
О	У	■	■	■	■	■	■	■	■
Л	У	П	А	■	■	■	■	■	■
И	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Н	А	■	■	■	■	■	■	■	■
Я	Р	■	■	■	■	■	■	■	■
Е	■	■	■	■	■	■	■	■	■
А	С	■	■	■	■	■	■	■	■
У	■	■	■	■	■	■	■	■	■
А	Р	■	■	■	■	■	■	■	■
С	■	■	■	■	■	■	■	■	■

- Ну, меня цвет купюр в 500 евро не вводит в депрессию.

- Когда у меня стресс, я ем шоколад!
 - Люся, ты постоянно его ешь.
 - Согласна, жизнь помотала!

Воскресенье. Утро. Мужик размышляет:
 - Лежу под одеялом в тепле, а мог бы валяться где-нибудь пьяный! Господи, на что я трачу свою жизнь?

Соседи у нас — абсолютно честные люди. Неделю назад поставил пакет с мусором на площадку. Так и стоит до сих пор, никто не забрал.

Бывший футболист работает маляром.
 Даже сейчас он продолжает мазать.

Хватит с меня этой любви на расстойнии!
 Холодильник, ты переезжаешь в мою комнату.
 - Слышь, Вась! Странно: в последние годы значительно уменьшилось число анекдотов и шуток на тему "теща-зять"...
 - Ясен пень! Какие шутки? Всей семьей живем на пэнсию тещи...

Я вчера с твоей женой в трамвае ехал, она мне такой анекдот рассказала, я чуть с кровати не упал...

Погода в Майском

	18.11	19.11	20.11	21.11	22.11	23.11	24.11	25.11	26.11	27.11
	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Облачность										
Осадки	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Темпера тура днем °С	+6°	+8°	+9°	+8°	+8°	+8°	+11°	+6°	+11°	+13°
Темпера тура ночью °С	0°	-1°	+1°	+1°	+2°	+3°	+1°	+6°	+6°	+5°
Дав. мм рт. ст.	747	745	747	743	746	749	752	748	733	735
Влажность %	63	59	69	75	79	81	62	85	87	78
Ветер м/сек	ю 1	в 3	сз 1	сз 2	сз 2	сз 1	сз 1	сз 3	юв 1	ш 0
Ощущается °С	+6	+8	+9	+8	+8	+8	+11	+6	+11	+13