

№01
(478)
ЧЕРНОЗЕМЬЕ

ТВ-программа с 6 по 12 января 2025 года

№2
в продаже
с 8 ЯНВАРЯ

36
КАНАЛОВ
ТВ

ТЕЛЕК

**ИСТОРИЯ
И ТРАДИЦИИ.
РОЖДЕСТВО
ХРИСТОВО**

стр. 26

**ПИР ПОСЛЕ
ПЕРВОЙ
ЗВЕЗДЫ:
ГОТОВИМ
С ЛЮБОВЬЮ**

стр. 27

**ЭЛЕОНОРА
ФИЛИНА**

**ПЕСНЯ – ОПОРА
НА ВСЕ ВРЕМЕНА**

стр. 2

**СНЕЖНЫЙ
ФИТНЕС**

стр. 6

**ТРИ ПОКОЛЕНИЯ
В ОДНОЙ
КВАРТИРЕ –
СУПЕР!**

стр. 4

**ПРЕВРАТИТЕ
СПАЛЬНЮ
В УЮТНОЕ
ГНЁЗДЫШКО**

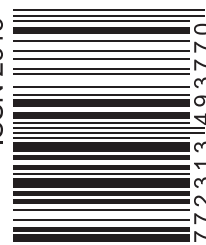
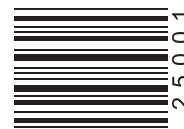
стр. 30

12+

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Фото телеканала ТВЦ

ISSN 2313-4933



9 772313 493770 25001

Элеонору Филину представлять приятно, тем более если учесть, что её знают все, кто любит песню.

Российская теле- и радиоведущая, музыкальный редактор телепрограмм, она приобрела наибольшую популярность благодаря телерадиопроекту «В нашу гавань заходили корабли», который вела почти 20 лет с детским писателем Эдуардом Успенским.

Осенью 2022 года вышел первый выпуск ее нового проекта – программы «Хорошие песни», которая идет на телеканале ТВЦ. Элеонора поделилась своими впечатлениями об участии в этой передаче, рассказала о том, как собирались народные дворовые песни и что заставило ее петь на кухне...

Главное – создать атмосферу

– Элеонора, большая популярность пришла к вам после выхода на экраны программы «В нашу гавань заходили корабли». Сегодня вы ведёте другую передачу – «Хорошие песни». В чём между ними принципиальное различие, если учесть, что поют и тут и там?

– Отличие исключительно в репертуаре. Сама по себе структура программы, ее содержательная часть остались примерно такими же, как в «Гавани...». Изменились песни. Там мы пели дворовые народные, здесь исполняем всем известную советскую эстраду.

– Советский песенный период невероятно плодотворный. Каким образом выбираете «хорошие песни»? Для каждой передачи вам нужно всего десять песен, а их тысячи...

– Мы берем какую-то одну тему и ее развиваем, или конкретного исполнителя – Людмилу Зыкину, Владимира Высоцкого, Муслима Магомаева... Это суживает рамки отбора и помогает выстроить концепцию вечера. Очень помогают зрители. Они знают все песни, которые у нас звучат, и с удовольствием подпевают.

Не соперники, но соавторы

– В своих телепрограммах вы работаете в паре. Вот и в этом проекте у вас замечательные соведущие – два народных артиста России – сна-

Элеонора ФИЛИНА:

// Песня – опора во все времена



Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Делай, что должно делать, и будь что будет. Я живу по этой подсказке, и вам желаю того же.

чала был Александр Михайлов, а теперь Борис Щербаков. Вам нравится работать в тандеме?

– Когда ты ведешь развлекательную передачу, с партнером всегда интереснее, программа таким образом обогащается. В первой передаче «В нашу гавань заходили корабли» я работала с писателем Эдуардом Успенским. У нас была своя «фишка» – мы никогда не писали сценарии для передачи, только составляли список участников, а программу вели на чистой импровизации. Мы оба жили этой программой, были ее соавторами, поэтому получалось очень интересно. Она была нашим детищем, а мы ее родителями. В «Хороших песнях» я продолжаю быть родительницей, а мои соведущие, пришедшие в эту программу извне, помогают мне сделать ее более интересной, наполнить своим содержанием.

Дворовые сюжеты для фильмов

– Далеко не все знают, что порядка 20 лет вы собираете дворовые народные песни, издали двухтомник «В нашу

гавань заходили корабли...». Расскажите об этом подробнее.

– Я горжусь, что вся команда программы «В нашу гавань заходили корабли» сделала огромное дело – мы собрали 13,5 тысяч народных дворовых песен, большая часть из которых опубликована. Впервые в 1991 году в радиоэфире мы обратились к слушателям с просьбой присылать дворовые песни. И получили невероятный отклик! Потом мы с этой программой ушли на ТВ, но нам продолжали присылать песни, и шлют до сих пор! Собрался целый пласт народной песенной культуры, которая наглядно продемонстрировала, что люди в советский период жили не только песнями о партии и родине, но и создавали другие, которые выражали их надежды и чаяния. Это были песни о любви, о дружбе, о предательстве, они рассказывали о жизни человека от рождения до смерти. Некоторые песни содержали до 30 (!) куплетов. Поверьте, по многим из них можно снимать многосерийные фильмы, потому что они отражают жизнь народа и интересны до сих пор потому, что не выдуманы, а выстраданы людьми. Два тома этих песен вышли в печать. Те, что не вошли в сборник, можно найти в интернете.

Детали

«Поём на кухне»

– Вы удивительный человек, неуёмный. В период пандемии не сидели сложа руки, а запустили шоу «Поём на кухне», выкладывали его на личных страницах в соцсетях...

– Да, это мое ноу-хау (смеется). Когда началась пандемия, я увидела, какая паника охватывает людей. Подумала: чем я могу помочь им, сидя дома? Решила использовать опыт программы дворовых песен, которые считались в том числе, кухонными, поскольку люди собирались и пели на кухнях – самом уютном месте в доме. Вот и я удобно расположилась на своей кухне, поставила компьютер и полчасика пела в прямом эфире сначала для «Одноклассников», затем полчаса для тех, кто «зависает» «В контакте». Эти выпуски и сейчас при желании можно посмотреть в интернете.

– Раз заговорили о пении, признаюсь, что люблю вас слушать. У вас абсолютно уникальная исполнительская манера. Для вас важно выходить на публику в качестве исполнителя песен?

– Я, безусловно, не певица, но пою много. Дворовые песни – волшебные, в каждой из них есть история, и можно сыграть эту историю в песенном формате. А петь я начала абсолютно случайно. Еще в бытность работы на радио одна артистка отказывалась петь песню «Васильки», и я ей подсказала, как это сделать. И тогда редактор сказал: «Спойте сами, у вас хорошо получается». Я спела, и потихонечку меня стали все больше привлекать к исполнению дворовых песен. В результате я пришла к сольным концертам, с которыми выступала в «Гнезде глухаря». Сейчас я сотрудничаю с Центральным Домом работников искусств. Например, 24 декабря там прошел сольный концерт «Элеонора Филина приглашает друзей».

Наталья АНОХИНА

ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

Быть современной – это оставаться собой

– Как вы считаете, песня, как раньше, строить и жить помогает?

– Песня строить и жить будет помогать всегда. Музыка и слова воздействуют на эмоциональную сферу человека. Это инструмент, с которым надо очень бережно обращаться. Многие этого не понимают и пишут лишь бы что, лишь бы как.

– Что означает для вас – быть современной?

– Для меня быть современной – это оставаться собой. Я живу в этом времени, стало быть, я современник. Мне не нужно следовать однодневной моде, каким-то нынешним веяниям. Мой внутренний мир давно сформировался, даже не думаю о том – современна я или нет. Я так живу – и точка!



С певцом Сергеем Минаевым на съёмках новогоднего выпуска «Хороших песен».

В кинотеатре «Каро Октябрь» с аншлагом прошла премьера фильма «Новогоднее чудо» – полнометражный режиссёрский дебют Оксаны Сташенко.

Больше известная как актриса («Возвращение Мухтара», «Зимний роман», «Даун Хаус», «Бумер»...), с недавних пор Оксана заявила о себе как режиссер, сняв две трогательные, добрые короткометражки «Тоша-мамонтоша» и «Вовка». Видимо, скоро почувствовав уверенность, актриса замахнулась на полный метр и под занавес года подарила зрителям «Новогоднее чудо».

В чудеса надо верить

О том, что люди верят в чудеса и ждут их, говорит тот факт, что на премьеру картины пришло столько народу, что организаторы не без основания опасались: мест может не хватить. Сказка началась у входа в кинотеатр. Здесь можно было увидеть самого Эммануила Виторгана (в фильме он сыграл Деда Мороза), «Снегурочку» Лизу Арзамасову, на-

В середине счастья



Подробности

Кино – искусство командное

Разве не чудо, что еще одного Деда Мороза играет в фильме конголезец, певец Арсен Мукенди, знакомство с которым и подтолкнуло Оксану Сташенко на создание сказочной истории? Кстати, когда она писала сценарий, уже представляла артистов, которые будут играть в ее фильме. Выбирала тех, кого знает и любит, заранее предполагая, как будут они исполнять ту или иную роль.

– Мне не было страшно, когда я ввязалась в эту историю, – рассказывает сегодня, смеясь, Оксана Сташенко. – Я бесстрашная, потому что меня окружают друзья, мои соратники, которые относятся ко мне с теплом и доверием. Когда я отправила сценарий Лизе Арзамасовой, она ответила, что готова играть не только Снегурочку, но даже Снеговика, и сразу согласилась. К слову, Снегурочка у Лизы вышла такой убедительной, обаятельной и смешливой. Впрочем, Арзамасова хороша во всех своих работах, ее участие в любом проекте – знак качества. То же самое можно сказать про другого героя фильма, которого сыграл народный артист России Эммануил Виторган...

Хочу отметить, что снять картину «Новогоднее чудо» стало возможным благодаря участию многих людей, друзей и партнеров Оксаны Сташенко, которые поверили в нее и поддержали, многие – абсолютно бескорыстно. Каждого она поблагодарила со сцены кинотеатра. Список получился внушительным – таким, каким он и должен быть. Потому что кино – искусство командное.

родного артиста России Всеволода Шиловского... Лейтмотивом всего вечера стала песня «В середине счастья», специально написанная для фильма Катей Семёновой.

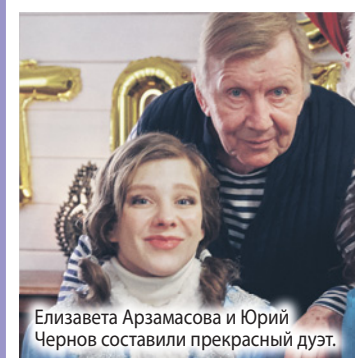
Эта сказка объединила детей и взрослых. Потому что сюжет фильма в нескольких параллельных историях рассказывает о том, что Новый год – праздник семейный. И отметить его нужно вместе, даже если на пути, за несколько часов до Нового года, возникают непредвиденные обстоятельства. Но всегда выручает чудо! В данном случае оно приходит в ли-

це Деда Мороза, который оказывается в нужном месте и в нужное время и дарит всем, кому надо, волшебные красные колпачки. Если до них дотронуться и загадать желание, они совершают чудеса, соединяя семьи, разобщенные обстоятельствами, перед самым боем курантов. И таким образом доказывают, что в чудеса надо верить, – тогда они точно случаются.

...и купила красную шапочку

После просмотра картины я приобрела себе в магазине такую же красную шапочку-колпачок, какую дарил Дед Мороз тем, кому считал нужным. Я решила, что мне она тоже нужна. Надену ее в новогоднюю ночь и загадаю желание. Как мы уже знаем, если сильно хотеть и верить – мечты сбываются. И тогда «в середине счастья» сможет оказаться каждый из нас.

Наталья АНОХИНА



Елизавета Арзамасова и Юрий Чернов составили прекрасный дуэт.

Фото из личного архива Оксаны Сташенко, фотограф Геннадий Абраменко

ПОДПИСКА на 2025 год

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

Вы можете оформить подписку на 1-е полугодие 2025 года на издание «ТЕЛЕК Черноземье»



Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Подписной индекс **П2912**

Газета выходит 1 раз в неделю

Стоимость подписки на 1-е полугодие 2025 года*

на 1 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца	на 5 месяцев	на 6 месяцев
238,48 ₺	476,96 ₺	715,44 ₺	953,92 ₺	1192,40 ₺	1430,88 ₺

* ВНИМАНИЕ. Подписка на газету «ТЕЛЕК Черноземье» осуществляется только для жителей Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областей.

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

как подписаться, сидя дома или на даче, без посещения почтового отделения

Онлайн на сайте Почты России <https://podpiska.pochta.ru> или через мобильное приложение «Почта России»

инструкция онлайн-подписки на сайте podpiska.pochta.ru и через мобильное приложение «Почта России»

- Выберите город, чтобы узнать цену на подписку для данного населенного пункта.
- Выберите газету * (по индексу – П2912 или названию – «ТЕЛЕК Черноземье»).
- Выберите способ доставки.
- Введите данные получателя: адрес доставки, ФИО.
- Выберите период подписки.
- Пройдите простую процедуру регистрации, если оформляете подписку на сайте впервые, или авторизуйтесь на сайте.
- Оплатите заказ банковской картой.

Отсканируйте QR-код, перейдите на сайт Почты России и оформите подписку на издание «ТЕЛЕК Черноземье»

П2912
«ТЕЛЕК Черноземье»

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

Возникли вопросы по подписке? Звоните в редакцию: 8 (495) 937-95-77 (доб.237)

СЕКРЕТ УСПЕХА

Как настроиться на собеседование?

Вот несколько советов, которые помогут вам настроиться на продуктивное общение с будущим работодателем.



Верьте в себя

Помните, что вас пригласили на собеседование потому, что увидели потенциал в вашем резюме. Вы уже прошли первый отборочный тур! Улыбайтесь, будьте открытыми и дружелюбными.

Исследуйте компанию

Узнайте больше о компании, ее миссии, целях и корпоративной культуре. Это поможет вам лучше понять, что вас ждет, и покажет вашу заинтересованность.

Продумайте встречные вопросы

Работодатель ожидает, что у вас будут свои вопросы. Подумайте, какие аспекты работы или компании вас интересуют, и составьте список вопросов.

Спланируйте маршрут

Заранее узнайте, как добраться до места проведения собеседования, и оставьте запас времени на случай непредвиденных обстоятельств.

Не бойтесь ошибок

Даже если что-то пойдет не так, помните, что каждая ошибка – это возможность учиться и расти. Главное – показать свою готовность развиваться и решать задачи.

Удачи на собеседовании!

Каково это – просыпаться утром и видеть вокруг себя не только своих детей, но и родителей?

Что значит делиться не только жилплощадью, но и временем, вниманием, заботой? Как и в любом коллективе, в такой разновозрастной семье могут возникать разногласия. Однако ужиться при желании можно. А если проявить немного мудрости и терпения, такая семья может стать весьма счастливой!

Очевидная польза

Молодежь стремится к свободе и независимости, тогда как старшее поколение зачастую придерживается традиционных ценностей и устоев. На первый взгляд, перспектив никаких. Но они есть! Например, такие.

Эмоциональная поддержка. Бабушки и дедушки могут оказать значительную эмоциональную поддержку своим детям и внукам. Взаимодействие между поколениями способствует укреплению семейных связей и созданию чувства единства.

Экономия ресурсов. Совместное проживание позволяет экономить на жилье, коммунальных услугах и других расходах. Это особенно важно в условиях финансовой нестабильности.

Забота о детях. Бабушки и дедушки часто помогают с уходом за детьми, что облегчает жизнь молодых родителей. Это может включать помощь в приготовлении пищи, уходе за малышами, сопровождении их в школу или на кружки.

Поддержка пожилых людей. Жизнь рядом с молодыми членами семьи – отличный способ для представителей старшего поколения поддерживать активность и здоровье. Они чувствуют себя нужными и полезными, что положительно сказывается на их психологическом состоянии.

Социальная активность. Каждый член семьи привносит в дом свои интересы и увлечения, что делает повседневную жизнь более разнообразной и интересной.

Три поколения в одной квартире: есть ли плюсы?

Скажи мне, под какую музыку ты убираешься, и я скажу, из какого ты поколения.



В тесноте, да не в обиде

Легко сказать: «проявите терпение – и все получится». А что именно необходимо сделать, чтобы всем членам семьи было комфортно под одной крышей? Психологи советуют договориться о правилах и соблюдать их. Например, вот эти три – обязательны.

ПРАВИЛО 1. Обязанности – по справедливости

Договоритесь о распределении домашних обязанностей. Это позволит избежать конфликтов из-за неравномерного распределения труда.

ПРАВИЛО 2. Каждому – личное пространство

Постарайтесь организовать жилое пространство так, чтобы каждому поколению была выделена своя зона отдыха и личного времени. Это поможет избежать напряженных ситуаций из-за нехватки личного пространства.

ПРАВИЛО 3. Общение – в позитивном ключе

Регулярные встречи и беседы помогут решить проблемы на ранней стадии. Попробуйте устраивать семейные ужины или чаепития, чтобы обсудить текущие вопросы и улучшить коммуникацию между всеми членами семьи.

Психологические границы важнее

Важно уважать личные границы каждого члена семьи. Постарайтесь избегать вмешательства в личную жизнь друг друга, особенно молодежи. Даже если вы уверены, что лучше знаете, как поступить. Это создаст атмосферу доверия и взаимопонимания. И не забывайте благодарить друг друга за вклад в общее благо. Ощущение благодарности и признание усилий каждого способствует улучшению климата в семье.

Наконец, в трудные минуты важно помнить: независимо от обстоятельств, именно семья остается главным убежищем и опорой.

На заметку

Учимся на примерах

Когда кажется, что проще разъехаться, стоит вспомнить примеры из советского кинематографа, чтобы увидеть, сколько тепла и заботы может принести жизнь в большой семье.

«По семейным обстоятельствам»

(1977 г., режиссёр Алексей Корнев)

Галина Аркадьевна устала от постоянных забавных, но нервующих стычек с дочерью и зятем, которые хотели бы видеть ее заботливой бабушкой, пекущей пирожки внучке. В поисках квартиры для размена она знакомится с художником Николаем и его любящей мамой – и неожиданно оказывается не только тещей, но и невесткой... Семья увеличивается, и это через некоторое время становится спасением!

«Взрослые дети»

(1961 г., режиссёр Виллен Азаров)

Анатолий Королёв ушел на заслуженную пенсию, и вместе с женой они строят планы на спокойную размеренную жизнь с театрами и музеями. Но как бы не так – дочь Людмила приводит домой молодого мужа, а вскоре у пары рождается ребенок. Оказывается, жить вместе трем поколениям довольно сложно, хотя временами и очень весело. Родители и дети периодически пытаются сбежать из шумного дома, но жизни друг без друга не представляют.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Колядки по ролям

Время от Рождества до Крещения – пора колядок. В наши дни жестких правил колядования не существует, а вот предки считали, что отправляться на вкусный промысел надо как минимум втроем. И у каждого своя роль. Первый должен нести изображение Вифлеемской звезды. Второй – звонить в колокольчик или с помощью какого-то еще инструмента оповещать хозяев о приближении. Ну а третий нес мешок, в который складывали угощение. Вы бы какую роль выбрали?

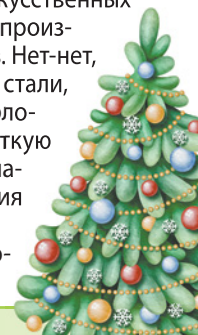


Икра для любителей

Красная икра – обязательный атрибут новогоднего стола. Но деликатесом она стала не так уж давно. Еще 100 лет назад в СССР при добыче лосося икру просто выбрасывали. Изменил ситуацию «вкусный» способ обработки, изобретенный в 50-х годах: икру смешивали с соленым раствором и каплей масла. Правда, продукт и после этого не стал популярным. Пришлось развернуть целую рекламную кампанию, чтобы люди хотя бы попробовали новый продукт. Ну а дальше покупателей было уже не остановить!

Ёлочка из ёршика

Искусственные ёлочки появились ещё в XIX веке. Первые такие деревца делали из проволоки и перьев, окрашенных в зеленый цвет. Но они были не слишком долговечными, да и перьев требовалось изрядное количество. Новый виток популярности искусственных ёлочек связан с компанией по производству ершиков для унитазов. Нет-нет, делать деревце из ершиков не стали, просто применили ту же технологию: закрепили на каркасе жесткую щетину, перевернули ее и сделали тоненькие веточки. Имитация получилась весьма удачной и несколько десятилетий пользовалась спросом.



Новый год с солнышком

Для славян долгое время началом нового года была Масленица, (начало весны), когда солнце разгоралось всё ярче, а дни удлинялись. Именно отсюда пошло поверье: как встретит человек Новый год, так и проведет. Поэтому в это время устраивали щедрое застолье и веселились от души. Первыми встречать Новый год 1 января стали древние римляне. Именно 1 января в должность вступали римские консулы, и встреча Нового года была приурочена к этому дню. И правильно – совмещали приятное с полезным.

Светлана СИДОРЧУК

Приключенческая кинолента «Левша» – это вольная адаптация известной истории Николая Лескова о тульском мастере, подковавшем миниатюрную блоху.

Авторы сценария Илья Куликов и Валерия Подорожнова существенно преобразили первоисточник, утверждая, что сценарий написан скорее по мотивам, чем по самому произведению. Действие фильма развернется в знакомом зрителю, но немного альтернативном Петербурге XIX века. Роль Левши исполняет Юрий Колокольников. Его экранным напарником стал Фёдор Федотов, известный по главной роли в фильме «Серебряные коньки», а в актерском ансамбле – Алексей Гуськов, Ян Цапник, Леонила Мантурова и другие известные артисты. В режиссерском кресле – Владимир Беседин, известный по своей работе над фильмом «Майор Гром». Нам удалось узнать подробности съемок этой картины и того, что ждет зрителей.

В Москве и Санкт-Петербурге идут съемки нового приключенческого фильма.

О чём кино

Действие фильма разворачивается в 1885 году в Санкт-Петербурге. Российская империя на грани войны с Великобританией. В то же время в столице орудует британский шпион, обладающий передовыми инженерными разработками. И не исключено, что загадочное устройство – механическая блоха, обнародованная во дворце императора Александра III, – его рук дело. За расследование берется офицер тайной полиции Огарев (Фёдор Федотов). Он отправляется к мастеру Тульского оружейного завода, известному как Левша (Юрий Колокольников), за помощью. Вместе, используя изобретения Левши, они должны ликвидировать опасного шпиона и спасти Империю от внутренних и внешних угроз. В погоне за британским шпионом Огарев и Левша вынуждены проверить дерзкую аферу: угнать первый в России автомобиль и спасти императора. Смелость и находчивость Огарева в сочетании с изобретательностью Лев-

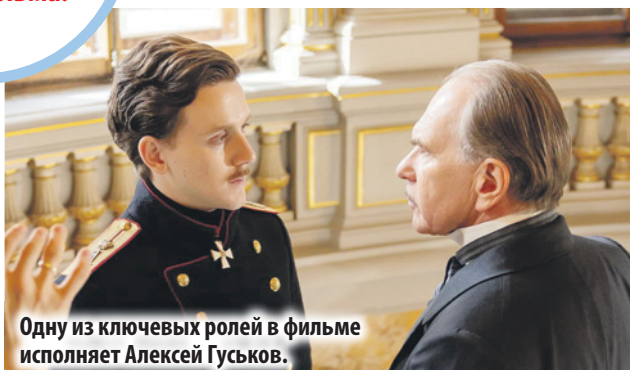
Левша отправится на поиски шпиона



Эпизод с угоном автомобиля.



Съемки одного из эпизодов. В кадре Ян Цапник и Андрей Пынзару.



Одну из ключевых ролей в фильме исполняет Алексей Гуськов.

ши создают идеальный дуэт для противостояния врагу, который находится гораздо ближе, чем они предполагали...

– Я прочитал сценарий на одном дыхании и сразу понял: это мое, я знаю, каким должен быть этот фильм от и до! – признается режиссер-постановщик Владимир Беседин. – История, которую придумал Илья Куликов, – редкий случай переплетения экшена и драмы. Я много лет горю идеей снимать в России большое жанровое кино, которое не будет проводить границу: либо драки и погони – либо драматургия и крепкая история. Все это может и должно работать вместе, и «Левша» будет тому подтверждением. У нас – потрясающий актерский ансамбль. Юра Колокольников и Федя Федотов идеально влились в роли и

ликвидно чувствуют жанр и создают идеальный баланс комедии и драмы.

Заглавный герой

Для автора сценария Илья Куликова Левша – это олицетворение простого народа, который пусть где-то грубоват, но очень смекалив и ловок, и может буквально сотворить чудо. Как мы уже сказали, эту роль доверили Юрию Колокольникову.

– Мы много лет планировали поработать с режиссером Владимиром Бесединым, и я рад, что наша

первая совместная работа будет такого масштаба и в жанре, который способен удивить даже самого искушенного российского зрителя! – рассказывает Юрий Колокольников. – Когда берешься играть подобные известные в народе персонажи, это, конечно, налагает большую ответственность. Но в то же время у тебя есть чувство абсолютной свободы, поскольку никто не знает, как было на самом деле. И к тому же, наш сценарий – не прямое воспроизведение «Левши» Лескова. Это скорее яркая фантазия сценариста Куликова на тему «Левши». В общем, я очень рад, что удостоен чести сыграть его и быть частью такой команды.

Одной левой

Что касается второго главного героя – офицера тайной полиции Огарева, то его персонаж скорее креативно мыслящий и культурно образованный представитель императорской спецслужбы.

– Каждый новый проект – это встреча с людьми, – говорит исполнитель этой

роли Фёдор Федотов. – И в этот раз, кажется, повезло попасть в сказку. Да простит меня Лесков, который писал своего «Левшу» в жанре сказа, – я скажу именно о сказке, а точнее, о сказочно прекрасной команде нашего фильма. А какие у нас потрясающие костюмы, какие чуткие художники нас окружают, какие профессионалы трудятся рядом с нами, чтобы рассказать и представить зрителям эту историю в лучшем виде! Уже видна невероятная работа нашего оператора-постановщика Павла Беляевского! И, конечно, не могу не сказать о моторе этого проекта. Володя Беседин – тот случай, когда ты спокойно и уверенно идешь за режиссером. Он создал на площадке невероятную атмосферу доброжелательности и свободы, при этом у него всегда есть план, и мы его придерживаемся.

Выход кинокартины в прокат запланирован на январь 2026 года. А пока съемочная группа трудится над созданием «Левши».

Валерия ХВАЦЕВСКАЯ

Подробности Необычный Санкт-Петербург

Авторы фильма утверждают, что «Левша» станет приключенческим аттракционом с уникальным визуальным стилем. Петербург XIX века – роскошные виды города, таинственные улицы и мосты, интерьеры реальных дворцов – станет декорацией этой захватывающей истории со шпионской интригой, погонями, взрывами и множеством экшен-сцен и спецэффектов, многие из которых являются поистине уникальными. Съемки трюковых и натуральных сцен проходят в Санкт-

Петербурге, а павильонных – в столичном кинопарке «Москино».

Также работа над некоторыми эпизодами проходит на реальных улицах Санкт-Петербурга, в Казанском соборе, Михайловском замке, на Литейном мосту.

– Занимаясь подробной разработкой «вселенной фильма», я стремлюсь создавать образы, к которым захочется возвращаться снова и снова, – продолжает режиссер Владимир Беседин. – Действие разворачивается в конце XIX века, но фильм не сделан по исторической справке. Мы опираемся на исторический контекст, но стилистика повествования и съемки дадут совершенно новое ощущение эпохи...



Офицера тайной полиции Огарева играет Фёдор Федотов.

СНЕЖНЫЙ ФИТНЕС

Мороз и солнце для здоровья в помощь



Сомневаться в пользе физической активности не приходится, в том числе и в зимние морозные деньки, когда многие предпочитают и носу из дома не высовывать.

И мы предлагаем во время зимних каникул на свежем воздухе во дворе или на даче заняться «снежным фитнесом».

Мороз – похититель калорий

Больше гуляйте. Даже неспешная прогулка в морозный день сжигает больше калорий, чем пробежка летом. Все дело в том, что пониженная температура воздуха активизирует многие процессы в нашем организме, то есть мы тратим определенную энергию только на то, чтобы согреться, чтобы не понижалась температура тела. В морозный денек при неспешной ходьбе по ровному свежему снегу сжигается до 210 ккал в час (летом – 120), а по пересеченной местности – примерно 300 ккал/ч.

Чистим снег лопатой

С помощью лопаты мы ведь не только делаем хорошее дело – расчищаем дорожки от снега, но и заставляем работать мышцы, а также сжигаем калории. И причем весьма активно. А если делать это лопатой с зачерпыванием и отбрасыванием, можно расстаться аж с

900 ккал за час работы – очень энергозатратное занятие.

А чтобы эта работа приносила радость и давала заряд бодрости, расставляем правильные приоритеты:

а) Не захватываем много снега за раз. Работа должна быть по силам. Лучше потрудиться подольше, чем выдохнуться в первые 5-10 минут.

б) Выбираем правильный черенок у лопаты – он должен быть по плечо.

в) При работе держим спину прямо.

г) Нагруженную лопату стараемся поднимать на вытянутых руках, а потом поворачиваться (никаких скручивающих движений).

д) Набираем снег, слегка присев (спину держим прямо), поднимая вес на ногах.

Чистим снег у машины

За час, потраченный на уборку снега с помощью скребка или откапывание машины из сугроба, можно сжечь от 300 до 500 ккал. Это примерно столько же, если сидя дома непрерывно вязать 12 часов!

При этом активно работают мышцы спины, ног, рук, плечевого пояса и ягодиц. Нагрузка, аналогичная хорошей тренировке в спортзале.

Играем в снежки

И, конечно, во время каникул для пользы тела и улады души играем в снежки! Можно, например, поставить мишень и устроить соревнования на меткость. Эта детская игра – отличная тренировка, ничуть не хуже занятий в зале. Во время игры в снежки задействованы буквально все мышцы, движения разнообразны (приседания, наклоны, пробежки) – плечевой пояс, ноги и спина получают отличную разминку. Ну и калории, конечно: за один час игры в снежки сгорит от 400 до 500 ккал.



Кстати

Для наглядности пользы «снежного фитнеса» мы составили таблицу, в которую включили и некоторые зимние виды спорта. Как видим, расчищая от снега дорожки в саду, можно считать себя хоккеистом.

Вид активности	Ккал/час
Ходьба	106
Ходьба по снегу	210
Ходьба по глубокому снегу на неровной местности	300
Катание на коньках	600
Уборка снега скребком	300-500
Катание на лыжах по пересеченной местности	600-650
Катание на санках/ватрушках	500-700
Конькобежный спорт	1400
Саннный спорт	600-700
Катание с гор на лыжах	до 450
Хоккей	600

Катаемся с горки

Да, скатиться с горки на санках или ватрушке – это на тренировку совсем не тянет. Но вот подняться на эту горку с ватрушкой в руках – совсем другое дело. И чем выше горка, тем эффективнее тренировка. В среднем, за час такой забавы можно потратить до 500 ккал. Ну а если склон не только высокий, но и крутой – до 700 ккал/ч.

Особенно активно тренируются при подъеме в гору ноги и весь тазобедренный сустав. Ну и, конечно, задействованы мышцы рук, спины, плечевого пояса.



Лепим снежную бабу

«Ну здесь-то какой может быть фитнес?» – воскликнет удивленный читатель. И будет неправ. Вполне уверенный фитнес: при неспешном изготовлении одного снеговика среднего размера сжигается от 400 ккал в час. Плюс активная работа мышц рук, ног, плечевого пояса, спины – это ли не тренировка?



Светлана ИВАНОВА



ЖУРНАЛ БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!

- ✓ Проверенные хозяйками рецепты в каждом номере
- ✓ Каждый рецепт имеет информацию о калорийности и количестве порций
- ✓ Советы по выбору и хранению продуктов
- ✓ Интересные истории создания блюд, ставшие легендами кулинарного творчества
- ✓ Варианты меню для праздников
- ✓ Советы по приготовлению блюд для детей

12+ РЕКЛАМА

ЖУРНАЛ В ПРОДАЖЕ С 10 ЯНВАРЯ. СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТЕ:



wb
wildberries.ru¹

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование:

Издательская группа КАРДОС

¹ ООО «Вайлдберриз». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр.1. ОГРН 1067746062449

**Читай,
худей
и молодежь!**



Мы запускаем для вас
**2 новых интересных
и очень полезных
журнала**



В ПРОДАЖЕ С 21 ФЕВРАЛЯ



В ПРОДАЖЕ С 24 ЯНВАРЯ

В торговых сетях
**АШАН, ОКЕЙ, Пятерочка,
Глобус, Лента, Перекресток,**
а также в киосках прессы

Придать окружающей обстановке особое душевное тепло и уют всегда поможет горящая свеча. Для примера, стоит немного приподнять пламя над столом, и простой ужин превратится в романтический.

А для свечи, конечно же, нужен подсвечник. Мы предлагаем вам сделать своими руками небольшой подсвечник для свечи-таблетки.

Из истории вопроса

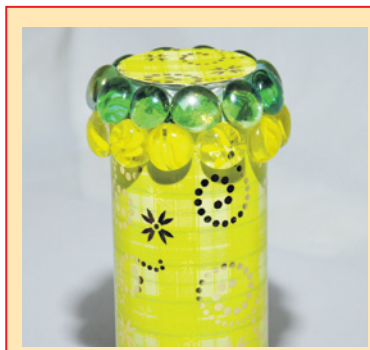
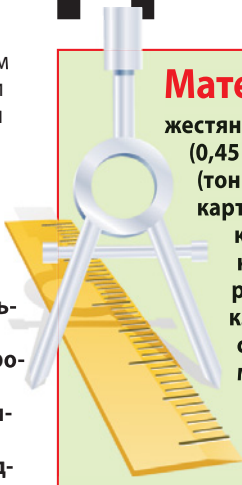
Огонь всегда был нужен человеку, не только для обогрева, но и для освещения. Украшая огонь, человек придумал всякие приспособления для его переноса. Кстати, подставку для огня так и называли – «свечник». Затем в России прижилось латинское «канделябр» (подсвечник на несколько свечей), что в переводе и означало «подсвечник». Со временем из повседневного обихода слово «канделябр» ушло, а вот «подсвечник» остался. Конечно, сегодня подсвечники в подавляющем большинстве утратили свою изначальную функцию, необходимость в них отпала, и из сугубо бытового предмета подсвечник превратился в эффектный предмет декора.



Делаем подсвечник для свечи-таблетки

Материалы:

жестяная банка (0,45 л), скрап-бумага (тонкий плотный картон), ножницы, карандаш, линейка, двухсторонний скотч, клей «Момент», стеклянные камешки для растений, горячий клей и клеевой пистолет.



7 Второй слой приклеивать надо между камешками первого слоя.



1 Разметить и вырезать из скрап-бумаги прямоугольник 20x14,4 см и круг, который получится при обводке верхней части банки.



3 Приклеивать прямоугольник к банке, последовательно отклеивая полоски скотча.



5 По окружности приклеить при помощи горячего клея стеклянные камешки в два слоя.



8 Перевернуть подсвечник.



2 По всей длине (14,5 см) приклеить двухсторонний скотч.



4 Круг приклеить к верхней части банки при помощи горячего клея.



ВАЖНО! Прикреплять камешки надо близко друг к другу. Следите, чтобы первый слой не был выше горлышка.



Светлана ИВАНОВА

Чум, яранга, юрта...

Жизнь, культура и быт на нашей планете богаты и очень разнообразны. У всех народов со старинных времён разные условия жизни, привычки, желания... И даже жильё для себя в разных уголках планеты люди строили разное, надёжное и удобное именно для них.

1 В 1956 году этот мультфильм получил первую премию на VIII Международном фестивале фильмов для детей и юношества в Венеции. Сюжет этой киноленты создан по мотивам сказок народов Севера. И рассказывает этот мультфильм о детях, мальчике Ятто и девочке Тэюне, и их матери. Все они живут далеко на Севере. Однажды огонь в очаге погас, и злая старуха Пурга ворвалась в жилище и унесла мать. В момент беды брат и сестра сплотились и бросились на поиски и спасение своей любимой мамы. Как называется этот мультфильм?

а) «В чуме горит огонь». б) «В яранге горит огонь». в) «В юрте горит огонь».

2 Чум оленеводов называют «ур-хот» (в переводе с хантыйского «лесной дом»). Установкой чума в основном занимаются женщины. Форма конуса делает жилище устойчивым при метелях и сильных ветрах. Остов чума состоит из 25-40 шестов, в зависимости от площади жилища, которая, в свою очередь, зависит от размера семьи и времени года. Зимняя крыша шьётся из шкур взрослого оленя. Сколько в среднем оленьих шкур уходит на такой чум?

а) 40. б) 60. в) 80.

3 Теперь о юрте. Как и чум, юрта имеет сборный каркас, но покрыта войлоком, а не шкурами. Существует строгий этикет, связанный с юртой. Например, входить внутрь с плёткой в руке гостю нельзя, как и с набитым ртом. Пришедший в юрту обязательно должен отведать в ней пищу. Также не следует перешагивать через вещи, лежащие на полу, особенно через кнут или прочие предметы, связанные с лошадьми. А что ещё считается невежливым при нахождении в юрте?

а) Сидеть, вытянув ноги в направлении очага.
б) Говорить, отвернувшись от очага.
в) Принимать пиалу двумя руками.

Удивительный праздник – Новый год.

В полночь все собираются за столом, под бой курантов загадывают желания, а потом разворачивают подарки. Сегодня наши читатели делятся своими историями встречи Нового года, которые для многих из них стали судьбоносными.

Баба Мороз

Очень хорошо помню, как меня, четырехлетнюю малышку, пришли поздравлять Дед Мороз и Снегурочка. Родители не говорили мне до последней минуты, что ожидаются такие гости. А когда в дверь громко постучали (обычно все пользовались звонком), мама округлила глаза:

– Кто бы это мог быть?
– Может, Дед Мороз? – заговорщически улыбнулся отец. – Надюшка неделю уже стих про него учит. Может, Дедушка пришел его послушать?

В тот же миг сердце ушло в пятки – я никак не могла запомнить в стихотворении одну строчку и все время путалась. От испуга спряталась под стол и стала ждать.

– Здесь живет девочка Надя? – услышала я незнакомый громкий голос. – Мы с внучкой моей Снегурочкой пришли поздравить ее с Новым годом.

Мама попыталась достать меня из-под стола, но выбраться из своего укрытия я не собиралась. Тогда волшебные гости сами залезли ко мне под стол. Когда увидела прямо перед собой смеющегося Деда Мороза и Снегурочку, прошептала:

– А ты не будешь меня ругать, я стих забыла?

– Мы сейчас вместе его будем рассказывать Дедушке, – улыбнулась Снегурочка и погладила меня по голове. – Пойдем к елочке.



Новогодние чудеса

Всё, что неожиданно изменяет нашу жизнь, не случайность. Оно – в нас самих и ждёт лишь внешнего повода для выражения действием.
Александр Грин

Дед Мороз показал суженого

Стихотворение я сказала без запинки, Дед Мороз меня очень хвалил и подарил куклу. Она стала моей самой любимой игрушкой, храню ее до сих пор. Когда гости уже собирались уходить, я задала вопрос, который поставил их в тупик.

– Дедушка, а у Снегурочки есть бабушка? Почему вы ее не взяли с собой?

Внятный ответ я тогда не услышала, и эту загадку отгадывала все детство, мучая родителей.

Прошло несколько лет, и вечером 31 декабря в нашу дверь снова громко постучали. Открывать побегала сама. Передо мной стоял Дед Мороз, Снегурочка и еще одна очень красивая женщина в белом пуховом платке и расписной шубе.

– Ну что, Надя, исполнил я твое желание, пришел к тебе в гости не только с внучкой, но и с ее бабушкой.

Я была счастлива и потом всем с гордостью рассказывала, что с Новым годом меня поздравили Дед и Баба Мороз.

НАДЕЖДА

были прогулки, подарки, романтика. Наша взаимная симпатия переросла в глубокие чувства. В начале следующей зимы Иван сделал мне предложение. Это случилось в парке под большой елью, покрытой первым снегом.

– Катюша, – взволнованно сказал Ваня, опустившись передо мной на одно колено. – Я очень люблю тебя и хочу быть с тобой всю жизнь. Ты выйдешь за меня замуж?

– Да!
В следующее мгновение он подхватил меня на руки, закружил и стал целовать.

Мы тут же поехали к моим родителям, чтобы обрадовать их новостью. Пока мама хлопотала на кухне, стали рассматривать старые снимки в фотоальбоме. На глаза попалась фотокартонка, где Дед Мороз держит за руки меня, маленькую девочку, и какого-то мальчика. Иван удивленно воскликнул:

– Это же я на елке в нашем районном Доме культуры. Чудеса! Значит, мы с тобой знакомы давным-давно!

– Получается, Дед Мороз нас свел, – засмеялась я. – Он еще тогда показал мне суженого.

ЕКАТЕРИНА

Шкатулка с балериной

Тот год был тяжелый для меня год потерь, ожиданий и несбывшихся надежд. Так получилось, что в Новый год я осталась одна. Праздновать не было ни желания, ни настроения. И все-таки я заставила себя выйти на улицу.

На улице было еще пустынно и тихо – время, когда люди уже сидят за праздничным столом, провожают старый год. Вдруг услышала шорох, повернулась и увидела Деда Мороза, который возник ниоткуда.

– Что же ты, красавица, в такой волшебный праздник одна и такая грустная?

– Так получилось, дедушка, – ответила я и медленно пошла дальше.

А он не отстает, идет рядом. И тут на меня накатило, и я вывалила ему свою грустную историю. Он выслушал, не перебивая, а потом достал из своего мешка коробку, обернутую в серебристую бумагу.

– Это тебе. Уж прости, что подарок твой так долго добирался до тебя. Верь в

чудеса, доченька, и они обязательно произойдут!

Стою удивленная, рассматриваю коробку, поднимаю голову – а Деда Мороза уж и нет. Пока шла домой, гадала, что за подарок? Наверняка какая-то ерунда, в лучшем случае, конфеты...

А когда открыла – ахнула!

Я держала в руках шкатулку с балериной и не верила своим глазам: этот подарок просила у Деда Мороза, когда была еще маленькой девочкой. Именно такую: музыкальную, заводную, сиреневого цвета. На тот Новый год мне ее никто не подарил, и потом – тоже. И я поняла, что произошло настоящее чудо.

Но на этом магия новогодней ночи не закончилась. Под бой курантов раздался звонок в дверь. На пороге стоял он, мой самый дорогой человек, которого, как я думала, больше не увижу никогда.

С тех пор Новый год стал праздником, которого с нетерпением ждет вся моя семья: я, муж и трое наших ребятишек.

ИРИНА

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

А у вас есть история любви, изменившая вашу судьбу, которую вы хотели бы рассказать? Ждем ваши истории по адресу: telek@kardos.ru



Судоку

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9 так, чтобы в каждом столбце, каждой строке и каждом блоке 3x3 цифры не повторялись. Для примера приводим одно задание и его решение.

		7	3	9	8	4		
	3						8	
4		7		1				2
6	3		1		8		4	
9		2		6				3
8	2		3		5		6	
7		8		3				9
	8							7
		4	5	7	9	6		

2	6	7	3	9	8	4	5	1
5	3	1	6	4	2	9	8	7
4	9	8	7	5	1	3	6	2
6	7	3	9	1	5	8	2	4
9	4	5	2	8	6	7	1	3
8	1	2	4	3	7	5	9	6
7	5	6	8	2	3	1	4	9
3	8	9	1	6	4	2	7	5
1	2	4	5	7	9	6	3	8

1 ★★★★★

9					7			8
				4				9
	8	6	3	7			1	4
	3		8	1	2		6	
		2				3		
	9		4	3	5			2
3	4			5	7	1	8	
2				8				
7		8						6

2 ★★★★★

		1		7		5		9
			9					2
9	2		5		3			8
	7	3		2	9			
	8	4		5		2	9	
			4	3		8	1	
	1		2		4		3	6
3					5			
4	2		6		7			

3 ★★★★★

1	4	7		8				
	5			4	7			1
				1	6			7
	7	2			1	9		
5		1	8		4	6		3
		3	5			1	2	
3				1	9			
7			4	6				1
				5		2	3	9

9	2	4	5	6	1	7	3	8
1	7	3	2	4	8	6	5	9
5	8	6	3	7	9	2	1	4
4	3	5	8	1	2	9	6	7
8	1	2	7	9	6	3	4	5
6	9	7	4	3	5	8	2	1
3	4	9	6	5	7	1	8	2
2	6	1	9	8	4	5	7	3
7	5	8	1	2	3	4	9	6
8	3	1	6	7	2	5	4	9
5	4	6	9	1	8	3	7	2
9	3	8	2	1	6	4	5	7
4	7	2	6	3	1	9	8	5
5	9	1	8	2	4	6	7	3
8	6	3	5	7	9	1	2	4
3	8	5	1	9	2	7	4	6
7	2	9	4	6	3	5	1	8
6	1	4	7	5	8	2	3	9

ПЕРВЫЙ



16.55 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 «Умницы и умники». (12+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 Новости (с субтитрами).

РОССИЯ



11.50 «Доктор Мясников». (12+)

- 05.00 Утро России. Суббота
08.00 Местное время. Суббота
08.35 «По секрету всему свету»
09.00 «Формула еды». (12+)

НТВ



04.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СУДЬБЫ». (16+)

- 04.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СУДЬБЫ». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «Большое путешествие Деда Мороза». (0+)

СТС



08.00 ПроСТО кухня. (12+)

- 06.00 Ералаш. (16+)
07.00 «Три кота». (0+)
07.10 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

ТНТ



21.00 «Конфетка». (16+)

- 07.00 «Однажды в России». (16+)
08.25 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)

РЕН



09.00 «Минтранс». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

Пятница, Четверг, Понедельник, Мир, Победа sections containing program listings for documentaries and news.

ДЕТСКИЕ

Карусель, Мульти sections containing listings for children's shows like 'Ми-Ми-Мишки' and 'Ранние пташки'.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365, Vju History, Докс sections containing listings for educational programs like 'Во имя человечества' and 'Утопия инженерии'.

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Серии и фильмы (0+) рекомендуются детям любого возраста. (6+) не рекомендуются детям до 6 лет. (12+) не рекомендуются детям до 12 лет. (16+) не рекомендуются лицам моложе 16 лет. (18+) не рекомендуются лицам моложе 18 лет.



Вышний Волочек
104,5 FM

Губкин
104,0 FM

Задонск
103,9 FM

Липецк
97,9 FM

Москва и область
100,9 FM

Мосолово
101,0 FM

Орёл
95,6 FM

Осташков
99,4 FM

Ржев
102,4 FM

Рязань
102,5 FM

Смоленск
88,4 FM

Старый Оскол
104,0 FM

Тверь
89,4 FM

ДОСТУПНО
ОНЛАЙН

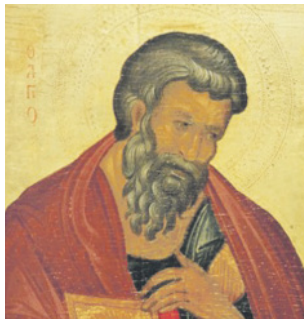
RADIOVERA.RU



СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...и, придя, поселился в городе, называемом Назарет»



Когда же они отошли, – се, Ангел Господень является во сне Иосифу и говорит: встань, возьми Младенца и Мать Его и беги в Египет, и будь там, доколе не скажу тебе, ибо Ирод хочет искатить Младенца, чтобы погубить Его. Он встал, взял Младенца и Мать Его ночью и пошел в Египет, и там был до смерти Ирода, да сбудется реченное Господом через пророка, который говорит: из Египта воззвал Я Сына Моего. Тогда Ирод, увидев себя осмеянным волхвами, весьма разгневался, и послал избить всех младенцев в Виф-

лееме и во всех пределах его, от двух лет и ниже, по времени, которое вывел от волхов. Тогда сбылось реченное через пророка Иеремию, который говорит: глас в Раме слышен, плач и рыдание и вопль великий; Рахиль плачет о детях своих и не хочет утешиться, ибо их нет. По смерти же Ирода, – се, Ангел Господень во сне является Иосифу в Египте и говорит: встань, возьми Младенца и Мать Его и иди в землю Израилеву, ибо умерли искавшие души Младенца. Он встал, взял Младенца и Мать Его и пришел в землю Израилеву. Услышав же, что Архелай царствует в Иудее вместо Ирода, отца своего, убоаяся туда идти; но, получив во сне откровение, пошел в пределы Галилейские и, придя, поселился в городе, называемом Назарет, да сбудется реченное через пророков, что Он Назореем наречется. (Мф, 2:13-23)

Этот отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах 12 января, в воскресенье.

Поразительным образом уже на второй день праздника Рождества Христова Церковь предлагает нашему вниманию совсем не праздничное чтение, из которого мы узнаем, что рождение Спасителя сопровождалось не только радостной вестью ангелов, не только приходом почтивших Богомладенца волхов, но и ненавистью и злобой царя Ирода и его воинов. Логика последнего была понятной и простой. Он был настолько жесток, что казнил трех своих сыновей, подозревая их в желании посягнуть на его власть. Потакая собственным страстям, люди ходят по путям своих злых сердец и не собираются изменять своих предпочтений.

Но вот Бог пришел в мир. Из ветхозаветных текстов становится ясно, что Его вместилища в историю ждали. Люди надеялись, что Он придет, и все сразу станет по-другому. Плохие будут наказаны, хорошие награждены. Однако Бог пришел в мир иначе. Он пришел не так, как многие ожидали, и сделал это, как сказали

бы сегодня, без пафоса. Родился не в императорском дворце, а в пещере на задворках Римской империи. **Р**азница подходов ветхозаветных авторов, только ожидающих Бога, и евангелистов, которые писали о его приходе как о событии уже случившемся, хорошо заметна в этом чтении. Так, описывая страдания вифлеемских матерей, сыновья которых гибнут от рук воинов Ирода, евангелист Матфей цитирует пророка Иеремию. За шесть веков до рождения Христа пророк писал о плаче и рыдании Рахили, которая плачет о своих детях, уводимых в вавилонский плен. Однако буквально следующий стих у пророка очень радостный. Его устами Бог призывает ее удержаться от рыдания и не плакать, потому что они возвратятся из земли неприятельской. И вот этого, радостного стиха, который мы находим у Иеремии, Матфей не приводит. Почему? Потому что Бог пришел в мир иначе, без проявления власти и громких побед.

Торжество над врагами и внешние победы, которых так



Комментирует священник Стефан Домусчи

ждали от Мессии, так и не случатся. Даже проявляя Свою силу и совершая чудеса, Иисус будет призывать исцеленных молчать, чтобы никто не смог сказать, что был вынужден поверить, что его заставили это сделать. Христос пришел не для того, чтобы победить внешним образом, не для того, чтобы сделать всех добрыми насильно. Господь пришел неприметно, чтобы мы выбрали Его сами, чтобы выбрали не из страха, но по любви. Тех, кто избрал Его свободно, кто ответил любовью на Его любовь, Он выводит из плена внутреннего, греховного, к жизни вечной, в которой временным страданиям не будет места.

См. фото	Живущие на концах диаметра Земли	Известна огромным водопадом	Игнорирование молчанием	Равнина, затерянная в горах	Возникают у взявших кредиты	Бежит в Алексине, Кашире, Муроме	Поведал миру о Фаусте	Мигающее "ожерелье" на елке	Близкие по крови	1/32 часть шкалы компаса	Пернатый хищник-перепелятник	Мера площади поместья сэра	Мастер, что учил Страдивари
Часть слов: "вода"	Неглубокая пещерка в парке	Капюшон другим словом	Баран звездного неба	Город, где правил Цезарь	Большое парусное судно	Денежка в названии романа Моэма	Опера по поэме "Цыганы"	Поворот реки	Бумажка между страниц книги	Мяч в воротах, вратарь в печали	Колючие рыбешки	"Занавес" в ванной комнате	Крупнейший мегаполис Африки
Порой не стоящее свеч занятия	Львиный звук: "Не подходи!"	Медитируют в позе лотоса	"Отсек" вагона	Ущелье - не протиснешься	"Салют!" или "Пока!" итальянца	Ряд лекций	Судьба, которой покорился фаталист	Каток, где все на роликах	Советская актриса ... Канаева	Династия наших иллюзионистов	Создатели империи вдоль Анд	Целитель	Жители столицы на реке Свислочь
Жизнь строго по часам	Имя благородного разбойника	Укол при атаке фехтовальщика	Жорж, создательница "Консуэло"	Рубашка с "душой нарпадку"	Художественный топот каблучками	Ланита	Сумка, образующаяся на грибнице	Знаменитый скульптор Иван ...	Из тюрбика на холсте мазком нанесена	Ушанка - самое то в морозы	Изготовитель полотен	Иллюстрация с апельсинами	Иллюстрация с апельсинами
Показ фильма в зале	Простейшее в водах лужицы	Кино-актриса Джулия ...	Ушанка - самое то в морозы	Изготовитель полотен	Иллюстрация с апельсинами	Иллюстрация с апельсинами	Иллюстрация с апельсинами	Иллюстрация с апельсинами	Иллюстрация с апельсинами	Иллюстрация с апельсинами	Иллюстрация с апельсинами	Иллюстрация с апельсинами	Иллюстрация с апельсинами

7 января православные христиане встречают особое светлое и долгожданное торжество, особый и значимый день – Рождество Христово.

В этот двенадцатый праздник мы вспоминаем великое событие, которое свершилось более двух тысяч лет назад в далеком городке Вифлееме.

Это событие – Рождение Господа нашего Иисуса Христа – настолько важно, что именно его взяли за точку отсчета нового всемирного календаря. С Рождеством Христовым наступило новое время.

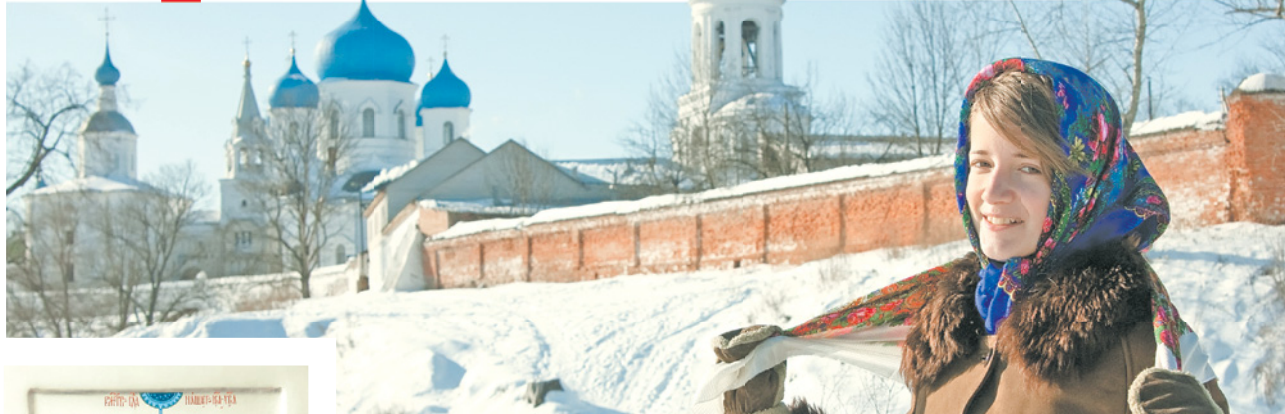
События Рождества

О Рождестве Младенца Иисуса Христа весьма подробно рассказано евангелистами Матфеем и Лукой. Напомним эту историю. По повелению кесаря Августа (Октавия) по всей земле началась перепись населения. Это была «первая перепись в правление Квириния (римского правителя) Сирию». К империи относилась и Палестина, в которой находится город Вифлеем. Переписи народа велись по коленам, племенам и родам. Всякое колено и род имели свои праотческие места.

Как мы все знаем и помним, Дева Мария и праведный Иосиф происходили от рода Давидова, и они всем семейством по повелению указа Кесаря должны были следовать в Вифлеем, чтобы внести свои имена в список. Так и было сделано: семья с Пречистой Девой, ожидающей на днях Ребенка, отправилась в Вифлеем из Назарета, где они жили.

Кстати, эта перепись населения, не только по словам евангелистов, но и по другим многочисленным историческим свидетельствам, проходила в правление царя Ирода. И еще факт: в 1994 году немецкий ученый Карстен Питер Тид, изучая «Оксфордскую рукопись», которая содержит фрагменты Евангелия от Матфея, нашел подтверждение, что документ был написан еще при жизни апостолов.

Встречаем Рождество Христово



Почему Младенец родился в пещере

В те дни в Вифлееме для подтверждения рода (переписи) прибыло много народа, и всем вновь пришедшим в город мест для жилья в гостиницах и на постоянных дворах не хватало. И Праведному Иосифу и Деве Марии по стечению обстоятельств пришлось разместиться в пещере в известковой скале. Возможно, это была специальная рукотворная пещера, которая служила убежищем пастухам и скоту в непогоду. И именно здесь, в обстановке, лишенной элементарных удобств, и родился Он – Богочеловек, наш Спаситель Иисус Христос. «Когда наступило время родить Ей (Деве Марии); и родила Сына своего Первенца, и спеленала Его,

и положила Его в ясли» – напишет в своем описании рождения Богомладенца евангелист Лука.

Архимандрит Нектарий (Мулациотис) в своем труде «Иисус как Любовь и Возлюбленный» намного позже будет напутствовать своих современников и всех нас: «...все те, кто последовал за Иисусом, сделали это, разумеется, не из-за каких-то корыстных целей, а только потому, что полюбили Его и доверились Ему. Ведь какую пользу можно было извлечь от пребывания рядом с абсолютно нищим и отвергшим мирскую славу человеком? Но если бы Он явился на земле во славе как Бог, тогда бы все сразу уверовали в Него и последовали за Ним: каждый, разумеется, по своим соображениям... Все, кто любил Его и уверовал в Него, сделали это свободно и без притворства».

Кстати

Сегодня, чтобы увидеть место, где, согласно Преданию, родился Спаситель, можно прийти в базилику Рождества Христова в Вифлееме. Место рождения Богомладенца находится у восточной стены крипты в небольшой полукруглой нише и отмечено звездой с 14 лучами.

Почему пастухи первыми получили благовестие

В Евангелии от Луки описано, как пастухи, которые «содержали ночную стражу у стада своего», убоились «великим страхом» от представшего перед ними Ангела Господня. Явившийся чудесным образом Ангел возвестил пастухам великую радость для всех людей, что родился Спаситель, который есть Христос Господь и которого найдут они недалеко, в яслях. И тогда к



Ангелу присоединилось многочисленное воинство небесное, славилло Бога и отошло на небо. Услышав чудесную новость, пастухи решили отправиться в Вифлеем и посмотреть, о чем возвестил Господь.

ДЕТАЛИ

По православному преданию, благовестие пастухам было передано Ангелом примерно в 2 километрах от Пещеры Рождества. Значительно позже именно на этом месте был основан православный монастырь Пастухов.

Поклонение волхвов

По Евангелию от Матфея, в тот особый и значимый день волхвы с Востока Каспар, Мельхиор и Вальтасар неожиданно увидели в небе большую яркую звезду. И увиденный ими свет звезды волхвы посчитали особым знамением. И последовали они за звездой. И привела она их в древний град Иерусалим. И обратились волхвы к правящему государю этого города и этой страны, к царю Ироду, с вопросом: где они могут увидеть родившегося нового царя? (По древним поверьям считалось, что должен быть Мессия, потомок царя Давида, и будет он послан Богом



Подробности

Рождественский сочельник

Канун Рождества – 6 января – называют сочельником. Название связано со словом «сочиво» – так называлась каша, сваренная из вымоченных в ореховом, маковом или конопляном соке и меду зерен пшеницы, риса или чечевицы. Этот день завершает 40-дневный Филиппов, или Рождественский пост, и является днем подготовки к празднику. По традиции христиане отказываются в этот день от еды до появления на небе первой звезды – символа Вифлеемской звезды, возвестившей рождение Иисуса Христа.

для избавления народа от бед и зол). Ирод встревожился, он не хотел терять свою власть. На вопрос не ответил. Но обратился к волхвам с большой личной просьбой: если вдруг те найдут родившегося Царя, пусть непременно сообщат ему, чтобы и он мог поклониться Младенцу. Следуя за путеводной звездой, волхвы покинули Иерусалим, направившись в Вифлеем, где и нашли Младенца. Волхвы Каспар, Мельхиор и Вальтасар принесли в дар золото, ладан и смирну. Поклонение волхвов показало их готовность принять Иисуса Христа как Царя царей.

Вручив дары, мудрецы получают «во сне откровение не возвращаться к Ироду» (так как Ирод готов был уничтожить Младенца), а возвращаться домой к себе «иным путем». Не дождаввшись возвращения волхвов, Ирод в ярости отдал приказ истребить в Вифлееме и близлежащих городах и весях всех младенцев в возрасте до двух лет. На помощь Святому семейству пришел Ангел. Он известил о злых намерениях Ирода и настоял, чтобы Праведник Иосиф с Девой Марией и Младенцем Христом отправились в Египет, где Святое семейство и пребывало вплоть до смерти Ирода.

Любой праздник у нас отмечают вкусной едой. И конечно, Рождество, знаменующее ещё и окончание поста, – хороший повод накрыть прекрасный стол, полный разнообразных кушаний.

Праздновать Рождество на Руси традиционно начинали в сочельник – вечером 6 января. Сначала к столу подавали только постные блюда, обязательными среди которых были кутья и узвар. И только когда на небе загоралась первая звезда, можно было начинать разговляться. Скоромный рождественский стол должен был состоять как минимум из двенадцати блюд – по числу святых апостолов и месяцев в году. Как правило, это был жареный поросенок или курица, домашняя колбаса, студень, сочиво, блины, пряники и другие сытные блюда.

Свинина

«в гармошку»

На 8 персон. Калорийность (на 100 г): 203 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 800-900 г свинины б/к
- 2 помидора ■ 100 г сыра
- горсть сушеных белых грибов ■ 2 веточки розмарина
- 2 зубчика чеснока
- 20 г сливочного масла
- 2 ст. л. растительного масла
- 1 ч. л. горчицы ■ специи
- 1 ч. л. меда ■ молотый черный перец ■ соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Грибы залить кипятком на 20-30 минут, после чего воду слить, грибы отжать, нарезать и обжарить на смеси масла (1 ст. л. растительного + сливочное), посолить и поперчить.
- 2** Сделать маринад: чеснок и розмарин (только иголки) мелко нарубить, добавить растительное масло, горчицу, мед, специи, перемешать.
- 3** Мясо надрезать поперек с шагом 1 см (глубоко, но не разрезая до конца), обмазать маринадом, положить в форму для запекания, затянуть пищевой пленкой, убрать в холодильник минимум на 2 часа.
- 4** Помидоры и сыр нарезать очень тонкими ломтиками.
- 5** Мясо выложить в форму для запекания, в каждый разрез положить ломтик сыра, 1-2 кружка помидора, немного грибов; запечатать форму фольгой, проделать несколько отверстий для выхода пара.
- 6** Запекать в духовке при 190 градусах 60-90 минут.

ГОТОВИМ

УГОЩЕНИЯ

на рождественский стол

или Вкусные идеи для пира после первой звезды



Салат с копчёной колбасой

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 181 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 200 г пекинской капусты
- 150 г копченой колбасы
- 4 яйца ■ 2 маринованных огурчика ■ небольшой пучок укропа ■ майонез ■ молотый черный перец ■ соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить, нарезать мелкими кубиками.
- 2** Огурцы нарезать такими же мелкими кубиками, колбасу – небольшими брусочками, капусту тонко нашинковать, укроп некрупно нарубить.
- 3** Соединить все ингредиенты, посолить, поперчить, заправить майонезом.

– Что ты подарила своему мужу на Рождество?
– Голубую норку!
– А он тебе?
– Рыболовные снасти... 😄

Куриные голени в ореховой панировке

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 198 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 8 куриных голеней
- 50 г панировочных сухарей
- 1 яйцо ■ 50 г орехов
- растительное масло
- специи для курицы ■ соль
- молотый черный перец



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** С голеней снять кожу, обсушить бумажными полотенцами, натереть специями и солью, оставить на 15-20 минут при комнатной температуре.
- 2** Орехи подсушить на сухой сковороде, дать остыть, измельчить, смешать с панировочными сухарями.
- 3** Голени обжарить на растительном масле до золотистой корочки.
- 4** Яйцо взбить до однородности с солью и перцем.
- 5** Каждую голень окунуть в яйцо, затем – в ореховую смесь и выложить в форму для запекания.
- 6** Запекать в духовке при 200 градусах 15-20 минут.

Шпротный паштет на закуску

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 283 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 2 банки шпрот в масле
- 2 яйца ■ 1 плавленный сырок ■ 1 лимон ■ майонез
- багет ■ несколько веточек укропа для подачи



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить, нарезать произвольно.
- 2** Слить масло со шпрот, выложить их в чашу блендера, добавить яйцо, нарезанный произвольно плавленный сырок, 0,5 ч. л. лимонного сока, 1-2 ст. л. майонеза, взбить до однородности.
- 3** Подавать на ломтиках багета, украсив веточкой укропа.

– А ты хоть раз гадала на Святки?
– Да, гадала. И не раз.
– Ну, и как?
– Как, как... не угадала! 😄

Рождественские пончики олиболы

На 8 персон. Калорийность (на 100 г): 369 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 400 г муки ■ 300 мл молока
- 2 яйца ■ 200 г изюма
- 1 крупное яблоко
- 50 г сахара ■ 1 ч. л. соли
- 1 ч. л. сухих дрожжей
- сахарная пудра
- растительное масло



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Изюм залить теплой водой на полчаса, после чего воду слить, изюм обсушить.
- 2** Яблоко очистить, нарезать мелкими кубиками.
- 3** Сделать опару: дрожжи и сахар растворить в подогретом до 35-40 градусов молоке, оставить на 15 минут в теплом месте.
- 4** В подошедшую опару добавить яйца, взбить до однородности.
- 5** Муку просеять, смешать с солью, всыпать в опару, замесить гладкое тесто.
- 6** В тесто добавить яблоко и изюм, перемешать, скатать в шар, положить в глубокую миску, накрыть полотенцем, оставить в теплом месте на 1 час.
- 7** Сформировать из теста небольшие шарики, обжарить в хорошо разогретом масле до золотистого цвета; готовые олиболы выкладывать на бумажные полотенца для удаления лишнего жира, затем выложить на блюдо, посыпать сахарной пудрой.

СОВЕТ

Тесто для олиболов немного липкое, поэтому шарики формировать лучше руками, смазанными растительным маслом.



Как определить свой размер, чтобы правильно заказать обновку в интернете

Многие предпочитают долговому хождению по магазинам интернет-шопинг.

Исключительно, ведь выбор в интернете огромен, доступ – в любое время суток, да и цены часто очень привлекательны. Однако покупать одежду онлайн решаются далеко не все, просто потому, что боятся ошибиться с размером. Мы решили исправить это недоразумение и расскажем сегодня, как правильно определить свой размер. На самом деле выбрать правильный размер совсем не сложно. Нужно только знать и помнить параметры собственного тела. И тогда определение размера не составит никакого труда.

Как сделать замеры

Обмерять собственное тело лучше всего с помощью специальной сантиметровой ленты.

Если такой ленты нет под рукой, можно сделать это с помощью отрезков ленты обычной (или куска веревки), которую потом, после обмера, нужно приложить к линейке или рулетке. Но все-таки предпочтительней использовать специальную сантиметровую ленту портного.

Чтобы не ошибиться, свои обмеры лучше проводить в белье или очень тонкой одежде. В процессе необходимо стоять прямо, измерительная лента должна находиться в горизонтальном положении – не провисать, но и не впиваться в тело. Обмер обхвата груди (ОГ) измеряется на вдохе по самым выступающим точкам бюста; обхват талии (ОТ) – вокруг самого узкого места (на 2-3 сантиметра выше пупка); обхват бедер (ОБ) – по самой широкой части (ноги при измерении должны стоять вместе). Запомните или лучше запишите эти три цифры – именно они определяют наш размер.

Учитываем нюансы

Даже если размер определен правильно, при выборе одежды необходимо учитывать некоторые нюансы.

Так, например, облегчающие вещи из эластичных материалов могут на теле «подскакивать» (за счет растягивания) на несколько сантиметров вверх и в конечном итоге оказаться короче, чем нужно.

Если вещь «проходит», например, по талии, но маловата для груди, лучше выбрать размер побольше. Модели оверсайз нужно выбирать точно по размеру, так как дополнительный объем в этом случае уже учтен производителем.

Верхнюю одежду рекомендуется выбирать не впрытик, а с небольшим запасом, который позволит надеть под, например, пальто не только тонкую блузку, но и толстый свитер.

Самое главное

Измерив эти параметры, просто сравниваем их с таблицей и определяем свой размер. Если точной цифры не найдется, выбираем ту, что ближе в большую сторону.

РАЗМЕРЫ ОДЕЖДЫ

Объем груди, см	Объем талии, см	Объем бедер, см	Российский размер	Международная маркировка
78-82	60-64	86-90	40	XS
82-86	64-68	90-94	42	XS
86-90	68-72	94-98	44	S
90-94	72-76	98-102	46	M
94-98	76-80	102-106	48	M
98-102	80-84	106-110	50	L
102-106	84-88	110-114	52	XL
106-110	88-92	114-118	54	XL
110-114	92-96	118-122	56	XXL
114-118	96-100	122-126	58	XXXL
118-122	100-104	126-130	60	XXXL

И еще важный совет: выбирайте в интернет-магазине вещи, которые можно применить (пункты выдачи заказов, как правило, оборудованы примерочными кабинками), чтобы не подошедшую по размеру вещь можно было без проблем вернуть.

Светлана ИВАНОВА

Тёплые аксессуары – шапка, шарф, рукавички – изначально созданы для того, чтобы согреть нас во время морозов.

Однако в современном мире одной этой функции мало – мы хотим, чтобы они еще и органично вписывались в образ. Поговорим сегодня об этом.

Шапка

Вариантов шапок сегодня так много, что подобрать подходящую именно вам труда не составит. Конечно, в первую очередь шапка должна выполнять свою главную функцию – защищать голову от холода и других погодных неприятностей.

Объемные вязаные шапочки прекрасно дополняют пуховик, шубку, короткую дутую куртку. Шапочки из искусственного меха, в том числе и меховые ушанки, хорошо сочетаются с дубленкой, драповым пальто, короткой шубкой. Лучший выбор к пальто – лаконичная шапочка без декора. Каким будет цвет шапки, зависит от верхней одежды. Если есть сомнения, можно ориентироваться на базовые цвета – белый, серый, беж, черный – которые никогда не подведут. Еще проще выбрать цвет на оттенок или два светлее верхней одежды – это тоже беспроигрышный вариант.

И конечно, шапочка не должна «конфликтовать» с шарфом. Оттенки их должны если не совпа-

ШАПКА, ШАРФ И РУКАВИЧКИ для себя и для сестрички



дать, то хотя бы поддерживать друг друга. Если на шапочке есть принт, то шарф должен быть однотонным, и наоборот. Совмещать два разных принта в одном образе под силу только очень опытным стилистам, поэтому от экспериментов лучше воздержаться.

Шарф

Какими бы скучными были наши образы, если бы мы повязывали шарф только для тепла. Но именно шарф способен стать деталью, коренным образом меняющей весь образ.

Эффектный шарф переносит акцент на верхнюю часть фигуры, тем самым отвлекая от того, что нам не нравится в нижней части. Если, например, комплект, состоящий из брюк и джемпера, дополнить длинным шарфом, дополнительная вертикаль, созданная этим шарфом, визуально вытянет весь силуэт. А если шарф оформлен бахромой, контраст фактур заметно оживит и освежит образ.

Кстати, о контрасте фактур. Комплект из кожаной юбки (или брюк) и шерстяного джемпера рельефной вязки стильно дополнит гладкий шерстяной шарф в круп-

ную яркую клетку. Вообще, именно в холодное время года экспериментировать с фактурами особенно результативно – и выбор достаточно большой (шерсть, кожа, замша, мех и т.д.), и результат практически всегда прекрасный.

Выбирать шарф к верхней одежде можно как в тон, так и контрастных оттенков. Всегда исключительно эффектно выглядит белый шарф, какого бы цвета ни была остальная одежда. Белый шарф освежает и осветляет образ, делает его динамичным. И в комплекте со светлыми вещами, и как контрастный элемент к темной одежде – белый шарф уместен в любом случае. Если требуется объем, можно использовать сразу два шарфа – одинаковых, контрастных или близких по тону. Очень интересны комплекты в бежевых, коричневых, молочных тонах с

Перчатки и рукавички

При выборе этих аксессуаров ориентироваться нужно в первую очередь на шарф и шапку, а также на верхнюю одежду. Хорошим выбором и для города, и для загородных прогулок считаются вязаные перчатки, универсальным – кожаные. Кожаные перчатки на шерстяной или меховой подкладке – идеальное дополнение классического образа с шубой, пальто, пуховиком минималистичного кроя.

Вязаные перчатки и рукавички – более бюджетный вариант, чем кожаные, поэтому можно иметь несколько пар и, меняя их, вносить интересные изменения в свой образ.

шарфами разных фактур, но одного оттенка.

И конечно, яркий шарф как дополнение в целом неяркого образа – это классика, которая в моде всегда. Выбирайте оттенки, которые максимально комплиментарны цвету вашей кожи, глаз, волос, – ведь шарф располагается близко к лицу и должен оживлять его, а не «гасить».

Светлана ИВАНОВА

1 Считается, что предшественником нашего знакомого пряника был ржаной хлеб на жидком меду, к которому добавились пряности. Слово «пряник» образовалось из прилагательного «пряный» (древнерусское «пъльрянъ» – что значит «острый на вкус, пахучий»). Один из самых древних пряников хранится в музее немецкого города Ульм – его возраст почти 400 лет. Считается, что особое развитие выпечка пряников в Европе получила из-за «Сказки о Гензеле и Гретели». И сами крошечные пряничные домики появились благодаря именно этой сказке и её героям. Вспомните, кто сочинил «Сказку о Гензеле и Гретели», вдохновившую пекарей-кондитеров на создание вкусных и съедобных пряников-домиков?

- а) Братья Гримм.
б) Шарль Перро.
в) Ганс Христиан Андерсен.

Печатаем... выпечку: вкусные прянички

Наша викторина – о пряниках.

2 Сахарная коврижка с большим гербом государства Московского упоминается в списках 120 блюд, которые были приготовлены на рождение царевича Петра Алексеевича. В XVIII веке было принято дарить печатный пряник вместе с наградой. Дарили их на крестины и именины, подносили на свадьбу, раздавали во время поминок, обменивались на Прощёное воскресенье, вешали на рождественские ёлки. Однако были ещё специальные пряники – «разгонки», их вручали гостям на праздники. Чего хотели хозяева, вручая такой «разгонный» пряник?

- а) Обозначали таким подарком середину праздника. б) Намекали, что больше без ответного подарка в гости звать не будут.
в) Давали знать, что гостям пора расходиться.

3 Пряники принято делить на три большие группы: лепные, резные, или вырубные, и печатные. Эти лепные пряники делали в Архангельской губернии. Из специально подготовленного теста изготавливали жгут и завивали его в виде узоров – такой вид пряников считался самым древним. Выпекали эти пряники к Рождеству, покрывая сладкую выпечку сахарной глазурью. Как называли такие лепные пряники?

- а) Тетерки. б) Козули.
в) Рогушки.

4 Этот город со старинных времён славился своей выпечкой – особыми вкусными печатными пряниками. Сохранилась даже свадебная пряница (форма), которую сегодня можно увидеть в Российском этнографическом музее. Сам же печатный пряник представлял собой коврижку высотой около 10 сантиметров, на которой укреплялись различные фигурки из пряничного теста. На прянике размером более 1 метра получалась своеобразная театральная сценка. Причём заказывал такой пряник жених к свадебному столу. По желанию заказчика фигурки украшали цветной фольгой, а в отдельных случаях – даже золотом и серебром. Какой российский город прославился на весь мир такими свадебными пряниками?

- а) Ростов Великий. б) Тула.
в) Вязьма.

5 Город Покров (Владимирская область) вписал своё имя в кулинарно-пряничную традицию. У выпекаемой здесь пряничной сладости есть своя уже почти 200-летняя история, которая началась с выпечки пряного лакомства в имении дворян Баскаковых. Форма и размеры покровского пряника могли быть любыми, а вот по рецептуре он был особенным. В тесто не клали яйца, а начинку из сгущённого молока помимо традиционных гвоздики, корицы, ванили и имбиря добавляли душистый чёрный перец, бадьян, шафран, мускат, а также грецкие орехи. Как называлась смесь пряностей для выпечки пряников?

- а) «Баскаковские духи». б) «Покровские духи». в) «Сухие духи».

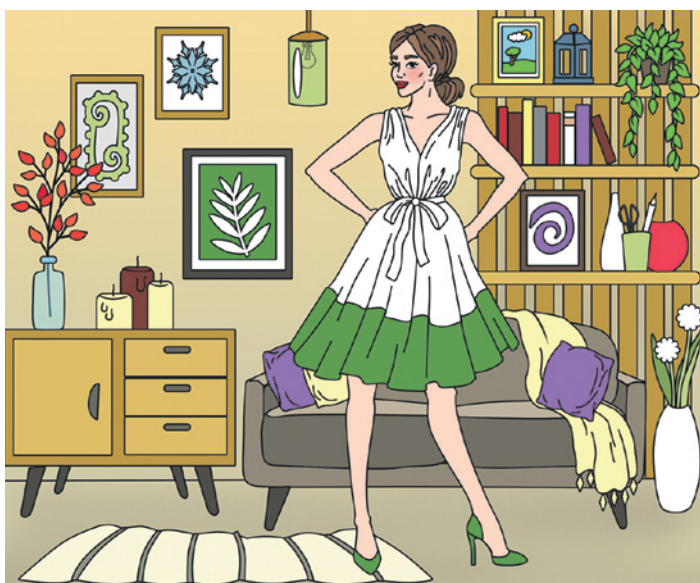
6 О пряниках существует множество пословиц и поговорок. Вот некоторые из них: «Без работы пряников не купишь», «Кнутом и пряником», «Вязьма в пряниках увязла», «Даром неграмотный, а пряники ест писанные», «Хорошие слова, а всё не пряники». Продолжите эту пословицу: «Ребёнку дорожку пряник, а старцу...»

- а) ...покой. б) ...здоровье. в) ...лекарство.

ОТВЕТЫ

1-а. Авторство «Сказки о Гензеле и Гретели» принадлежит братьям Гримм. 2-в. Пряники-«разгонки» были намеком, что гостям пора расходиться. 3-б. Козули. Название пошло от поморского слова, которое обозначало завиток, загогулину. 4-а. Ростов Великий. 5-в. «Сухие духи». 6-а. Ребенку дорожку пряник, а старцу – покой.

НА ДОСУГЕ



Найди 10 отличий
Дом, милый дом!
Дома всегда тепло и уютно. И конечно, всегда можно добавить чего-то нового!

Ответы: ветка слева в вазе, светильники, картина рядом с диваном с диваном, вазы, ваза справа, цветок справа, ветка справа, ваза справа, цветок справа, ваза справа, ваза справа, ваза справа.

ПРЕДСТАВЛЯЕМ ВАШЕМУ ВНИМАНИЮ ЖУРНАЛЫ ИЗ СЕРИИ «ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ДАЧНИКА»: «ТОМАТЫ», «ОГУРЦЫ» И «ЛУК И ЧЕСНОК»



Три спецвыпуска содержат полезную информацию из личного опыта дачников и рекомендаций специалистов. Остроумные решения, которыми делятся наши авторы, наверняка сделают вашу дачную жизнь более приятной и увлекательной, а урожаи овощных культур – внушительными.

СОДЕРЖАНИЕ ЖУРНАЛОВ ВКЛЮЧАЕТ:

- экспертные советы по приобретению и самостоятельной подготовке качественных семян и другого посадочного материала;

- рекомендации по улучшению здоровья и устойчивости будущих взрослых растений, а также по распознаванию болезней и вредителей на рассаде и проверенных способах лечения и профилактики;
- понятные алгоритмы посева семян, пикировки, ухода за рассадой и высадки ее в грунт – общие рекомендации и индивидуальные для каждой из популярных овощных культур;
- путеводитель по сортам овощей на все случаи жизни;
- календари работ по выращиванию садовых и огородных культур;

- полезные советы по подготовке почвы для посева и рассады, грамотному режиму подкормок, выбору емкостей для выращивания.

5 мая выйдут в продажу номера, посвященные темам: «Домашние соленья», «Маринады на зиму», «Вкусные разносолы». Спецвыпуски содержат рецепты заготовок из овощей, грибов, зелени, фруктов и ягод, в которых кулинар с любым опытом консервирования сможет найти для себя подходящие по сложности, наличию нужных ингредиентов и конечным вкусовым качествам.

Реклама 16+

ЖУРНАЛЫ В ПРОДАЖЕ С 10 ЯНВАРЯ. СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

В наступающем, 2025 году нас ждёт встреча с Зелёной Деревянной Змеей.

Это хороший повод преподнести в подарок себе или близкому человеку цветок, который бы понравился хозяйке года и служил бы определенным талисманом, притягивающим в дом удачу. Хотите – верьте в это, хотите – нет, но в любом случае комнатные растения всегда создают особое пространство, в котором царят красота и уют.

ДЕТАЛИ

Вместо ели пальма

По одной из легенд, одним из первых наряжать дерево к новому году начали жители Древнего Египта. Они украшали стволы пальм.

Зелёный талисман на радость хозяйке года



Сансевиерия

Больше знакомая как тещин язык и щучий хвост. И еще ее называют змеиным растением, или змеиной кожей. Действительно, нерегулярные поперечные полосы на кожистых листьях напоминают рисунок на змеиной коже. В домашних условиях можно встретить несколько разновидностей. Наиболее популярны – цилиндрическая с прямыми листьями-конусами, ханни – компактные розетки до 30 см в высоту, трехполосная с высокими мечевидными листьями, которые могут вырастать до 1,5 м. К освещению цветок не требователен. Но чем меньше света попадает на растение, тем менее декоративно будет выглядеть листья. Сансевиерия неплохо переносит и жару, и прохладу, уверенно себя чувствует в температурном диапазоне от 12 до 30 градусов. Но наиболее комфортным будет содержание при 20-25 градусах. Полив растение предпочитает регулярный. Но сильно не обидится, если однажды вы забудете его полить. Сансевиерия растет медленно, поэтому пересаживать ее желательно каждые 2-3 года.



Калатея Лансифолия

Некоторые любители комнатного цветоводства называют это растение гремучей змеей. Такое прозвище цветок получил из-за окраса листьев с темно-зелеными пятнами на светлом фоне, напоминающих змеиную кожу. А форма самих растущих листьев ассоциируется с волнообразным движением змеи по жаркому песку. Относится это растение к ярким представителям семейства Марантовых. Цветок очень декоративен и относительно неприхотлив. Калатея Лансифолия нуждается в ярком рассеянном свете и умеренном поливе. Хорошо себя чувствует при температуре от 18 до 25 градусов. В жаркие дни для цветка необходимо дополнительное увлажнение воздуха. Молодые растения пересаживают каждый год, а взрослые – каждые 3-4 года.



Аспидистра

Ее называют чугунным растением за очень неприхотливый характер. Может расти как на ярком солнце, так и при искусственном освещении. Хорошо перенесет небольшую засуху. А вот переувлажнение для аспидистры крайне нежелательно, более того, может привести к загниванию корневой системы. Цветок хорошо себя чувствует в большом диапазоне температур: от 12 до 25 градусов. Пересаживают аспидистру ежегодно или через год. В природе аспидистра имеет еще одно особое отличие: это растение любят змеи и при перемещении, ползая по нему, издают особый шум. Отчего местные жители прозвали аспидистру указателем змей.



Прятедь – приятелю:
– Как бы громко в детстве я ни кричал, но гирлянды на ёлке почему-то никогда с первого раза не загорались.



Ольга БЕЛЬСКАЯ

СТРАНА СОВЕТОВ

Каждому из нас бывает необходимо «зарядить батарейки», снять стресс и создать атмосферу спокойствия.

Вот несколько идей, как преобразить спальню в уютное гнездышко и создать зону, где восстановление сил идет рука об руку с эстетикой и практичностью.

Мягкий свет

Выберите мягкий свет, который создаст теплую и расслабляющую атмосферу. Здесь будут уместны лампочки в ретро-стиле, ночники-фонарики, светильники с лампами в виде свечей. То, что неуместно в гостиной или на кухне, в спальне создаст ощущение уюта, детского чувства спокойствия и защищенности.



Подушка с секретом

Не будем говорить об основной подушке – это вопрос исключительно индивидуальный и зависящий не только от личных предпочтений, но и от состояния позвоночника. Подбирать эту часть постели лучше со специалистом, особенно если есть особенности здоровья.

Давайте лучше поговорим о дополнительных подушечках, на которых не нужно спать, но которые тоже будут весьма уместны в спальне. Это саше с травами или эфирными маслами. Легкий, едва уловимый аромат лаванды или мяты подарит расслабление и крепкий здоровый сон.

Натуральный текстиль

Главное слово в спальне – «комфорт». А это значит, что текстиль должен быть приятным на ощупь и натуральным, чтобы кожа дышала даже под одеялом. Плюс текстиль для спальни должен легко стираться – это касается не только постельного белья, но и покрывал, думочек, штор. Ткани быстро аккумулируют пыль, а для комфортного сна это недопустимо. Стирать текстиль из спальни придется чаще, чем во всем остальном доме.

Цветовые крайности

Одни предпочитают для спальни пастельные оттенки – бежевый, серый или голубой – чтобы добиться успокаивающего и расслабляющего эффекта. Глаза при таком цветовом окружении отдыхают.

А вот любители спать в темноте предпочитают темные, но не яркие цвета на стенах и мебели. Такое окружение поглощает свет и делает спальню центром спокойствия.

Аксессуары для душевности

Засыпая и просыпаясь, важно видеть что-то приятное, дарящее положительные эмоции. Уместны будут фотографии любимых людей, вещи, привезенные из путешествий, милые мелочи, подаренные друзьями. Это может быть что угодно, что вызывает приятные ассоциации.

Превращаем спальню в уютное гнездышко

Кстати

Залог семейного благополучия

В спальне проходит большая часть интимной жизни супругов. Поэтому уютная спокойная обстановка – важный элемент, помогающий создать атмосферу доверия.

Зона для общения

Многие пары предпочитают обсуждать важные вопросы именно в спальне, ведь это место, где они чувствуют себя наиболее защищенными. Уютная атмосфера способствует открытому и честному общению, что улучшает взаимопонимание и обеспечивает доверие в паре.

Эмоциональный комфорт

Красивая и уютная спальня создает ощущение домашнего тепла, что повышает уровень удовлетворенности семейной жизнью. Партнеры начинают ассоциировать дом с приятным и безопасным местом, куда хочется возвращаться после работы или поездок.

Психологическое здоровье

Спальня помогает снизить уровень стресса, что особенно важно в современных условиях. Это уголок, где можно спрятаться от суеты внешнего мира.

Светлана СИДОРЧУК

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Для Овнов важным будет проявить себя как надежную опору для близких. И дома, и на работе вам придется принимать сложные решения. Поэтому, когда вам понадобится поддержка, окружающие могут растеряться. Проявите терпение и дайте им возможность позаботиться о вас.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
Львам может понадобиться поддержка друзей. Не бойтесь обращаться за помощью. Старайтесь не вваливать на себя слишком много, ведь решение некоторых вопросов можно делегировать. Переключите внимание на заботу о себе, своем теле и душевном равновесии.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
Стрельцы могут почувствовать резкие скачки настроения. Вам лучше реже вступать в споры, на следующий день вы можете пожалеть о каких-то произнесенных словах. Старайтесь разглядеть счастье в мелочах и радуйтесь позитиву, которым будут наполнены ваши дни.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
Творческий подход к решению вопросов и умение быстро включаться в процесс помогут Водолеям быть на высоте. Вас могут пригласить на важную встречу или мероприятие. Если вы включите обаяние на полную мощь, то это поможет добиться отличных результатов.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Тельцам предстоит решать одновременно много различных задач. Вы с этим справитесь и проявите свои лучшие качества. Главное, следует вовремя распределить приоритеты и силы, чтобы благополучно решить все вопросы. Найдите время для себя, для отдыха с близкими людьми.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Девы наполнены вдохновением. Вас ожидает успех в рабочих делах, особенно тех, кто связан с творчеством. Будьте открыты всему новому. Интересные предложения не заставят себя долго ждать. Постарайтесь произвести наилучшее впечатление на новых знакомых.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
У Близнецов начинается продуктивный этап в жизни. Можете смело расписывать сложные планы. Звезды всецело на вашей стороне. Но будьте внимательны к себе. Оцените реальную необходимость задуманного. Выходные посвятите своему хобби или дружескому общению.

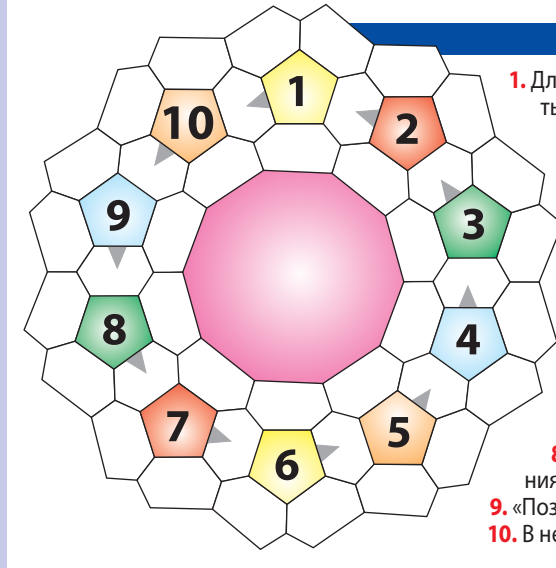
ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Весам предстоит непростой период в личных отношениях. Будьте особенно аккуратны в общении с людьми. Чтобы привести романтические отношения в норму, будьте готовы пойти на компромисс, тогда все наладится и вы обретете гармонию и согласие.

РАК (22.06 – 22.07)
Звезды предупреждают Раков о том, что их слова и действия на этой неделе могут иметь сильный эффект. Будьте готовы с высокой вероятностью стать участником спорных ситуаций. И верьте в себя – чем выше сложность задачи, тем успешнее вы сможете с ней справиться.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Звезды требуют от Скорпионов более активных действий. Настройтесь на лучшее. Вам предстоит многого достигнуть, у судьбы на вас большие планы. Также необходимо усилить свой контроль над расходами, иначе вы легко можете выйти за рамки бюджета.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Козерогам не нужно хвататься за все дела сразу, даже если вы совершенно уверены в своих силах. Вы можете что-то упустить, и маленькая проблемка в итоге превратится в большую неприятность. Тише едешь – дальше будешь. Не бойтесь обращаться за помощью к близким.

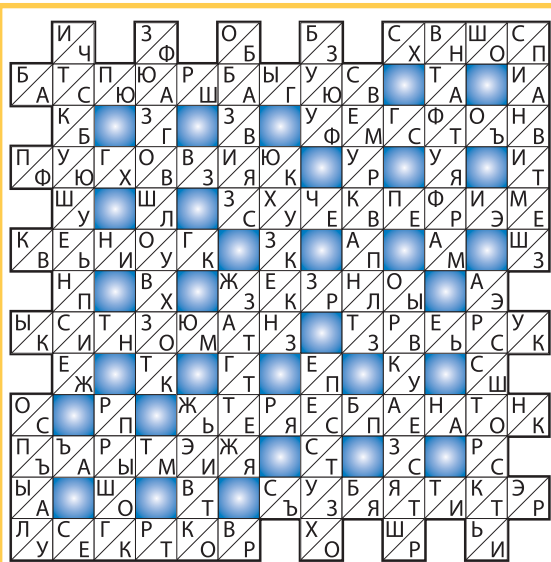
РЫБЫ (19.02 – 20.03)
Рыбам стоит больше такта и уважения проявлять к своему окружению. Это касается не только близких и членов семьи, но и сослуживцев: своим неосторожным словом вы можете внести холод в отношения. Больше позитива. И больше веры в свои силы. Звезды помогут вам.



КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

1. Длинные пряди волос, закрученные на затылке в узел.
2. Вечнозеленое дерево, якобы подаренное грекам Афиной.
3. «Вечор, ты помнишь, ... злилась, на мутном небе мгла носилась» (Пушкин).
4. Заглянувший к радушным хозяевам на огонек.
5. Дискотека в советские времена.
6. Тертая корочка лимона, придающая особый аромат выпечке.
7. Чувственный бальный танец латиноамериканского происхождения.
8. «Лягушачий» стиль спортивного плавания.
9. «Позывные» закипевшего чайника.
10. В ней Яга летает.

Ответы: 1. Пучок. 2. Олива. 3. Вьюга. 4. Гость. 5. Танцы. 6. Цепля. 7. Румба. 8. Брасс. 9. Свист. 10. Ступа.



КРОССВОРД «ДУАЛЬ»

В каждой клетке, где вписана пара букв, нужно вычеркнуть одну букву. Если вы сделаете это правильно, то оставшиеся буквы сложатся в слова, как в обычном кроссворде.

По горизонтали: Снос. Аспарегус. Фестон. Пуховик. Суеверие. Венок. Зерно. Киноман. Треск. Жеребенок. Партия. Субтитр. Лектор.

По вертикали: Искусшение. Заголовок. Оазис. Буф. Натура. Синтез. Сервант. Кузен. Затея. Оркестр. Ассорти. Петух. Опал. Прок. Жито.

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

РАБОТА

ООО «ПЕЧАТЬ ЧЕРНОЗЕМЬЯ» ПРИГЛАШАЕТ ПРОДАВЦОВ ПЕЧАТНОЙ ПРОДУКЦИИ (книги, газеты, журналы) В КИОСКИ

Мы предлагаем:

- ✓ Работу в крупной, стабильной и развивающейся компании!
- ✓ Подходящий вам график работы: 2/2, 3/3 и 7/7;
- ✓ Удобное местоположение киоска (мы постараемся подобрать вакансию ближе к дому);
- ✓ Своевременная оплата труда от 7 500 рублей за неделю;
- ✓ Возможность подработки;
- ✓ Вакансия подходит для КАНДИДАТОВ «СЕРЕБРЯНОГО» ВОЗРАСТА

Телефоны для связи:

8 (952) 956-14-98, 8 (473) 277-27-00



КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ **8 (903) 792-47-73**

ПО ПОЧТЕ **reklama@kardos.ru**

ЦЕНА
Стоимость
строчного
объявления от **300** рублей
за 1 выход

КАК ОПЛАТИТЬ

1. Через «Робокассу»: со счёта мобильного телефона, на сайте *kardos.media*, в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера);

2. В отделениях любого банка:
ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 3010181040000000225, р/с 40702810038000020635
В назначении платежа указать:
«Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О.

Комиссия оплачивается отдельно (при наличии).
Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

Скидки
уточняйте
у менеджера

ПРИГЛАШАЕМ:

ТОРГОВЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ на личном автомобиле

График: 4 дня в неделю

Получение печатной продукции на складе, доставка по магазинам, выкладка, обновление ценников, сбор возврата, оформление первичных документов, фотоотчёт.

Ненормированный рабочий день, разъездной характер работы.

Наличие моб. приложения «WhatsApp» – ОБЯЗАТЕЛЬНО.

8 (903) 135-29-85, 8 (965) 353-81-09 Антон Юрьевич



КУПЛЮ

8 (999) 715-35-60 КУПЛЮ вышедшие из обращения банкноты: швейцарские франки, английские фунты, немецкие марки, кроны и другие. Военный антиквариат, старинные награды, значки, иконы, картины, книги (домашние библиотеки целиком), фарфор, янтарь, портсигары, литые фигуры, часы, ювелирные изделия. Тел.: 8 (999) 715-35-60.

В КАРЕЛИИ ИЗОБРЕЛИ НОВОЕ СРЕДСТВО ОТ БОЛЕЙ В СПИНЕ, ПОЯСНИЦЕ И СУСТАВАХ



Эта история могла бы и не произойти. Если бы молодому учителю по физкультуре не поручили вести занятия с пожилыми людьми. Однажды в небольшом городе в Карелии кому-то из чиновников пришла идея.

Организовать группу занятий спортом для людей старше 60 лет. Вести занятия попросили школьного учителя физкультуры Маркелова Вадима Евгеньевича. Сначала он был удивлён и даже обескуражен: «Я же никогда не работал с пенсионерами, только с детьми?!». Но молодой пылливый ум победил страх. Он принял вызов.

ВИДНО НЕВООРУЖЁННЫМ ГЛАЗОМ

Что же он увидел на первом занятии? Перед ним стояли люди с больными суставами. И было видно, что каждое движение приносит им боль.

Кто-то держался за поясницу, кто-то тяжело дышал под грузом лишнего веса. Были и те, кто пришли на занятия с тростью. Как с такими заниматься!? Но было ясно одно: им всем нужна помощь! И Вадим Евгеньевич начал работать.

Наш герой (а по-другому его не назовёшь: кто ещё в нашей стране уделяет столько внимания пенсионерам?) учёл всё: возрастные особенности, наличие хронических заболеваний, ослабленные мышцы и связки, хрупкость костной системы. Это было просто феноменально, потрясающе. И результат не заставил себя ждать!

ПЕРВЫЕ ШАГИ

Как дети учатся делать первые шаги, так и ученики Маркелова снова учились жить по-новому. Вадим Евгеньевич помог вспомнить, что они ещё ого-го! И честно сказать, люди с нетерпением ждали этих занятий.

День за днём, упражнение за упражнением их мышцы крепились. Руки начинали слушаться, колени переставали ныть, а спина болеть. Голова больше не кружилась при наклонах, а лишний вес стал потихоньку уходить. Надо ли говорить, что жизнь этих людей кардинально изменилась? Ещё буквально месяц назад многие даже представить себе такое не могли. А сегодня они не узнавали сами себя! «Теперь, когда выхожу из дома, забываю брать палку.

А ведь раньше без неё не выходил?!» «А я в этом году посадила рассаду на подоконнике. На дачу поеду, 2 года там не была» ...Каждый хотел поделиться своими успехами. Что же случилось дальше?

ЭТО КОНЕЦ ИЛИ НАЧАЛО НОВОГО?

Но всё хорошее рано или поздно заканчивается. Вот и финансирование этого проекта прикрыли.

И тогда Вадим Маркелов подумал: «А почему бы не создать аппарат, который будет делать то же самое, что и тренер? Ведь тренер один, а больных людей много!» С помощью которого можно будет проработать нужные мышцы, укрепить мышечный корсет. Помочь суставам, а внутренние органы заставить работать как часы?

И всё это без посторонней помощи и усилий — всё-таки возраст уже не тот. А занятия можно было бы проводить дома. Ведь многим даже ходить тяжело. С этой идеей он обратился к медицинским инженерам.

Как вы понимаете, такое большое дело одному не по плечу. Заручившись поддержкой и вложив весь свой опыт, Вадим Евгеньевич создал уникальный авторский аппарат — «тренажёр Маркелова».

За это изобретение Вадим Маркелов был удостоен звания «Почётный гражданин Республики Карелия». А слава о его изобретении вышла далеко за пределы республики.

РАЙ ДЛЯ СПИНЫ И СУСТАВОВ

Во время процедуры электрические импульсы аппарата преодолевают сопротивление слоёв мышц.

Разжимают зажатые мышцы и снимают спазм. Ощущение непередаваемое! Настоящий рай для спины и суставов! Как будто тысячи невидимых мягких пальцев массируют мышцы снаружи и изнутри.

Это потрясающее чувство комфорта. Хочется, чтоб не прекращалось. Происходит полное расслабление. Боль отступает — появляются сила, энергия.

Кажется, что каждый орган, каждая клетка твоего организма начинают работать с новой силой. Как будто внутри тебя какая-то невидимая сила запустила двигатель, как мотор в машине.

Спина, поясница — всё становится гибким, как будто только и делал, что всю жизнь занимался спортом. И даже не верится, что ещё вчера от боли и нельзя было даже на бок перевернуться. Поверьте, после курса процедур Вы себя просто не узнаете. Как будто скинули десяток-другой! И вот Вы снова молоды и активны. А главное — ничего не болит! К сожалению, в пенсионном возрасте телу уже требуется помощь. Без неё оно просто рассыпется в труху, как старое дерево. Давайте честно, единицы занимаются лечебной физкультурой с квалифицированным тренером. Одни не хотят, другие уже просто не могут.

Вот для таких людей и создан «Тренажёр Маркелова». Чтобы без усилий, дома, нажатием всего одной кнопки избавиться от боли. Привести свой организм и тело в порядок. «Тренажёр Маркелова» вернёт Вам радость движений! Тем более, что в большинстве случаев положительный лечебный эффект наступает уже после первого применения! Вы всё ещё терпите боль? Зачем?! Поэтому звоните прямо сейчас по номеру 8-800-511-25-87, сегодня. Завтра всё равно Ваша болезнь никуда не денется. А вот лечить её станет уже сложнее. Так стоит ли терять драгоценное время?

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! 8 (800) 511-25-87

ПОСЛЕДНЯЯ ПАРТИЯ ПО СТАРЫМ ЦЕНАМ!*

ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ! 0+ И ПОЛУЧИТЕ ГАРАНТИРОВАННЫЙ ПОДАРОК!

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	13 ЯНВАРЯ
Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3	9.00-15.00
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	14 ЯНВАРЯ
Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3	9.00-12.00

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. Акция действует с 01.01.2025 по 01.02.2025. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Реклама 18+.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.