

Продолжается льготная подписка на II полугодие 2015 года

С хлебом и солью

▶ 3 стр.



**20-22
МАРТА**

Моржи, вперед!

19_030

в Мурманске на Семеновском озере будут проходить I чемпионат мира по ледяному плаванию и X открытый чемпионат России по зимнему плаванию.

Для соревнований во льду вырежут бассейн размером 25 x 21 метр, который будет разделен на 8 дорожек.

I чемпионат мира по ледяному плаванию начнется 20 марта в 10.00. В нем примет участие 54 спортсмена из 15 стран мира. Среди них мурманчане Дмитрий Вахрушев и Ольга Андриянина. Им предстоит проплыть в ледяной воде 1 километр, уложившись в 25 минут.

Награждение победителей состоится в 20.30 на площади Пять Углов.

X открытый чемпионат России по

зимнему плаванию будет проходить 21 и 22 марта с 10.00. В первый день мужчины и женщины посоревнуются на дистанциях 25 и 50 метров вольным стилем, а также в эстафетах 4 x 25 метров. Во второй день те же дистанции нужно будет преодолеть брассом. Кроме того, будет заплыв на 450 метров вольным стилем.

На чемпионат России заявилось 450 участников из 19 стран. Среди них около 40 иностранцев и более 80 моржей Мурманской области.



Генеральный спонсор I чемпионата мира по ледяному плаванию - "Азимут Отель Мурманск".



Дай пять!

■ Мурманские школьники становятся отличниками учебы

Необычная акция, приуроченная к юбилею заполярной столицы, проходит в общеобразовательной школе № 42. Эта инициатива получила название "100 пятерок к 100-летию города Мурманска", в ее рамках школьники, получившие наибольшее количество отличных оценок, награждаются памятными медалями и дипломами.

- Мы даже не ожидали, что ребята отнесутся к этой инициативе с таким энтузиазмом, - рассказывает **депутат Совета депутатов города, директор школы № 42 Евгений Шовский**. - Акция стала дополнительным стимулом к отличной учебе, каждый хочет получить заветный диплом в свое портфолио. Сегодня фактически каждый четвертый ученик школы имеет такую награду. Некоторые заработали уже и по двести пятерок и готовы получить вторую награду.

Стартовала акция в октябре 2014 года, а первое награждение состоялось уже 19 декабря, тогда 47 ребят получили сто пя-

терок по различным предметам. На этой неделе Евгений Шовский и заместитель председателя Совета депутатов города Мурманска Михаил Белошеев поздравляли новую партию отличившихся умников и умниц, в этот раз ими стали 78 учащихся.

- У меня уже больше ста пятерок. Я всегда хорошо учился, поэтому набрать нужное количество отличных оценок получилось без особых проблем, - рассказал восьмиклассник Евгений Рождественский. - К тому же в будущем я мечтаю стать врачом, а медикам нужно быть особенно старательными в учебе.

- Пройдет совсем немного времени, и наш город будет отмечать столетний юбилей. Акция, которую проводит ваша школа, уникальна, ведь главный подарок городу к юбилею - это здоровье, хорошее настроение и отличные знания юных мурманчан, - отметил **Михаил Белошеев**.

Татьяна ЕЛОХИНА.
Фото Константина БРАЙЦЕВА.

Самый крупный за Полярным кругом

■ 30 апреля открывается "Мурманск молл"

На последний день апреля назначено открытие в центре города торгово-развлекательного комплекса "Мурманск молл". Сегодня его уже называют самым крупным профессиональным торговым центром за Полярным кругом.

Отличие нового объекта в том, что менее половины из 68 тысяч квадратных метров площади будет сдаваться в аренду под торговлю, на остальных квадратных метрах станут развивать общественные зоны. Планируется, что с открытием "Мурманск молла" в наш город придут знаковые международные бренды, например, "Индитекс" из Испании. Ведь в соответствии с требованиями этих брендов проводилась проектировка двух фэшн-галерей.

Как сообщил представитель собственника "Мурманск молла" Алексей Краузе, на первом этаже здания появится площадка Счастья, где будут установлены фонтан в виде кошелька и несколько скульптур, символизирующих защиту от темных сил, богатство и успех. Там же появится арт-объект в виде уха, в которое можно нашептать самое заветное желание.

Но самое главное, по мнению проектировщиков, здание спроектировано и построено с учетом всех последних норм и требований по безопасности.

Кроме того, для удобства автомобилистов в торгово-развлекательном комплексе начнет функционировать двухэтажный встроенный паркинг.

- Этот торгово-развлекательный комплекс имеет достаточно сложную судьбу. Начало строительства гипермаркета "О'Кей" и торгово-развлекательного комплекса уходит корнями в 2003 год, - отметил **мэр города Алексей Веллер**. - И сегодня застройщик фактически презентует окончание своей 12-летней работы.

По мнению Алексея Веллера, в свое время в Мурманске стояли два крупных символических недостроя - отель "Арктика" и торгово-развлекательный комплекс рядом с гипермаркетом "О'Кей". Но за последние четыре года и тот и другой объекты получили вторую жизнь: подходит к завершению реконструкция "Арктики", заканчивается строительство торгово-развлекательного комплекса "Мурманск молл". А значит, уходит эпоха больших мурманских недостроев.

- В процессе строительства гипермаркета "О'Кей" и торгово-развлекательного комплекса шли достаточно серьезные вложения в городскую инфраструктуру, - напомнил Алексей Борисович. - Город в тяжелой ситуации с энергоснабжением получил 6,5 МВт, благодаря чему был запитан операционный блок Мурманской областной больницы.

Также, по словам мэра города, за счет компании-застройщика был капитально отремонтирован мостовой переход через Варничный ручей в створе улицы Шмидта, выполнена реконструкция котла Мурманской ТЭЦ, обустроен бульвар возле гипермаркета. В общей сложности компания-застройщик вложила в город инвестиции в размере 300 миллионов рублей.

Стоит отметить, что работы на фасаде здания и внутри торгово-развлекательного комплекса продолжают.

Экстерьер и интерьер здания уже оформлены в стиле русского супрематизма - разновидности абстракционизма, выражающегося в сочетании разноцветных и разновеликих геометрических фигур - квадрата, круга, прямоугольника и прямой линии. А на конструкции в виде башни, украшающей угол здания, скоро будут установлены часы с городской символикой.

Оксана ГУРОВА.

Вахта памяти

Сегодня "Вечерний Мурманск" начинает отсчет дней до юбилея Великой Победы. Мы будем считать каждый героический день, вплоть до 9 мая. Нам всем, наследникам Победы, ни один из них не стереть из жизни наших родных, прошедших через Великую Отечественную войну. Давайте сегодня вместе заступим на эту своеобразную вахту памяти. И пусть каждый день станет знаковым.





С хлебом и солью

■ Город встретил гостей чемпионата



Обращение к участникам и гостям I чемпионата мира по ледяному плаванию и 10 открытого чемпионата России по зимнему плаванию

Уважаемые участники и гости I чемпионата мира по ледяному плаванию и 10 открытого чемпионата России по зимнему плаванию!

Мы рады приветствовать вас в Мурманске - самом большом городе мира за Полярным кругом.

Честь провести Первый чемпионат мира по ледяному плаванию досталась Мурманску по праву. Наш город славится своими спортивными традициями, обладает опытом проведения столь сложных соревнований в уникальных природных условиях.

Для заполярной столицы уже стали традиционными состязания по зимнему плаванию. С каждым годом они все больше напоминают малые Олимпийские игры, что неудивительно, ведь география участников постоянно расширяется. В этом году на соревнования приедут 465 спортсменов из 24 стран мира.

Сегодня в Мурманске начинается история спорта, который находится за границами возможностей обычного человеческого организма, - ледяного плавания. 55 спортсменов из 17 стран мира проявят сверхчеловеческие способности и поборются за право победителя в экстремальном поединке.

Уверены, что гостеприимство мурманчан поможет участникам соревнований преодолеть серьезные испытания, продемонстрировать все, на что способны: выдержку, мастерство, собранность и победный настрой.

Желаем всем пловцам спортивной удачи, мурманчанам и гостям нашего города - ярких, незабываемых впечатлений!

Глава муниципального образования город Мурманск

А. Б. ВЕЛЛЕР.

Глава администрации города Мурманска

А. И. СЫСОЕВ.

Вчера в Мурманске встречали моржей. Мужчин и женщин, готовых бросить вызов холоду. Но сначала приезжие окунулись в атмосферу северного гостеприимства. Их встречали на крыльце мурманского "Азимут Отеля" с хлебом и солью.

Пока гости заселялись и обжили комфортные номера отеля, их коллеги, приехавшие ранее, уже вовсю тренировались в ледяном бассейне.

Для многих из них это уже не первое погружение в 25-метровую полыню, которая в нынешнем году имеет восемь дорожек. За день до старта здесь прошла генеральная репетиция. Пловцы опробовали воду, судьи проверяли электронную систему "старт - финиш", медики изучали бочку, в которой моржам предстояло отогреваться после заплыва, электрики возились с электронным табло, плотники стучали молотками, устанавливая деревянный настил на лед. Репетиция показала: все готово, нареканий нет.

Ну а сегодня в 10.00 на Семеновском озере яркой церемонией откроется I чемпионат мира по ледяному плаванию. "Вечерний Мур-

манск" уже публиковал расписание трех дней соревнований, в течение которых на водных дорожках Семеновского озера развернутся "моржовые" состязания. Вкратце напомним. Сегодня, 20 марта, с 10.00 до 17.00 - заплывы на дистанцию один километр в рамках I чемпионата мира по ледяному плаванию, а 21 и 22 марта состоится X чемпионат России по зимнему плаванию. В 10.00 начнутся индивидуальные заплывы на 25 метров вольным стилем, в 12.00 - 50 метров вольным стилем. И в 14.40 состоится, пожалуй, самое зрелищное соревнование этого дня - эстафета 4 x 25. В 15.30 - награждение у Центра дополнительного образования детей "Лапландия". 22 марта в 10.00 моржи начнут состязания на 25-метровой дистанции, в 11.15 пройдет эстафета 25 метров, в 11.30 - индивидуальные заплывы на 50 метров. Все дистанции в этот день

спортсмены плывут, используя брасс.

В дни проведения "моржовых" состязаний в Мурманске состоится несколько красочных шоу, приуроченных к этим событиям. Что увидят мурманчане? В первую очередь это церемония награждения, которая пройдет на площади Пять Углов 20 марта.

- Это будет ярко, красиво и зрелищно, - говорит **режиссер-постановщик церемонии открытия и награждения Александр Лельков**. - Шоу, которое мы поставили, называется "Лед, вода и пламень". Церемония рассчитана на один час сорок минут. Начало ее в 20.30. За полчаса до этого состоится выступление знаменитого саксофониста Остапа из Санкт-Петербурга. Главная сцена будет установлена в центре площади, в том месте, где всегда стоит новогодняя елка. Там будет

находиться арена диаметром 14 метров. На ней соберутся все участники чемпионата мира и чемпионата России.

Откроет программу танцевальный номер "Мы - мурманчане", который был специально подготовлен к шоу. Его будут исполнять 80 танцоров. Мурманчане и гости города также увидят марш-дефиле оркестра штаба Северного флота.

- Хочу еще сказать, что для шоу написана, на мой взгляд, очень симпатичная песня "Лед, вода и пламень", - продолжил раскрывать секреты Александр Васильевич. - Посвящена она Мурманску, исполнит ее заслуженный артист России Сергей Избаш из Москвы, который прилетит сюда специально. Он же является автором музыки. Это хороший мажорный, жизнеутверждающий спортивный марш. Будет и выступление барабанщиков, которые привезли в Мурманск 18 барабанов. Всего же в концерте на площади будет задействовано около трехсот артистов. Завершится этот вечер грандиозным фейерверком.

Не менее интересной обещает быть и церемония закрытия 22 марта. Пройдет она в актовом зале Дворца творчества "Лапландия", и ее основной ударной творческой силой будет Ансамбль песни и пляски Северного флота. Начнется церемония в 16.00, и помимо концерта моряков будет проведено награждение участников второго дня соревнований чемпионата России по зимнему плаванию.

Но как бы ни были интересны и красочны эти мероприятия, основные события развернутся все же в ледяном бассейне Семеновского озера. Именно здесь более 500 человек будут сражаться с холодной водой, и именно они являются главными героями этих трех дней. И им, как никогда, нужна поддержка зрителей. Приходите, болейте, переживайте. Не жалейте ладоней и глоток. Приходите с семьями и друзьями. Спортсмены будут вам благодарны.

Андрей КИРОШКО.
Фото Константина БРАЙЦЕВА.

Почетному гражданину города-героя Мурманска
З. И. Дмитриевой

Уважаемая Зинаида Ивановна!

От всего сердца поздравляем Вас
с днем рождения!



За годы преподавательского стажа вы успели воспитать не одно поколение мурманчан, искренне любящих наш северный город и гордящихся своей малой родиной. Своим безупречным многолетним трудом Вы являетесь собой пример беззаветного служения Мурманску. Благодарим Вас за неоценимый вклад в почетное дело образования юных северян, за доброе сердце, активную жизненную позицию, стремление в трудную минуту помочь мудрым советом.

Желаем Вам доброго здоровья, оптимизма, благополучия и счастья! Пусть удача, приятные встречи и добрые слова, любовь и забота близких людей наполняют радостью каждый прожитый день!

Глава муниципального образования
город Мурманск А. Б. ВЕЛЛЕР.

Глава администрации
города Мурманска А. И. СЫСОЕВ.

**Прямая
линия**



Во вторник, 24 марта,
в редакции газеты "Вечерний Мурманск"
пройдет "Прямая линия"
с начальником Управления
ГИБДД УМВД России по Мурманской
области полковником полиции

**Александр
Глебовым.**

Как повлиять на нарушителей ПДД? Можно ли оспорить решение дорожного инспектора? Как правильно зарегистрировать свой транспорт? На эти и другие вопросы, касающиеся дорожного движения и его безопасности, Александр Григорьевич будет отвечать по телефону **25-10-34** с 16.00 до 17.00.

Мировое первенство

Сегодня в Мурманске стартуют грандиозные спортивные соревнования. Первый чемпионат мира по ледяному плаванию и открытый чемпионат России по зимнему плаванию, которые, несомненно, прославят заполярную столицу на весь свет. Как в преддверии жарких стартов к состязанию готовились город и заполярные моржи, "Вечерка" рассказывает в деталях, а вот что о мировом ледяном первенстве думают мурманчане и за кого они собираются болеть, на улицах города из первых уст узнала "Молодежная редакция".



Владислав и Дмитрий:



- О том, что Мурманск готовится принять у себя закаленных спортсменов со всего мира, мы слышали еще задолго до старта состязаний. Спортом мы интересуемся и очень рады, что наш город станет центром таких масштабных соревнований. Это очень неожиданно и почетно организовывать столь серьезный, а тем более первый в истории чемпионат по ледяному плаванию. Разумеется, мы гордимся, что такая честь выпала нашему городу. Главное, чтобы зарубежные гости в заполярной столице не замерзли! Все-таки это довольно непростой вид спорта, даже когда наблюдаешь со стороны за моржами, захватывает дыхание. Представляем, какой физической силой надо обладать, чтобы еще и проплыть в холодной воде внушительную дистанцию! Будем болеть за мурманчан: они не только тренировались, но и воспитывались на Севере - закалены нашими суровыми погодными условиями, а значит, должны победить.

Геннадий и Зинаида:



- Мы уже настоящие поклонники этого вида спорта - в прошлом и позапрошлом годах следили за международными соревнованиями по зимнему плаванию, которые также проходили на Семеновском озере, и, конечно, в этом году никак не пропустим Первый чемпионат мира по ледяному плаванию! Мы очень рады, что Мурманск стал зачинателем такой доброй спортивной традиции и войдет в мировую спортивную историю. Тем более гордимся, что сами как болельщики можем стать участниками этих событий. Мы, конечно, в ледяной воде не плаваем, но готовы поддерживать спортсменов кричалками, девизами, песнями. Естественно, рады будем успехам всех пловцов, но больше всего переживаем за наших, мурманских спортсменов. Верим: они лучшие!

Татьяна Васильевна:

- Для меня проведение в Мурманске Первого чемпионата мира по ледяному плаванию и открытого чемпионата России по зимнему плаванию вдвойне радостное событие, если учитывать, что в заплывах будет принимать участие моя дочь Валентина Ярошук. Она усердно готовилась к состязаниям: ходила в бассейн, занималась на Семеновском озере, чтобы отстоять честь нашего города. Конечно, я очень горжусь ее успехами, у меня и дочь, и сын не раз завоевывали медали на соревнованиях по зимнему плаванию. Но болеть я буду за всех мурманчан - каждый достоин победы! Вообще для нашего города спортивные состязания такого уровня - большое событие.

Опыт организации подобных соревнований у Мурманска уже есть, а значит, все получится и в этот раз. Сын, например, был на соревнованиях в Финляндии и сказал, что на мурманских ему понравилось больше, даже несмотря на то, что у нас пока не такой большой опыт в их организации.

Глеб с друзьями:



- Я сам спортсмен, занимаюсь хоккеем, поэтому со льдом тоже в каком-то смысле дружу. И, разумеется, исключительно положительно отношусь к тому, что именно в заполярной столице началась история соревнований по ледяному плаванию. Очень здорово, что мы не стоим на месте и в Мурманске развивается спортивная культура - это огромный плюс для всего нашего города, региона. Благодаря этому именно у нас собрались пловцы со всей планеты, многие хорошие спортсмены смогут зарекомендовать себя на мировом уровне, надеюсь, в их числе будут и наши соотечественники. А слава о любимом городе прогремит на весь свет!

Татьяна:

- Я живу рядом с Семеновским озером, которое вот-вот станет центром ледяного притяжения, так что регулярно наблюдаю за тем, как шла подготовка к чемпионату мира. Могу сказать, что безгранично рада, что дебютные соревнования состоятся именно в нашем крае, и очень горжусь тем, что Мурманск будет принимать спортсменов со всего мира. Я уверена, что наш город никого не оставит равнодушным, не зря же у нас говорят: "Кто хоть раз побывал в Мурманске, не забудет



его никогда", обязательно вернется, да еще и друзей привезет. Так что, надеюсь, это поможет развиваться не только заполярному спорту, но и северному туризму. А там, глядишь, еще какие-нибудь соревнования придумают: подледное плавание, например! Не сомневаюсь, что на Первом чемпионате мира по ледяному плаванию мурманчане смогут показать себя на высочайшем уровне. Я знаю, что тренируются наши спортсмены регулярно, да и родные стены, как известно, помогают. Будем болеть за наших!

Азиз и Виталий:



- Первый чемпионат мира по ледяному плаванию на слуху, наверное, у всех мурманчан - для нашего города это большое событие. Конечно, если смотреть с точки зрения популярности, это пока не самый известный вид спорта, но, мы считаем, популяризовать его надо, и очень рады, что такая честь выпала Мурманску. Любой спорт - это исключительно полезное занятие. Так что возможность лично поприсутствовать на таких соревнованиях, поболеть за спортсменов - это не только приятное времяпрепровождение, но и отличная пропаганда здорового образа жизни. Да и спустя годы, когда ледяное плавание достигнет пика популярности, будет приятно вспоминать, что первые состязания проводились именно в Мурманске, а все мы, мурманчане, были его участниками - пловцами и болельщиками!

Виктория и Виктория:



- Мы рады за наш город, который, уверены, в самом лучшем свете прославится на весь мир. Это очень круто вот так вот быть впереди планеты всей! Мы очень любим наш край, и пускай на один день, но все-таки Мурманск окажется не только столицей Заполярья, но и спортивным центром мира. Конечно, хочется увидеть это все своими глазами, наверняка это будет захватывающее зрелище. Мы не сомневаемся, что мурманчане смогут опередить всех соперников, в нас есть особенная северная закалка. Вообще, окунуться в прорубь - давняя мечта, может быть, пример спортсменов и нас вдохновит. И конечно же здорово, что культурная и спортивная жизнь города кипит. Мы надеемся, в будущем Мурманск примет у себя еще немало интересных состязаний.

Опрос провела "Молодежная редакция".
Фото Марты ЖЕГАЛИНОЙ.

Живые айсберги



ЗАДАЧА - ДОПЛЫТЬ

Дмитрий Вахрушев - первый участник мурманчанин, который отважился выступить на чемпионате мира по ледяному плаванию. Спортсмену 43 года, из которых четыре он посвятил зимнему плаванию и три - ледяному. В прошлом году Дмитрий занял второе место на Празднике Севера по зимнему плаванию на дистанции 450 метров и первое место в открытом чемпионате Новгородской области по марафонскому плаванию в холодной воде. Там температура воды составляла +10 градусов, но зато плыть пришлось пять километров.

- Дистанция в один километр в ледяной воде, которая будет на чемпионате мира, - экстремальная, опасная для здоровья и жизни, - подчеркнул Дмитрий Вахрушев. - В ледяной воде я километр еще не плавал, но постараюсь отстоять честь Мурманска - преодолеть всю дистанцию и уложиться в 25 минут. Это задача-минимум.

СДЕЛАЮ ВСЕ И ДАЖЕ БОЛЬШЕ!

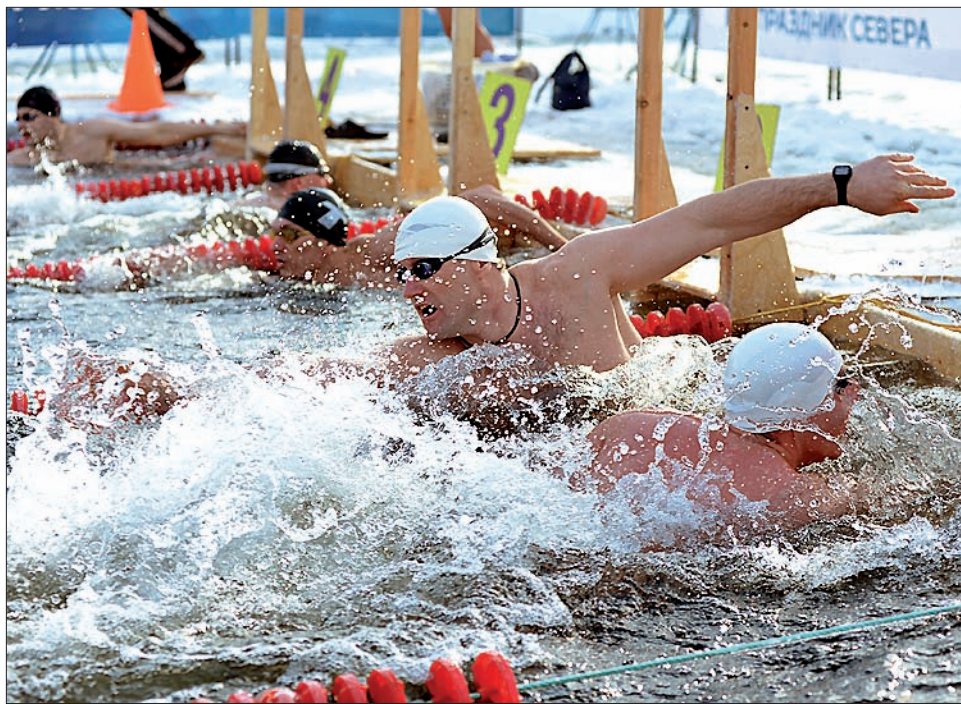
Ольга Андриянина - единственная женщина, которая будет представлять Мурманск



на чемпионате мира по ледяному плаванию. 25-летняя мурманчанка не пропускала ни одной тренировки даже в самую плохую погоду. Помимо этого она катается на велосипеде и на коньках.

- Ежедневно на тренировку уходило примерно часа по четыре, - рассказала Ольга Андриянина. - В бассейне проплывала не менее трех - пяти километров каждый день, в большой проруби на Туломе тренировалась и у дома моржей на Семеновском озере. Разви-

20 марта на I чемпионате мира по ледяному плаванию на Семеновском озере покажут свое мастерство лучшие мурманские, российские и зарубежные моржи. Давайте познакомимся с лучшими из них, чтобы знать, за кого болеть.



ваю выносливость, закаляюсь, ну и болезни никакие не пристаю.

Зимним плаванием Ольга занимается уже около восьми лет. За это время становилась лучшей в области и на чемпионате России в 2010 году.

- Обычно я проплываю в ледяной воде не более 450 метров, - рассказала Ольга. - Но до сих пор не проиграла ни одних соревнований, в которых участвовала, поэтому настроена на победу. Не хочу подвести наш город! Постараюсь сделать все, что от меня зависит, и даже больше.

ЛЕДЯНОЕ ИСПЫТАНИЕ

Незадолго до начала чемпионата мира участвовать в нем решил мурманчанин **Евгений Рабинович** - победитель "Мурманской мили" 2013 года. Из своих 30 лет 26 он занимается спортом. Чтобы успешно преодолеть километр в ледяной воде, Евгений усиленно тренировался каждый день. Бегал по 10 километров, повышал устойчивость к холоду, находясь в ледяной купели на Семеновском озере по пять-шесть минут, и развивал выносливость, плавая в обычном бассейне по три-четыре километра.

- Конечно, хочется выступить как можно лучше, но цели победить не ставлю, - признался Евгений за несколько дней до экстремального заплыва. - Главное - финишировать.

НЕУТОМИМЫЙ ЭСТОНЕЦ

Генри Каарма - знаменитый пловец в ледяных водах из Эстонии, известный несколькими выдающимися достижениями при плавании в открытой воде, температура которой не превышала двух градусов.

В 2013 году на 79-м Празднике Севера Генри проплыл 2150 метров в ледяной воде Семеновского озера за 35 минут. А в 2014-м эстонец установил мировой рекорд, преодолев 2400 метров за 41 минуту 57 секунд при температуре воды +0,8 градуса на Кубке по плаванию в открытой воде в Тюмени. В марте того же года на Международном чемпионате по зимнему плаванию в Финляндии Генри проплыл 450 метров свободным стилем всего за 5 минут 53 секунды.

За свои достижения в 2014 году Генри стал номинантом мировой премии "Ледяной пловец

года". На церемонии вручения награды ведущий так представил пловца: "Генри Каарма - это живая лаборатория, медицинское чудо и вдохновляющий представитель ледяного плавания. В ледяной воде он проплыл за один раз больше всех в истории (2400 метров), расширив наше представление о границах возможностей человеческого тела".

ЛЕДИ МОРЖ

Если хочешь быть здоров - закаляйся! Этот призыв англичанка **Жаклин Сьюзен Кобелл** в 2010 году поняла по-своему и в свои 56 лет переплыла Ла-Манш. Покорить пролив между Великобританией и Францией женщине удалось за 28 часов и 44 минуты. Таким образом, она стала одной из тысячи уникальных людей, которые смогли проплыть эти 32 километра (самое узкое место пролива).

На Международных соревнованиях моржей в Тюмени в 2014 году Жаклин проиграла барнаульской чемпионке мира по зимнему плаванию Марине Исаевой на марафонской дистанции 450 метров. А на соревнованиях по зимнему плаванию в рамках 80-го Международного Праздника Севера в 2014 году победила в своей возрастной категории. 59-летняя спортсменка запомнилась мурманчанам своеобразными танцами на церемонии от-



крытия, перед стартом и даже после финиша. Вновь увидеть танцующую леди вы сможете 20 марта в ледяном бассейне на Семеновском озере.

УЧИТЕЛЬ ПРЕПОДАСТ УРОК

49-летний учитель из Германии **Криштоф Вандраш** по прозвищу Венди считается главным претендентом на победу в чемпионате мира по ледяному плаванию. В 2014 году он стал победителем и рекордсменом "Мурманской мили", преодолев 1200 метров за 15 минут 56,25 секунды. Ему же принадлежит третий результат по пересечению вплавь пролива Ла-Манш. 32 километра 310 метров он проплыл за 7 часов 2 минуты в 2005 году. Криштоф - неоднократный чемпион Германии, Европы и мира в заплывах на длинные дистанции. В его активе многочисленные рекорды по плаванию в экстремальных условиях. В 2014 году в Южной Африке он проплыл в окружении морских котиков, китов и акул 11 километров между островом Роббен-Айленд и Кейптауном за 2 часа 11 минут 48 секунд, что стало новым мировым рекордом. Затем он стал первым пловцом, который менее чем за два часа обогнул мыс Доброй Надежды.

В январе 2015 года на международных соревнованиях в Германии Криштоф проплыл километр в ледяной воде за 14 минут 6 секунд, опередив Генри Каарму на 25 секунд.

СУПЕРМОРЖ

В числе иностранных участников чемпионата мира по ледяному плаванию будет такая знаковая фигура, как руководитель Международ-



ной ассоциации марафонского зимнего плавания и многократный рекордсмен **Рэм Баркай** из Южно-Африканской Республики.

На его счету - рекорд Гиннеса за преодоление водной дистанции в точке наибольшего приближения к Южному полюсу - он проплыл 1 километр в озере на территории Антарктиды. Затем Баркай с товарищами обогнул мыс Горн у южной оконечности Южной Америки, впервые в истории проплыв в ледяных водах Магелланова пролива. Он преодолел 5 километров при температуре воды около +3 градусов.

В 2013 году на международных соревнованиях по ледяному плаванию в Мурманске Рэм Баркай сумел проплыть 1700 метров за 32 минуты 43,02 секунды.

Известный американский сценарист Брайан Сингер, работавший над фильмом "Люди Икс", прославил Баркай как обладателя сверхчеловеческих возможностей в документальном сериале "Супермены".

Павел СТЕПАНЕНКО.
Фото автора и Марты ЖЕГАЛИНОЙ.

Карты на стол

НЕ В СЛУЖБУ,
А В ДРУЖБУ

Светлана Макарова - персонаж в Мурманске скандально известный. Недаром в народе ее окрестили коммунальной баронессой. Строит свою империю баронесса, судя по всему, невзирая ни на какие нормы морали. Выходит так, что людей, попавших в макаровскую паутину, нагло и цинично используют, превращая в банальные кошельки. Поговаривают, что именно эти "кошельки" финансируют безбедную жизнь членов семьи Макаровой и их бесконечные туры "по Европам". Ну а пока баронесса шикует, горожане, ставшие частью макаровской бизнес-империи, пытаются разорвать порочный круг, где им отведена нехитрая роль тех, кто платит за "банкет".

И таких мурманчан тысячи, ведь в Мурманске при участии Светланы Макаровой созданы сотни липовых ТСЖ. Действовала Макарова по накатанной схеме. Поначалу коммунальная баронесса сама становилась во главе этих псевдотовариществ, а со временем передавала бразды правления свадебным генералам - дворникам, малограмотным старушкам и даже вчерашним школьницам. Дальше - больше. Макарова начала клонировать подконтрольные ей и ее семье управляющие компании, наплодив массу компаний-двойников. Для чего коммунальной баронессе понадобились эти двойники с одинаковыми названиями, но разными идентификационными номерами налогоплательщика? Что-то подсказывает, что речь идет о новом способе выкачивания народных денег.

ВСЕ ДЕЛО В КЛОНАХ

Оговоримся сразу. Рулит баронесса сомнительными компаниями при помощи друзей и родственников. Так свое место в цепочке заняла подруга Светланы Макаровой Ольга Корнева, генеральный директор управляющей компании "Жилспецстрой Плюс". Учредителем этой конторы является сама Ольга Корнева на пару с мужем Светланы Макаровой Константином Сомовым.

Сейчас управляющих компаний "Жилспецстрой Плюс" в Мурманске две. Зачем создавать одну компанию, а затем регистрировать еще одну такую же УК, только с другими банковскими реквизитами? Кажется, в такой перетасовке запутается любой карточный шулер. Но не Сомов с Макаровой, у них все на своих местах, а схема давно отработана на компании ООО "ЖЭК".

Сегодня в Мурманске действуют три ООО "ЖЭК", два из них зарегистрированы на улице Крупской, 66, еще одно на улице Фрунзе, 21/4. Всех их объединяет общий учредитель - Людмила Павловна Корякина, тетя Светланы Макаровой. Сейчас в Арбитражном суде Мурманской области рассматривается дело о признании одного из ООО "ЖЭК" банкротом.

Кстати, в доме № 66 на улице Крупской действует ТСЖ "Окраина",

■ Кто получает выгоду от развала мурманских ТСЖ?



созданное при участии Макаровой в 2010 году, а возглавляет ТСЖ ее мама Макарова Наталья Павловна. Уже не удивляет, что в этом же доме находится и ООО "Служба транспорта и спецтехники" и ООО "ЖЭК плюс". Учредителем обеих контор является та же Людмила Корякина. Но вернемся к ООО "Жилспецстрой Плюс". В управлении у компаний с таким названием несколько десятков домов на улицах Маклакова, Мира, Старостина, Скальной в Мурманске. Часть из них - бывшие ТСЖ, разваленные порой без ведома жильцов. И разваливали их, видимо, специально для того, чтобы отдать в руки "Жилспецстрой Плюс". Будто бы кто-то где-то проголосовал за новую управляющую компанию, будто бы кто-то где-то подписался и принял решение. А по факту и собрания-то могло и не быть вовсе. Вот такие чудеса. Если раньше дома внезапно для собственников помещений вступали в ТСЖ, то теперь они также внезапно из этих ТСЖ выходят. Но главное, что и те и другие процессы, видимо, контролируют одни и те же люди.

В СУД КАК НА РАБОТУ

Задача любой управляющей компании - управлять домами, то есть содержать, ремонтировать, собирать деньги, если дома еще не перешли на прямые расчеты, и переводить ресурсоснабжающим компаниям. Но есть опасения, что задача управляющих компаний, которыми руководят родственники и друзья

Светланы Макаровой, - управлять не домами, а деньгами простых мурманчан.

УК "Жилспецстрой Плюс", которой руководит подруга коммунальной баронессы Ольга Корнева, не стала исключением. На счет компании перечислялись средства десятков ТСЖ. Дальше все деньги должны были быть перечислены на счета ресурсоснабжающих компаний, которые и обеспечивают дома теплом, водой, электроэнергией. Но, судя по картотеке дел Арбитражного суда Мурманской области, с этим у УК большие проблемы.

Так, одно из ООО "Жилспецстрой Плюс" в феврале нынешнего года подало в Арбитражный суд Мурманской области заявление о банкротстве. Недавно вынесено решение в пользу ОАО "Межрегиональная распределительная сетевая компания Северо-Запада" (поставщик электроэнергии). "Жилспецстрой плюс" должен вернуть ресурснику основной долг в размере более чем 801 тысячи рублей и неустойку в размере более пяти тысяч рублей, а также возместить судебные расходы по оплате государственной пошлины в размере более 19 тысяч рублей.

А вот еще одно дело. Его можно назвать громким и даже вопиющим! Ведь цифра, которая фигурировала в иске Мурманской ТЭЦ, - почти 12 миллионов рублей. Долг копился с ноября 2013 года по май 2014 года. То есть полгода средства жителей не перечислялись поставщику главного нашего блага - тепла. Суд

исковые требования удовлетворил полностью, включая пени за просрочку платежа. Да и как могло бы быть по-другому?! Ведь та же ТЭЦ услугу предоставила, понесла потери, закупила мазут, а деньги за тепло не получила.

На сайте арбитражного суда можно найти еще более десяти дел, по всем из них исковые требования ресурсников удовлетворены полностью. Очевидно, что компания все эти деньги аккумулировала на своих счетах. А вот понять, какой же из двойников ООО "Жилспецстрой Плюс" сколько и кому должен, простому обывателю трудно. Еще сложнее разобраться, почему управляющая компания подала в суд на ООО "Энергосервисная компания "Тепло Севера". Дело в том, что "Тепло Севера" также подконтрольно тете Светланы Макаровой Людмиле Корякиной и другу коммунальной баронессы Дмитрию Пакке. Как говорится, чем бы дитя ни тешилось, лишь бы не плакало. Но в нашем случае велики опасения, что в какие бы игры эти компании ни играли, деньги все равно остаются в коммунальной сети Макаровой.

ПРЕСТУПЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ

Героям коммунальной схемы не помешало бы поучиться у великого Федора Достоевского тому, что за преступлением следует наказание. Из достоверных источников в правоохранительных органах нам стало известно, что против Ольги Корневой заведено уголовное дело. Со

следствием она не сотрудничает, с обвинениями не соглашается, а вот ответить на вопросы, куда же ушли деньги, не может. Видимо, подруга Макаровой, наблюдая за успехами баронессы ЖКХ, думала, что все их аферы безнаказанны. А ведь и правда, очень долго правоохранительные органы упорно не смотрели в сторону управляющих компаний. Однако сегодня коммунальному беспределу приходит конец. И на федеральном, и на региональном уровне идет речь о чистке в сфере ЖКХ.

Сколько веревочке ни виться, а конец будет. Хочется верить, что мурманские следователи распутают все уголовно-коммунальные клубки нашего города. В последние годы мурманские суды все чаще выносят обвинительные приговоры в отношении нечистых на руку директоров УК. Так, одно из последних громких дел связано с бывшим директором ООО "Мурманская Городская Компания", который признан виновным в совершении мошенничества, ему назначено наказание в виде лишения свободы сроком на три года. Также бывшему руководителю управляющей компании пришлось вернуть все украденные деньги.

Ну а собственникам можно посоветовать внимательно смотреть в свои квитанции, чтобы их деньги не уплыли в руки коммунальных аферистов.

Мы же просим считать все изложенные в публикации факты официальным обращением в УВД и прокуратуру.

Светлана НЕКЛЕГА.

Даже среди тысяч людей Максима Баглая было сложно не заметить. На мурманский митинг, посвященный годовщине воссоединения Крыма с Россией, он приехал в компании друзей из Североморска. Его высокий рост позволил сотням людей увидеть плакат с говорящей фразой "Крым - это Россия!".

Максим признался, что приехал в Мурманск на митинг сказать свое слово, встать плечом к плечу с мурманчанами, с жителями со всего региона: "У меня нет родственников в Крыму, но год назад я переживал за крымчан, как за родных людей. Мысленно говорил им: держитесь, мы с вами! Мы - это Мурманск, это Североморск, это Мурманский регион, это Россия. Мы - это волевой поступок президента Путина. Для меня он после Крымской весны не просто президент, а с большой буквы Человек".

"Крым - Россия - навсегда!" - скандировали на площадке у "Кировки" тысячи голосов. Люди поздравляли друг друга с Крымской весной, с победой, с праздником. И вспоминали, как год назад с тревогой звонили отсюда же друзьям и родственникам в Крым: "Как вы там?! Держитесь до последнего, Мурманск с вами, мы своих не бросим!".

И нынешний митинг, и тот, что проходил год назад, организовало Мурманское региональное отделение Общероссийского народного фронта. Его сопредседатель и доверенное лицо Президента РФ Татьяна Кусайко напомнила, как год назад 18 марта Владимир Путин защитил жителей Крыма от агрессора, не допустив гибели его жителей от рук националистов и фашистов, которые готовились к штурму полуострова и нейтрализации всех пророссийски настроенных граждан. "Вспомните, как всех россиян тогда объединило чувство патриотизма и гордости за наше сильное государство!" - сказала она, открывая митинг. И подытожила: "Несмотря на разгневанных врагов, которые пытались через всевозможные санкции надавить на Россию, заставить ее отказаться от Крыма, наш народ все выдержал. И сегодня это наша общая большая победа!".

На Крымском полуострове эти события называют не иначе как третьей обороной Севастополя. И выдержав эту оборону помогала вся Россия. Мурманчане вспоминали, как год назад, когда решение по Крыму еще не было принято и



Крым - Россия - навсегда!

■ Мурманчане вспоминали, как помогали выдержать "третью оборону Севастополя"

многие привычно ждали "команды сверху", мэр Мурманска Алексей Веллер и Мурманский городской Совет первыми выступили с инициативой установить побратимские связи с городом-героем Севастополем и поддержать Крым материально. Горожане тогда собрали для крымчан около полутора миллионов рублей. И уже исторический троллейбус с надписями на бортах "Своих не бросаем! Мурманск и Севастополь", который месяц курсировал по дорогам столицы Заполярья, поднимая патриотический дух, многие запомнят надолго. Ведь

это был наш, общий, мурманский вклад в Крымскую весну, в крымскую победу.

Вот поэтому 18 марта тысячи людей вечером после работы, изменив свой привычный маршрут, собрались в центре Мурманска. И лозунг "Крым - Россия - навсегда!" звучал как пароль нового, еще неофициального праздника. Праздника национального единения, исторической справедливости. Праздника единства государства.

Анжелика КОВАЛЕВА.
Фото Константина БРАЙЦЕВА и Марты ЖЕГАЛИНОЙ.

СКАЗАНО!

Надежда Вуколова, директор Мурманского педагогического колледжа:

- Я преподаватель, и год назад именно в этот день мы специально проводили лекции, посвященные истории Крыма, рассказывали студентам, что значит его возвращение на родину. И вот снова на первую годовщину мы с радостью вспоминаем эту теперь уже знаменательную дату. Можно сказать, что как педагоги, так и молодое поколение мурманчан, наши ученики, замечательно отнеслись к тому, что Крым снова наш. Я, например, в Севастополь езжу почти каждый год. У меня там есть родственники, друзья, поэтому я особенно рада тому, что мы снова едины. Я знаю настроение севастопольцев: следила за событиями годичной давности, много общалась со знакомыми - и все очень счастливы возвращению на родину, тому, что снова стали частью нашей страны. Крымчане единодушно поддерживали идею возвращения домой, и этот день для них - настоящий праздник. Мои приятели с уверенностью говорят, что жизнь изменилась к лучшему. Да и мы стараемся помочь освоиться в этой новой счастливой жизни.

Антонина:

- Сегодня так много людей радуются го-

довщине присоединения Крыма к России, как и год назад, активно поддерживают произошедшие изменения. Конечно, ситуация изменилась в корне, и россияне очень рады, что Крым воссоединился со своей исторической родиной. Я, как и все, кто хорошо знаком с историей нашей большой страны и любит свое Отечество, тоже хотела, чтобы мы снова стали одной державой, были вместе. Да и абсолютное большинство крымчан было за присоединение Крыма к России. Уверена, за этот год жизнь на полуострове изменилась только в лучшую сторону, и теперь уже россияне не разочаровались в своем выборе. Кстати, у нас, северян, с Крымом особенные отношения, ведь Мурманск и Севастополь даже хотели стать городами-побратимами. И хотя я ни разу до этого не была в Крыму, этим летом есть планы поехать туда отдохнуть.

Александра:

- Решение о присоединении Крыма к России было стратегически важным для нашей страны. Конечно, весь прошлый год нам было непросто. Трудно придется и сейчас, но ради будущего благополучия стоит затянуть пояса и немного потерпеть. Множество людей в Украине потеряли все и при-

ехали в Россию. То, что сейчас происходит там, очень тяжело, особенно для мирных жителей. Война ломает людские судьбы.

Татьяна Александровна:

- Конечно, мы поддерживаем воссоединение Крыма и России, наших земляков, ведь это исконно российские территории. Наша страна 20 лет не работала в отношении признания Крыма украинской землей, как можно дольше тянула этот процесс. Естественно, мы поддерживаем и огромную диаспору мурманчан, которые в 90-е годы остались в Черноморском флоте, в рыбаках. Сейчас жизнь крымчан активно меняется к лучшему, например, Краснодарский край курирует восстановление сельского хозяйства, контролирует все процессы аграрного производства. Конечно, не все идет гладко: документооборот придет в норму только через пару лет, Росстат пока не очень доволен экономическими результатами, но мы надеемся, что все будет благополучно. У меня есть знакомые, которые уже с удовольствием переезжают в Крым на постоянное место жительства. Там все благодарят Россию за помощь, поддержку и недопущение хаоса, который есть в соседнем государстве.



Великий и могучий

■ В Мурманске готовятся к диктанту. Тотальному

Состоялось первое бесплатное занятие по русскому языку в рамках подготовки к "Тотальному диктанту". Его посетили 65 мурманчан и жителей области.

Встреча в Мурманском техническом университете на традиционный урок была не похожа, настолько дружеская и неформальная сложилась атмосфера общения между преподавателем и слушателями. Состоялось живое обсуждение сложных случаев правописания.

По словам посетителей курсов, решение принять участие в международной акции "Тотальный диктант" вызвано желанием проверить себя и привлечь внимание к проблеме снижения уровня образованности в обществе.

Принять участие в акции 18 апреля может каждый. Зарегистрироваться необходимо за полторы - две недели до ее проведения, причем это можно сделать даже под псевдонимом. Главное - проверить себя. Результаты станут известны в течение недели на сайте totaldict.ru Как и в прошлые годы, текст состоит из трех частей, первую из которых напишут Дальний Восток, Восточная Сибирь и зарубежные страны этого часового пояса, вторую часть - Урал и Западная Сибирь. Третью часть продиктуют в европейской части России и Европе, позже всех диктант пишет Америка. Кроме того, "Тотальный диктант-2015" можно будет написать в онлайн-режиме на вышеуказанном сайте.

Все желающие могут посетить бесплатные подготовительные курсы. Записаться можно по телефону 40-32-94 (с 11.00 до 19.00). Следующее занятие на курсах состоится 20 марта в 18.00 в аудитории Л2 на первом этаже главного корпуса Мурманского технического университета (вход со стороны почты).

Елена ПАВЛОВА.

КОРОТКОЙ СТРОКОЙ

УВИДЕТЬ ТЕМНОТУ

Сегодня произойдет уникальное космическое событие - солнечное затмение. В нашем регионе затмение будет максимальным по стране, лучше его будет видно только на архипелаге Шпицберген. В Мурманске 20 марта Луна закроет 87 процентов площади солнечного диска, тогда как в Москве - 58 процентов, в Санкт-Петербурге - 73 процента. Заметить это явление в Мурманске можно будет с 12 до 14 часов.

УБОРКА СНЕГА

В связи с уборкой снега в Мурманске будет запрещена стоянка транспортных средств и организовано перемещение препятствующих уборке автомобилей на некоторых дорогах. На автостоянке у магазина "Метеор" (с двух сторон) нельзя будет парковаться с 8.00 до 14.00 23 и 24 марта, в проезде вдоль домов № 60-86 на Кольском проспекте (с двух сторон) - с 8.00 до 16.00 25 и 26 марта.

УДИВЯТ В НОВОМ СЕЗОНЕ

В воскресенье, 22 марта, команда КВН "Сборная города Мурманска" сыграет первый раз в новом сезоне Высшей лиги. Участники сборной обещают поклонникам разнообразить юмор команды и удивить зрителей сюрпризами. Соперниками наших земляков в этом туре станут четыре команды: "Горизонт" (Москва), "Плохая компания" (Краснодарский край), "Приоритет ДГТУ" (Ростовна-Дону) и "Сборная Дагестана" (Махачкала). В эфире на Первом канале игра будет транслироваться несколькими неделями позже.

ОШИБКУ ИСПРАВИЛИ

Владелице однокомнатной квартиры в доме на улице Маклакова в Мурманске пришла квитанция за отопление с астрономической суммой 94,5 тысячи рублей. Дом об-

служивает ООО "Октябрьское ЖЭУ". С октября прошлого года жильцы этого дома получают платежные документы за тепловую энергию напрямую от Мурманской ТЭЦ, но расчетом и выпуском квитанций занимается МУП "МРИВЦ". Как выяснилось позже, в квитанции был неправильно указан норматив по отоплению. Жильцы уже получили новые платежные документы с верными начислениями.

ВЕЧЕР МУЗЫКИ И ПОЭЗИИ

20 марта в 16.00 в Мурманском областном театре кукол состоится литературно-музыкальный вечер "Музыка в жизни и творчестве Марины Цветаевой". Его участники - лауреаты международных конкурсов Людмила Лаврентьева (сопрано), Роман Рудометов (фортепиано) и музыковед, заслуженный работник культуры России Светлана Бобрицкая.

ДВОЙНОЙ ВЕРНИСАЖ

20 марта в 15.00 в галерее "Пространство" (ул. Октябрьская, 22) состоится открытие выставки "Древний северный форпост России. Кола - 450 лет". В экспозицию включены работы Владимира Миланова из серии "Летопись Колы" (дерево, пирография), графика Михаила Кирина, экспонаты из семейных архивов колян. В 18.00 в галерее откроется выставка живописи североморского художника Александра Макарова. Бывший военный погранвойск и Северного флота сейчас работает в Североморском музейно-выставочном комплексе. Увлекается живописью на бересте, путешествует пешком и автостопом.

ПОДМОРОЗИТ

Сегодня в Мурманске ожидается до трех градусов мороза. Ветер западный три метра в секунду. Осадки в виде снега и дождя.

ИДЕАЛЬНЫЙ РЕМОНТ

Ремонт? Просто. Качественно. Надежно. КНАУФ



Гармония и уют в доме начинаются с ремонта. Какой будет атмосфера, зависит в первую очередь от хозяина. На начальном этапе многие из нас, как правило, большое внимание уделяют дизайну и лишь потом осознают всю ответственность выбора качественных и надежных материалов для ремонта.

Современные технологии "сухого строительства" помогают изменить внешний облик пространства в кратчайшие сроки. В основе таких технологий лежит использование привычного для современного потребителя материала - гипскартонного КНАУФ-листа.

КНАУФ-лист дает поистине безграничные возможности для творчества в создании рабочего пространства и жилой среды, обеспечивая при этом максимальную функциональность и экологичность. Гипс обладает кислотностью, аналогичной кислотности человеческой кожи. Материалы на основе гипса, словно качественный увлажнитель воздуха, способны поддерживать благоприятный микроклимат в доме: поглощать избыточную влагу и выделять ее при недостатке. Они совершенно безвредны для здоровья и идеальны для использования в домах с маленькими детьми. И, конечно, этот уникальный материал отвечает повышенным требованиям по пожаробезопасности, тепло- и звукоизоляции зданий и прочностным характеристикам конструкций согласно мировым стандартам сертификации.

Легкие быстровозводимые перегородки с оптимальной звукоизоляцией, многоуровневые потолки с интегрированным освещением, криволинейные поверхности для придания неповторимой формы - вот лишь немногое из того, что возможно создать с помощью гипскартонного КНАУФ-листа.

КНАУФ-листы с успехом используются в процессе перепланировки помещения. Они идеальны в качестве материала для создания перегородок при зональной организации пространства. Отсутствие так называемых "мокрых процессов" сокращает время монтажа и избавляет окружающих от пагубного влияния избыточной влажности.

Технология монтажа гипскартонных КНАУФ-листов достаточно проста. Вы можете доверить ремонт специалистам, но можете сделать его и самостоятельно, руководствуясь рекомендациями профессионалов, которые подготовили для вас специалисты компании КНАУФ. Посмотреть обучающие видеоролики и ознакомиться с технологиями и секретами "сухого строительства" и применения материалов КНАУФ вы можете в Интернете, на канале КНАУФ СНГ на портале www.youtube.com.

Обшивка стен и потолков обычно производится на каркас из металлического профиля, качество которого является важнейшей составляющей надежности конструкций. В свою очередь, качество профиля зависит от толщины металла, из которого он произведен. Компания КНАУФ производит профили из оцинкованной стали толщиной 0,6 мм, что соответствует европейским стандартам и практически не имеет аналога на российском рынке. И как любой дом нуждается в надежном фундаменте, каркасно-обшивная конструкция нуждается в качественном профиле. На отечественном рынке строительных материалов очень часто встречается профиль низкого качества, непригодный для применения в системах "сухого строительства". Низкая цена привлекает покупателя, который либо считает, что за обшивкой проблемы будут незаметны, либо не догадывается о последствиях применения подобной продукции. А между тем из-за некачественно закрепленной обшивки и неустойчивости конструкции появляются трещины в стыках листов, а значит, и в финишной отделке. Хлипкий каркас также может ухудшать звукоизоляционные характеристики. В последнее время участились случаи обрушения подвесных потолков с каркасами из подобных профилей низкого качества.

КНАУФ-профили обеспечивают прочность удержания шурупов в профиле - это очень важный параметр, обеспечивающий надежное крепление обшивки к каркасу. Так, при усилии до 45 кг шуруп должен удерживаться в профиле. Профиль толщиной 0,6 мм обеспечивает это условие с запасом. Специальная уникальная геометрия гарантирует дополнительную жесткость каждого из профилей КНАУФ.

КНАУФ-лист и КНАУФ-профиль - надежная основа вашего дома. Это универсальный инструмент для создания индивидуального дизайна помещения. Система устойчива к внешним воздействиям, обеспечивает требуемый уровень звукоизоляции, безопасна для здоровья и удивительно практична.

История компании КНАУФ насчитывает уже более 80 лет. Строительные и отделочные материалы КНАУФ многие десятилетия успешно используются практически по всему миру и успели зарекомендовать себя как надежные и качественные материалы для ремонта. Стандарты качества являются едиными как для предприятий КНАУФ в Германии, так и для стран СНГ.

Чтобы не подвергать риску себя и своих близких, чтобы не было жаль потраченных сил и средств, мы рекомендуем вам выбирать только те материалы, в качестве которых вы уверены.





Официальный дилер КНАУФ в Мурманской области:
ЗАО "Компания СЕЙД",
г. Мурманск, ул. Транспортная, 8.
Тел. +7 (8152) 55-01-55, www.seyd.ru

Северо-Западная сбытовая дирекция - филиал
ООО "КНАУФ ГИПС" (Санкт-Петербург),
www.knauf.ru

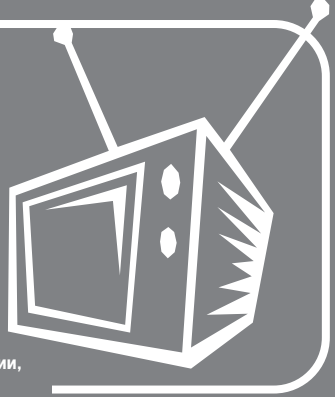


ТЕЛЕВИЗИОННЫЙ ГИД

По не зависящим от редакции причинам возможны изменения в программах телеканалов.

с 23 по 29 марта

В связи с вступлением в силу Федерального закона "О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию" с 01.09.2012 г. (0.00) все программы телеканалов будут промаркированы согласно зрительским аудиториям. Программы, которые не промаркированы, предназначены для любой аудитории (0+).



Берегись автомобиля

Эта удивительная история вполне может считаться фантастической. Скромный и застенчивый страховой агент, актер самодеятельного театра Юрий Деточкин оказывается непримиримым борцом за справедливость. Правда, для правосудия, представляемого актером того же театра, а в миру - следователем Подберезовиковым, этот Робин Гуд представляется опасным, хитроумным, изобретательным и неуловимым преступником...



http://ussr-artlars.ru

Суббота (28 марта) в 13.10 на Первом канале.



http://csi.su/kriminal/

1 КАНАЛ

Год выхода: 1966.

Выпущено: СССР.

Жанр: комедия.

Режиссер: Эльдар Рязанов.

В ролях: Иннокентий Смоктуновский, Олег Ефремов, Любовь Добржанская, Анатолий Папанов, Ольга Аросева, Андрей Миронов, Георгий Жженев, Евгений Евстигнеев, Донатас Банионис, Любовь Соколова.

ВЕЧЕРНИЙ МУРМАНСК

Телефоны службы подписки и распространения:

47-65-67,
45-45-27.

BM_099_s

С нами город как на ладони

ПОДПИСКА

ВЕЧЕРНИЙ МУРМАНСК

на II полугодие 2015 года

Наименование, индекс	Льготная подписка (со 2.03 по 30.04) на II полугодие 2015 г. с получением газеты в редакции (руб.)	Льготная подписка (со 2.03 по 30.04) на II полугодие 2015 г. с доставкой в почтовый ящик (руб.)	Подписка (со 2.03 по 25.06) на II полугодие 2015 г. с получением газеты в редакции (руб.)	Подписка (со 2.03 по 25.06) на II полугодие 2015 г. с доставкой в почтовый ящик (руб.)	Подписка для предприятий и организаций на II полугодие 2015 г. (руб.)
Ежедневный выпуск газеты, индекс 52844	480	540	570	690	2700
Пятничный выпуск газеты (с ТВ-программой), индекс 31496	420	450	510	570	1320

☒ ПОДПИСКУ МОЖНО ОФОРМИТЬ: в редакции газеты, Кольский просп., 9 (пн. - пт. с 9.00 до 17.00, перерыв с 13.00 до 14.00, сб. с 9.00 до 16.00 без перерыва), воскр. - выходной. Тел. 45-45-27.

☒ В ВЫЕЗДНЫХ ПУНКТАХ РЕДАКЦИИ:

- фойе администрации Ленинского округа, просп. Героев-североморцев, 33;
- фойе администрации Октябрьского округа, ул. Комсомольская, 10;
- фойе администрации Первомайского округа, Кольский просп., 129/1.

Время работы: пн. - пт. с 10.00 до 17.00, выходные - субб., воскр.

РЕКЛАМА

Подписка, плакат 2015_5с

ВЕЧЕРНИЙ МУРМАНСК

Телефоны отдела рекламы:

25-47-11,
23-70-17.

BM_098_чб

1

1 КАНАЛ

5.00 Доброе утро.
9.00, 12.00, 15.00, 3.00 Новости.
9.15, 4.05 Контрольная закупка.
9.45 Жить здорово! (12+).
10.55, 3.05 Модный приговор.
12.20 Сегодня вечером (16+).
14.25, 15.15, 1.15 Время покажет (16+).
16.00 Мужское/Женское (16+).
17.00, 2.05 Наедине со всеми (16+).
18.00 Вечерние новости.
18.45 Давай поженимся! (16+).
19.50 Пусть говорят (16+).
21.00 Время.
21.30 Т/с "ОРЛОВА И АЛЕКСАНДРОВ" (16+).
23.25 Вечерний Ургант (16+).
0.00 Познер (16+).
1.00 Ночные новости.

РОССИЯ

1

5.00 Утро России.
ГТРК "МУРМАН"
6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35, 11.30, 14.30, 17.10, 17.30, 20.00 Вести. Мурман.

9.00, 2.50 Док. фильм "Последний романтик контрразведки" (12+).
9.55 О самом главном.
11.00, 14.00, 17.00, 17.30, 20.00 Вести.
11.55 Т/с "ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ" (12+).
12.55 Особый случай (12+).
14.50, 4.45 Вести. Дежурная часть.
15.00 Т/с "ПОСЛЕДНИЙ ЯНЫЧАР" (12+).
16.00 Т/с "Я БОЛЬШЕ НЕ БОЮСЬ" (12+).
18.15 Прямой эфир (12+).
20.50 Спокойной ночи, малыши!
21.00 Т/с "РОДИНА" (16+).
21.55 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+).
22.50 Док. фильм "Севастополь. Русская Троя" (12+).
23.55 Антология антитеррора (16+).
1.30 Х/ф "ПРОТИВОСТОЯНИЕ. 4-я серия.
3.50 Комната смеха.

НТВ

НТВ

6.00 НТВ утром.
8.10 Дело врачей (16+).
9.00, 10.20 Т/с "ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА" (16+).
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сего-дня.
12.00 Суд присяжных (16+).
13.20 Суд присяжных. Оконча-тельный вердикт (16+).
14.30 Обзор. Чрезвычайное про-исшествие.
15.00 Прокурорская проверка (16+).
16.20 Все будет хорошо! (16+).
17.20 Т/с "УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ" (16+).
19.40 Говорим и показываем (16+).
20.40 Т/с "ЛЕНИНГРАД 46" (16+).
22.40 Анатомия дня.
23.30 Т/с "МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ" (16+).
1.35 Док. сериал "Настоящий итальянец: Настоящий Берлус-кони" (0+).
2.35 Дикий мир (0+).
3.10 Т/с "ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ВТОРАЯ" (16+).
5.05 Т/с "ППС" (16+).

РОССИЯ

К

7.00 Евроньюс.
10.00, 15.00, 19.00, 23.30 Ново-сти культуры.
10.15 Наблюдатель.
11.15 Т/с "РАССЛЕДОВАНИЯ КОМИССАРА МЕГРЭ".
12.10 Линия жизни: "Марина Зу-дина".
13.10 Док. фильм "Ядерная лю-бовь".
14.05, 1.40 Т/с "ПЕТЕРБУРГ-СКИЕ ТАЙНЫ".
15.10 Док. сериал "От 0 до 80".
16.00 Х/ф "ЧЕЛОВЕК, КОТО-РОГО Я ЛЮБЛЮ".
17.30 Шедевры эпохи романтизма.
А. Дворжак. Симфония № 8. Дири-жер - Пааво Ярви.

18.15 Острова: "К 110-летию со дня рождения Григория Козин-цева".
19.15 Главная роль.
19.30 Сати. Нескучная классика...
20.10 Спокойной ночи, малыши!
20.25 Док. фильм "Марина Не-елова. Это было. Это есть... Фаина Раневская".
20.50 Тем временем с Алексан-дром Архангельским.
21.35 Правила жизни.
22.00 Док. фильм "Роботы среди нас".
23.00 Док. сериал "Немухинские монологи".
23.50 Док. фильм "Дель и его пре-дел".
1.00 Кинескоп с Петром Шепотин-ником: "Французское кино".
2.35 Док. фильм "Аксум".

СТС - ТВ-21

21

7.00, 9.15, 13.45, 0.15 Телегазета "ТВ-21" (12+).
7.15 Наше утро на ТВ-21 (12+).
8.45 Здравствуйте, Юрий Аркадь-евич! (12+).
9.30, 18.00 Т/с "ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА" (12+).
10.30, 17.00 Галилео (16+).
11.30 Х/ф "ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ" (0+).
В ролях: Роберт Де Ниро, Бен Стиллер, Тери Поло. Грег отпра-вляется за город, чтобы познако-миться с родителями своей девушки Пэм и торжественно просить руки возлюбленной. Несчастный в самом страшном сне не предполагал, какие его ждут испытания. Дело в том, что отец Пэм Джордж - отставной со-трудник ЦРУ, который устраивает приятелям дочери свою особую и жесткую проверку.
14.00, 18.00 Ералаш (0+).
15.30 Шоу "Уральских пельменей" (16+).
18.30 Х/ф "ЭТО ЛЮБОВЬ" (16+).

В ролях: Инна Приходько, Кон-стантин Войтенко, Ольга Голдыс. Настя и Андрей недавно съехались, налаживают совместный быт и начи-нают понимать, что для крепких от-ношений нужна не только любовь и романтика, но и терпение... много терпения! Аня и Паша уже давно про-шли этот этап – они успели обяза-ваться общей фамилией и ребенком, но только не собственным жильем. Счастье молодой семьи омрачает отец Ани, который так и не смог сми-риться с выбором дочери. Со своим выбором также не могут опреде-литься друзья Оля и Дима, которые, проснувшись однажды в одной по-стели, не понимают, что их связы-вает - любовь или дружба?

20.00 Т/с "КОРАБЛЬ" (16+).
21.00 Х/ф "ПИРАТЫ КАРИБ-СКОГО МОРЯ. ПРОКЛЯТИЕ "ЧЕРНОЙ ЖЕМЧУЖИНЫ" (12+).
В ролях: Джонни Депп, Джеффри Раш, Орlando Блум. Выведав тайну местонахождения проклятого золота ацтеков, Барбосса, старший помощ-ник капитана Джека Воробья, устраи-вает бунт и захватывает корабль Джека "Черную жемчужину". Прохо-дят годы, и капитану Воробью уда-ется настичь своего врага на терри-тории одной из британских колоний в Карибском море, где Барбосса устраивает похищение губернатор-ской дочери Элизабет. Заполучив самое быстроедное парусное судно в этих водах, капитан Джек Воробей и УиллТернер, друг детства прекрас-ной Элизабет, отправляются в по-гоню.

23.35, 1.30 6 кадров (16+).
0.30 Кино в деталях (16+).
1.45 Животный смех (0+).

БЛИЦ

7.00, 8.00, 14.00 Телерынок (16+).
7.30, 19.30 Новости (16+).
8.30 Music Box (16+).
9.00 Дом-2. Lite (16+).
10.00 Битва экстрасенсов (16+).
11.30 Х/ф "Я - ЛЕГЕНДА" (16+).
В ролях: Уилл Смит, Алиси Брага, Чарли Тахэн. Очередной апокалип-сис обратил человечество в оружие нетопырей, и лопоухий Боб остался совсем один. Но горевать ему неко-гда: Боб - ученый, поэтому в проме-жутках между отстрелом соотече-ственников и беседами с собачкой он химичит над сывороткой от напа-сти. Вот такая легенда.

13.30 Т/с "УНИВЕР" (16+).
14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 20.00 Т/с "УНИ-ВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА" (16+).
19.55 Тайм-аут (16+).
20.30 Т/с "ФИЗРУК" (16+).
21.00 Комеди Клуб в Юрмале (16+).
22.00 Т/с "ЗАКОН КАМЕННЫХ ДЖУНГЛЕЙ" (16+).

23.00 Дом-2. Город любви (16+).
0.00 Дом-2. После заката (16+).
1.00 Х/ф "АНАЛИЗИРУЙ ЭТО" (16+).
В ролях: Роберт Де Ниро, Билли Кристал, Лиза Кудроу. Крутой ма-фиозо Пол Витти вдруг расклеился, как девчонка. Без помощи мозго-права тут не обойтись, только где та-кого взять? Разве что какой-нибудь криворукый доктор Собель случайно врежется в машину Витти.
3.00, 3.55, 4.45, 5.35 Т/с "БЕЗ СЛЕДА-4" (16+).
6.30 Женская лига: парни, деньги и любовь (16+).

Ц

ТВЦ

6.00 Настроение.
8.15 Х/ф "ВОЗВРАЩЕНИЕ РЕ-ЗИДЕНТА" (12+).

В ролях: Леонид Ярмольник, Лю-бовь Соколова, Евгений Киндинов. Продолжение рассказа об операции советской контрразведки, начатого в фильмах "Ошибка резидента" и "Судьба резидента". Благодаря дей-ствиям Михаила Тульева удастся предотвратить диверсионную акцию западных спецслужб и арестовать нацистского преступника.

10.55 Доктор И... (16+).
11.30, 14.30, 17.30, 22.00, 0.00 События.
11.50 Постскриптум с Алексеем Пушковым (16+).
12.50 В центре событий с Анной Прохоровой (16+).
13.55 Линия защиты (16+).
14.50, 19.30 Город новостей.
15.10 Городское собрание (12+).
15.55, 17.50 Т/с "ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ" (12+).
18.20 Право голоса (16+).
19.50 Т/с "МЕЖДУ ДВУХ ОГНЕЙ" (12+).
21.45, 1.25 Петровка, 38 (16+).
22.30 Специальный репортаж: "Украина. Экономика в долг" (16+).
23.05 Без обмана: "Народные ма-газины" (16+).
0.35 Док. фильм "Дин Рид. Тайна жизни и смерти" (12+).
1.45 Х/ф "ПЕРВОЕ ПРАВИЛО КОРОЛЕВЫ" (12+).

В ролях: Юлия Высоцкая, Сергей Власов, Александр Галибин. Инна Се-ливерстова - руководитель информа-ционного управления Белоярского края, женщина, столь же успешная в карьере, сколь невезучая в личной жизни. Недавно она рассталась с мужем и, чувствуя себя несчастной и одинокой, решила отдохнуть. В са-натории она знакомится с бизнесме-ном Александром Петровичем Ястре-бовым, владельцем одного из круп-ных сибирских заводов. Случайная встреча переходит в любовь.

5.45 Тайны нашего кино: "Место встречи изменить нельзя" (12+).

5

5 КАНАЛ

6.00, 10.00, 12.00, 15.30, 18.30, 22.00 Сейчас.
6.10 Утро на "5" (6+).
9.30 Место происшествия.
10.30, 2.55 Х/ф "ШЕЛ ЧЕТВЕР-ТЫЙ ГОД ВОЙНЫ" (12+).
В ролях: Людмила Савельева, Ни-колай Олялин, Александр Збруев. Для выяснения целей фашистов в глухой лес, занятый захватчиками, направляется группа советских раз-ведчиков, которую возглавляет ка-питан Надежда Мороз.
12.30, 13.25, 14.20, 15.15, 16.00, 16.40, 17.35 Т/с "БЕЛЫЕ ВОЛКИ-2" (16+).
19.00, 19.40 Т/с "ДЕТЕКТИВЫ" (16+).
20.20, 21.10 Т/с "СЛЕД" (16+).
22.25 Т/с "ТАКАЯ РАБОТА" (16+).
23.15 Момент истины (16+).
0.10 Место происшествия. О глав-ном (16+).
1.10 День ангела (0+).
1.35 Х/ф "ВИЙ" (12+).
В ролях: Леонид Куравлев, На-талья Варлей, Алексей Глазырин. По-весть, рассказывающая о бурсаке Хоме Бруте, ведьме-панночке, встаю-щей из гроба, и повелителе нечистой силы Вие.
4.15 Х/ф "ДОВОЙ" (16+).

РОССИЯ

2

6.30 Панорама дня. Live.
8.30, 22.05 Т/с "КРАСНАЯ ПЛОЩАДЬ" (16+).
10.10 Эволюция.
11.45 Большой футбол.
12.05 Х/ф "ОХОТНИКИ ЗА КА-РАВАНАМИ" (16+).
В ролях: Алексей Серебряков, Всеволод Хованский-Померанцев, Борис Галкин. Афганистан, 1986 год. Появившиеся у моджахедов пере-

носные зенитные комплексы "Стин-гер" грозят положить конец безраз-дельному господству в воздухе со-ветской авиации.

15.50, 1.45 24 кадра (16+).
16.20, 2.20 Трон.
16.50 На пределе: "Водометы" (16+).
17.25, 19.20 Т/с "ПОЗЫВНОЙ "СТАЯ" (16+).
21.15 Создать "Группу "А": "Пуля для именинника" (16+).
23.50 Большой спорт.
0.10 Эволюция (16+).
2.50 Наука на колесах.
3.20 Максимальное приближение: "Македония".
3.55 Т/с "ПЫЛЬНАЯ РАБОТА" (16+).

РЕН

РЕН-ТВ

5.00, 16.00, 17.00, 4.00 Не зри мне! (16+).
6.00, 18.00 Верное средство (16+).
7.00 Следаки (16+).
7.30, 13.00 Званый ужин (16+).
8.30, 12.30, 19.30, 23.00 Новости (16+).
9.00 Военная тайна (16+).
11.00 Документальный проект: "Обитель разума" (16+).
12.00, 19.00 Информационная программа 112 (16+).
14.00, 0.00 Москва. День и ночь (16+).
15.00, 3.00 Семейные драмы (16+).
20.00, 1.00 Х/ф "ЛАРГО ВИНЧ: НАЧАЛО" (16+).

В ролях: Томер Сислей, Кристин Скотт Томас, Предраг Маноилович. Ларго Винч - сирота, усыновленный миллиардером, его приемный отец погибает при загадочных обстоя-тельствах. В 26 лет Ларго наследует огромную корпорацию и миллиард-ное состояние. Теперь он - владелец заводов, газет, пароходов. Но боль-шие деньги - большие проблемы. Ларго Винч попадает в первые списки Форбс, и в черные списки конкурентов, на него точат зуб ком-паныоны и даже самые верные друзья готовы предать. Ларго Винч принимает бой. Краसेвец, бунтарь, воин-одиночка, он готов пройти огонь, воду и медные трубы, чтобы противостоять заговору и восстано-вить справедливость.

22.00 Т/с "ГРАНИЦА ВРЕ-МЕНИ" (16+).
23.30 Смотреть всем! (16+).

Disney Channel

ДИСНЕЙ

5.00, 5.45, 6.15, 7.10, 7.45, 14.20, 14.40, 15.05, 18.15, 18.40, 19.05, 21.00 М/ф (6+).
5.20, 7.30, 12.00, 16.25, 16.50, 17.20, 17.45, 3.05, 3.20, 3.45 М/ф (12+).
6.40 Мама на 5+.
8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 15.30, 15.55 М/ф (0+).
11.00 Это мой ребенок?
12.25 Анимационный фильм "Земля до начала времен-10: Великое пе-реселение" (0+).
19.30 Анимационный фильм "Мумия: В поисках потерянных свитков" (6+).
21.30 Т/с "ВИОЛЕТТА" (6+).
22.25 Правила стиля (6+).
22.40, 23.05, 2.15, 2.40 Т/с "СОСЕДИ" (16+).
23.35, 0.30 Т/с "МЕРЛИН" (16+).
1.20 Т/с "ЗЕНА - КОРОЛЕВА ВОИНОВ" (16+).
4.10 Музыка на канале "Disney" (6+).

перец

ДТВ

6.00, 8.30 Улетное видео (16+).
7.30 Не будь овощем! (16+).
8.00, 22.00 Т/с "СВЕТОФОР" (16+).
9.00, 18.30, 19.30 Дорожные войны (16+).
9.30 Т/с "ЗНАХАРЬ-2" (16+).
11.30 Х/ф "ТЕРМИНАТОР-2. СУДНЫЙ ДЕНЬ" (16+).

В ролях: Арнольд Шварценеггер, Линда Хэмилтон, Роберт Патрик. Прошло более десяти лет с тех пор, как киборг-терминатор из 2029 года пытался уничтожить Сару Коннор - женщину, чей будущий сын выиграет войну человечества против машин. Теперь у Сары родился сын Джон, и время, когда он поведет за собой вы-живших людей на борьбу с маши-нами, неумолимо приближается. Именно в этот момент из постапока-липтического будущего прибывает новый терминатор - практически не-уязвимый и способный принимать

любое обличье. Цель нового терми-натора уже не Сара, а уничтожение молодого Джона Коннора. Однако шансы Джона на спасение суще-ственно повышаются, когда на по-мощь приходит перепрограммиро-ванный сопротивлением терминатор предыдущего поколения. Оба ки-борга вступают в смертельный бой, от исхода которого зависит судьба человечества.

14.00 Среда обитания: "Не все коту масленица" (16+).
15.00 Среда обитания: "Что мы едим?" (16+).
16.10 Т/с "УБОЙНАЯ СИЛА" (16+).
20.00 Т/с "КРУТОЙ УОКЕР" (16+).
21.00 +100500 (16+).
23.30 +100500 (18+).
0.30 Стыдно, когда видно! (18+).
1.30 Х/ф "ХОЛОДНОЕ СОЛНЦЕ" (16+).

В ролях: Татьяна Яковенко, Тарас Бибич, Сергей Гармаш. Они не видят жизнь без авантюр. Их кредо - ра-бота в команде. Их оружие - обаяние и талант к импровизации. Их жизнь - череда рискованных афер, захваты-вающих погонь и экстремальных трю-ков. Банда удачливых аферистов живет на шикарной вилле и занима-ется честным отъемом денег у оли-гархов. Все идет по плану, пока в банде не возникает раскол: женская половина группировки начинает свою рискованную игру за сердце главаря.

3.50 Вне закона: "Змей подколод-ный" (16+).
4.20 Вне закона: "Стокгольмский синдром" (16+).
4.50 Вне закона: "Бонни и Клайд" (16+).
5.20 Вне закона: "Призрак" (16+).
5.50 М/ф (0+).

ДОМАШНИЙ

6.30, 6.00 Жить вкусно с Джейми Оливером (16+).
7.30 Секреты и советы (16+).
8.00 По делам несовершеннолет-них (16+).
9.50 Давай разведемся! (16+).
10.50 Понять. Простить (16+).
12.00 Курортный роман (16+).
13.00, 4.20 Ты нам подходишь (16+).
14.00 Нет запретных тем (16+).
15.00 Т/с "НЕ ССОРЬТЕСЬ, ДЕ-ВОЧКИ!" (12+).
17.55, 18.55, 0.00, 5.50 6 кадров (16+).
18.00 Т/с "ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО" (16+).
19.00 Т/с "ДВЕ СУДЬБЫ-2" (12+).
21.00 Т/с "УСЛОВИЯ КОНТ-РАКТА" (16+).
23.00 Рублево-Бирюлево (16+).
0.30 Х/ф "ТРОПИНКА ВДОЛЬ РЕКИ" (12+).
2.25 Х/ф "ЧЕЛОВЕК-АМФИ-БИЯ" (0+).
5.20 Домашняя кухня (16+).

ТВ 3

ТВ-3

6.00 М/ф (0+).
9.30 Док. сериал "Вокруг света. Места силы" (16+).
10.30, 11.30, 12.30 Док. сериал "Знахарки" (12+).
13.30 Док. сериал "Городские ле-генды: Ваганьково" (12+).
14.00, 14.30 Док. сериал "Охот-ники за привидениями" (16+).
15.00 Мистические истории (16+).
16.00, 16.30 Док. сериал "Га-далка" (12+).
17.00, 17.30 Док. сериал "Слепая" (12+).
18.00, 1.00 X-Версии. Другие но-вости (12+).
18.30 Т/с "ПЯТАЯ СТРАЖА" (16+).
19.30, 20.20 Т/с "ПОМНИТЬ ВСЕ" (16+).
21.15, 22.05 Т/с "МЕНТАЛИСТ" (12+).
23.00 Х/ф "НАД ЗАКОНОМ" (16+).

В ролях: Стивен Сигал, Пэм Гра-йер, Шэрон Стоун. Чикагский поли-цейский Нико Таскани наткнулся на крупное дело, настолько крупное, что его отстраняют от службы, а за-держанных по делу отпускают. Нико напал на след бывших сотрудников ЦРУ, которые перевозят наркотики и даже готовят политическое убий-ство. Они считают, что стоят над за-коном. Но его закон выше.

1.30 Х/ф "АКУЛЫ-2" (16+).
В ролях: Дэниел Кеог, Торстен Кэйн и Никита Эйджер. Владелец кейптаунского аквариума Фран-сиско, узнав о том, что в заливе есть большая белая акула, поручает уче-ному Нику Харрису, работающему на него, поймать акулу для своего аква-риума в качестве гвоздя программы.

Ник замечает аномалии в развитии этой громадины.

3.30 Х/ф "ПОЧТАЛЫОН ВСЕГДА ЗВОНИТ ДВАЖДЫ" (16+).

В ролях: Джек Николсон, Джес-сика Ленг, Анжелика Хьюстон. Аме-рика времен Великой депрессии. Не нашедший своего места в этом мире бродяга нанимается работником на бензоколонку. Молодая жена пожи-лого хозяина, изнывающая от скуки, влюбляется в бродягу. В конце кон-цов они решают избавиться от пре-старелого супруга.

★

ЗВЕЗДА

6.00 Док. сериал "Москва фронту" (12+).
6.25 Док. фильм "Арктика. Мы вер-нулись" (12+).
7.20, 9.15 Х/ф "ВРАЧА ВЫЗЫ-ВАЛИ?" (16+).

В ролях: Анатолий Кот, Михаил Ро-зовов, Игорь Николаев. В городе про-исходит серия квартирных краж. Пре-ступники переодеваются в бригаду скорой помощи и передвигаются на автомобиле "Скорой". Все нити след-ствия ведут к врачу бригады скорой помощи одной из частных клиник док-тору Иванову. Иванов человек резкий и некоммуникабельный, но причастен ли он к преступлениям?

9.00, 13.00, 18.00, 23.00 Новости дня.
9.25 Х/ф "НЕ БОЙСЯ, Я С ТОБОЙ" (12+).
12.40, 13.15 Х/ф "ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ" (16+).

17.10 Док. сериал "Отечественное стрелковое оружие: Стрелковое оружие Первой мировой" (6+).

18.30 Док. сериал "Прекрасный полк: "Лилия" (12+).

19.15 Х/ф "ВЕРЬТЕ МНЕ, ЛЮДИ!" (12+).
21.25 Х/ф "АЛМАЗЫ ДЛЯ МАРИИ" (12+).

23.20 Док. сериал "Легенды совет-ского сыска" (16+).
0.55 Военная приемка (6+).
1.45 Х/ф "РИСК - БЛАГОРОД-НОЕ ДЕЛО" (6+).
3.20 Х/ф "МИО, МОЙ МИО" (0+).
5.20 Х/ф "ГДЕ ЭТО ВИДАНО, ГДЕ ЭТО СЛЫХАНО" (0+).

АЛЮЗИОН

0.00 Х/ф "ИНСАЙТ" (12+).
1.25 Х/ф "МОСКВА НЕ МОСКВА" (16+).
2.55 Х/ф "УБИЙСТВО ДЕПУ-ТАТА" (16+).
4.35, 5.20 Т/с "УЖИН В ЧЕ-ТЫРЕ РУКИ" (16+).
6.05 Х/ф "ВОЗМЕЗДИЕ" (16+).
7.50, 20.00 Т/с "СКЛИФОВС-КИЙ" (16+).
8.35 Х/ф "ЖЕНЩИНА ДНЯ" (12+).
10.00 Х/ф "КРАЙ" (16+).
12.00 Х/ф "ПОТАПОВ, К ДОСКЕ!" (6+).
13.45 Х/ф "СВОБОДНОЕ ПЛА-ВАНИЕ" (12+).
15.25 Х/ф "Я ВАМ БОЛЬШЕ НЕ ВЕРЮ" (16+).
16.55 Х/ф "ВПЕРВЫЕ ЗАМУ-ЖЕМ" (6+).
18.30 Х/ф "БЕЛЫЙ ХОЛСТ" (16+).
20.50 Х/ф "ПРЕДСКАЗАНИЕ" (12+).
22.45 Х/ф "ХРАНИТЕЛИ СЕТИ" (16+).

А

АРКТИК-ТВ

7.00, 15.00, 21.00 Четвертая власть (12+).
7.30, 19.00, 22.00, 3.00 Проще го-воря (12+).
8.00, 16.00 Беседы о медицине (12+).
8.30 Столица (12+).
9.30, 1.00 Открытая студия + биз-нес (12+).
10.00 Док. цикл "Алхимия любви" (16+).
11.00 Со всего света (12+).
12.00 Столица (12+).
11.30, 18.00, 5.00 Точка зрения (12+).
13.00, 17.15, 0.00, 2.00, 4.00, 6.00 Associated Press (16+).
13.30, 14.30, 15.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30, 0.30, 1.30, 2.30, 3.30, 4.30, 5.30, 6.30 Новости.
14.00 Умка (12+).
16.30 Т/с "СКЛИФОВСОВСКИЙ" (16+).
20.00 Умка (12+).
23.00 Со всего света (12+).

1

1 КАНАЛ

5.00 Доброе утро.
9.00, 12.00, 15.00, 3.00 Новости.
9.15, 4.15 Контрольная закупка.
9.45 Жить здорово! (12+).
10.55, 3.15 Модный приговор.
12.20, 21.35 Т/с "ОРЛОВА И АЛЕКСАНДРОВ" (16+).
14.25, 15.15, 2.20, 3.05 Время покажет (16+).
16.00 Мужское/Женское (16+).
17.00, 1.25 Наедине со всеми (16+).
18.00 Вечерние новости.
18.45 Давай поженимся! (16+).
19.50 Пусть говорят (16+).
21.00 Время.
23.35 Вечерний Ургант (16+).
0.10 Ночные новости.
0.25 Структура момента (16+).

РОССИЯ 1

5.00 Утро России.

ГТРК "МУРМАН"

6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35, 11.30, 14.30, 17.10, 19.40 Вести. Мурман.

9.00, 3.15 Док. фильм "Заговор против женщин" (12+).
9.55 О самом главном.
11.00, 14.00, 17.00, 17.30, 20.00 Вести.
11.55 Т/с "ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ" (12+).
12.55 Особый случай (12+).
14.50 Вести. Дежурная часть.
15.00 Т/с "ПОСЛЕДНИЙ ЯНЫ-ЧАР" (12+).
16.00 Т/с "Я БОЛЬШЕ НЕ БОЮСЬ" (12+).
18.15 Прямой эфир (12+).
20.50 Спокойной ночи, малыши!
21.00 Т/с "РОДИНА" (16+).
22.50 Док. фильм "Зерна и плевелы" (16+).
0.15 Антология антитеррора (16+).
1.55 Х/ф "ПРОТИВОСТОЯНИЕ". 5-я серия.
4.10 Комната смеха.

НТВ

6.00 НТВ утром.
8.10 Дело врачей (16+).
9.00, 10.20 Т/с "ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА" (16+).
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сериал.
12.00 Суд присяжных (16+).
13.20 Суд присяжных. Окончательный вердикт (16+).
14.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
15.00 Прокурорская проверка (16+).
16.20 Все будет хорошо! (16+).
17.20 Т/с "УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ" (16+).
19.40 Говорим и показываем (16+).
20.40 Т/с "ЛЕНИНГРАД 46" (16+).
22.40 Анатомия дня.
23.30 Т/с "МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ" (16+).
1.30 Главная дорога (16+).
2.05 Дело темное. Исторический детектив (16+).
3.05 Т/с "ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ВТОРАЯ" (16+).
5.00 Т/с "ППС" (16+).

РОССИЯ К

6.30 Евроньюс.
10.00, 15.00, 19.00, 23.30 Новости культуры.
10.15 Наблюдатель.
11.15 Т/с "РАССЛЕДОВАНИЯ КОМИССАРА МЕТГРЭ".
12.15 Эрмитаж - 250.
12.40, 21.35 Правила жизни.
13.05 Док. фильм "Роботы среди нас".
14.05, 1.55 Т/с "ПЕТЕРБУРГСКИЕ ТАЙНЫ".
15.10 Док. сериал "От 0 до 80".
16.05 Сати. Нескучная классика...
16.45 Док. фильм "Ярослав Смеляков. Магистрали жизни".
17.25 Док. фильм "Аксум".
17.40 Шедевры эпохи романтизма. Р. Шуман. Симфония № 1 "Весенняя". Дирижер - Юрий Симонов.
18.15 Кинескоп с Петром Шепотинником: "Французское кино".
19.15 Главная роль.
19.30 Искусственный отбор.

20.10 Спокойной ночи, малыши!
20.25 Док. фильм "Марина Нелова. Это было. Это есть... Фаина Раневская".
20.50 Игра в бисер с Игорем Волгиным: "А. С. Пушкин. "Капитанская дочка".
22.00 Док. фильм "Правда о вкусе".
22.50 Док. фильм "Дэвид Ливингстон".
23.00 Док. сериал "Немухинские монологи".
23.50 Док. фильм "Оптическая ось".
1.30 Концерт "Жорди Саваль. Мечты и сожаления".
2.50 Док. фильм "Уильям Гершель".

СТС - ТВ-21 21

7.00, 9.15, 13.45, 0.15 Телегазета "ТВ-21" (12+).
7.15 Наше утро на ТВ-21 (12+).
8.45, 19.30, 0.00 Новости ТВ-21 (16+).
9.30, 14.00, 18.00 Ералаш (0+).
10.30, 17.00 Галилео (16+).
11.30 Х/ф "АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ" (0+).
В ролях: Роберто Бенини, Жерар Депардьё, Летиция Каста. В 50-м году до нашей эры римский император Юлий Цезарь покорил Галлию. Только жители одной маленькой деревеньки отказались платить дань захватчикам. У них есть волшебный напиток, с помощью которого неразлучные друзья Астерикс и Обеликс становятся супергероями, способными вдвоем сразиться со всей Римской империей.
15.00, 20.00 Т/с "КОРАБЛЬ" (16+).
16.00, 18.30 Т/с "ЭТО ЛЮБОВЬ" (16+).
21.00 Х/ф "ПИРАТЫ КАРИБСКОГО МОРЯ. СУНДУК МЕРТВЕЦА" (12+).
В ролях: Джонни Депп, Джеффри Раш, Орlando Блум. Злоключения пирата по прозвищу Джек Воробей связаны с кровным долгом легендарному капитану "Летучего голландца" Дэйви Джонсу. Если долг не вернуть вовремя, Джек Воробей будет навечно проклят и станет после смерти вечным слугой Джонса. И, нарушив свадобные планы УиллаТернера и Элизабет Суонн, он втягивает их в эту опасную и загадочную историю.

23.50 6 кадров (16+).
0.20 Т/с "ЛУНА" (16+).
1.30 Х/ф "АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ" (0+).

БЛИЦ

7.00, 8.00, 19.30 Новости (16+).
7.25, 8.25 Тайм-аут (16+).
7.30, 8.30, 14.00 Телерынок (16+).
9.00 Дом-2. Lite (16+).
10.30 Битва экстрасенсов (16+).
12.00, 12.30, 13.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00 Т/с "ИНТЕРНЫ" (16+).
13.30 Т/с "УНИВЕР" (16+).
20.00 Т/с "УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА" (16+).
20.30 Т/с "ФИЗРУК" (16+).
21.00 Комедия Клуб в Юрмале (16+).
22.00 Т/с "ЗАКОН КАМЕННЫХ ДЖУНГЛЕЙ" (16+).
23.00 Дом-2. Город любви (16+).
0.00 Дом-2. После заката (16+).
1.00 Х/ф "АНАЛИЗИРУЙ ТО" (16+).
В ролях: Роберт Де Ниро, Билли Кристал, Лиза Кудроу. Отмотав срок, Пол Витти решает начать новую жизнь без мафии и тут же зарабатывает стресс. Казалось бы, выход прост: нужно отыскать Бена Собеля, и тот мигом все починит. Однако есть подозрение, что добрый доктор и сам нуждается в психоаналитике.
2.55, 3.45, 4.35, 5.30 Т/с "БЕЗ СЛЕДА-4" (16+).
6.20 Женская лига: парни, деньги и любовь (16+).

ТВЦ

6.00 Настроение.
8.10 Х/ф "КОНЕЦ ОПЕРАЦИИ "РЕЗИДЕНТ" (12+).

В ролях: Георгий Жженов, Петр Веляминов, Николай Прокопович. Перед тем, как операция "Резидент", длившаяся 15 лет, окончательно завершится в нашу пользу, империалисты решаются на страшное злодеяние: посылают матерого диверсанта Брокмана убить изобретателя сверхсекретного противоракетного оружия Нестерова.

10.55 Доктор И... (16+).
11.30, 14.30, 17.30, 22.00, 0.00 События.

11.50 Х/ф "КОРОЛЬ, ДАМА, ВАЛЕТ" (16+).

В ролях: Максим Костромькин, Ольга Зайцева, Игорь Ливанов. Николай Малинин женится на юной красавице Кате. От первого брака у него есть сын Сережа, который очень тяжело переживает развод родителей. Во всех несчастьях он винит новую жену отца, считая, что именно она разрушила семью. Молодой человек намерен отомстить мачехе. Приятель героя в шутку предлагает тому соблазнить Катю. Сергей поддается на его уговоры, но сам не подозревает, во что может вылиться мимолетная связь. В результате Сергей влюбляется в Катю, а та не знает, что ей делать. Девушка буквально разрывается между отцом и сыном. "Извращенная" связь шокирует всех - подруг Кати, друзей Сергея... В итоге об измене узнает и Николай. Любовный треугольник дает трещину.

13.40 Мой герой (12+).
14.50, 19.30 Город новостей.
15.10 Без обмена: "Народные магазины" (16+).
15.55, 17.50 Т/с "ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ" (12+).
18.20 Право голоса (16+).
19.50 Т/с "МЕЖДУ ДВУХ ОГНЕЙ" (12+).
21.45, 4.55 Петровка, 38 (16+).
22.30 Осторожно, мошенники! (16+).
23.05 Удар властью: "Слободан Милошевич" (16+).
0.30 Х/ф "НЕ ВАЛЯЙ ДУРАКА..." (12+).
2.35 Х/ф "КРАСНОЕ СОЛНЦЕ" (16+).
В ролях: Чарльз Бронсон, Ален Делон, Тоширо Мифуне. В конце прошлого века Япония уже открыла двери внешнему миру. Посол Японии по морскому пути прибыл в Вашингтон и должен был констатировать, что в поездке кроме морских проблем существует опасность передвижения на поезде по Дикому Западу.

5.10 Док. фильм "Мост шпионов. Большой обмен" (12+).

5

5 КАНАЛ

6.00, 10.00, 12.00, 15.30, 18.30, 22.00 Сейчас.
6.10 Утро на "5" (6+).
9.30 Место происшествия.
10.30, 12.30, 14.00, 2.00, 3.20, 4.40 Т/с "ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА" (12+).
16.00 Открытая студия.
17.00 Х/ф "ВИЙ" (12+).
19.00, 19.40 Т/с "ДЕТЕКТИВЫ" (16+).
20.20, 21.10, 23.15 Т/с "СЛЕД" (16+).
22.25 Т/с "ТАКАЯ РАБОТА" (16+).
0.00 Х/ф "ЧУЖАЯ РОДНЯ" (12+).

В ролях: Николай Рыбников, Нонна Мордюкова, Николай Сергеев. Разве мог он предположить до женитьбы, как душно и тесно будет в пронафталиненном миреке ее родителей. Настоящий комсомолец с искренней заботой о родном колхозе, Федор не примирился с их затаенной ненавистью к коллективному хозяйству. Между молодыми возник конфликт.

РОССИЯ 2

6.30 Панорама дня. Live.
8.30, 22.05 Т/с "КРАСНАЯ ПЛОЩАДЬ" (16+).
10.10 Эволюция (16+).
11.45 Большой футбол.
12.05 Т/с "АГЕНТ" (16+).
16.30 Создать "Группу "А". "Уфимские оборотни" (16+).
17.20, 19.20 Т/с "ПОЗЫВНОЙ "СТАЯ" (16+).
21.10 Создать "Группу "А". "ЧП в "Желтой рыбе" (16+).
23.45 Большой спорт.
0.10 Эволюция.
1.40 Моя рыбалка.
2.20 Диалоги о рыбалке.
2.50 Язь против еды.
3.20 Рейтинг Баженова. Могло быть хуже (16+).
3.55 Т/с "ПЫЛЬНАЯ РАБОТА" (16+).

РЕН

РЕН-ТВ

5.00, 16.00, 17.00, 4.10 Не ври мне! (16+).
6.00, 18.00 Верное средство (16+).
7.00 Следаки (16+).

7.30, 13.00 Званный ужин (16+).
8.30, 12.30, 19.30, 23.00 Новости (16+).
9.00 Военная тайна (16+).
11.00 Документальный проект: "На грани счастья" (16+).
12.00, 19.00 Информационная программа 112 (16+).
14.00, 0.00 Москва. День и ночь (16+).
15.00, 3.10 Семейные драмы (16+).
20.00, 1.00 Х/ф "ВЫКУП" (16+).

В ролях: Мел Гибсон, Рене Руссо, Брoли Нолт. У преуспевающего владельца авиакомпании похищают сына и требуют выкуп в 2 миллиона долларов. Гибсон по настоянию жены сообщает о похищении в ФБР, и зритель видит детально выписанную работу специалистов в контакте с отцом. Выясняется, что в прошлом у Гибсона было черное пятно - он дал в свое время взятку и избежал тюрьмы, куда попал другой человек. Фильм имеет довольно неожиданную развязку.

22.10 Т/с "ГРАНИЦА ВРЕМЕНИ" (16+).

23.30 Смотреть всем! (16+).

ДИСНЕЙ

5.00, 5.45, 6.15, 6.40, 7.10, 7.45, 13.50, 14.10, 14.20, 14.40, 15.05, 18.15, 18.40, 19.05 М/ф (6+).
5.20, 7.30, 11.00, 11.30, 11.55, 16.25, 16.50, 17.20, 17.45, 21.00, 3.05, 3.20, 3.45 М/ф (12+).
8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 15.30, 15.55 М/ф (0+).
12.25 Анимационный фильм "Мумия: В поисках потерянных свитков" (6+).
19.30 Анимационный фильм "Винни и Слонотоп" (0+).
21.30 Т/с "ВИОЛЕТТА" (6+).
22.30, 23.00, 2.15, 2.40 Т/с "СОСЕДИ" (16+).
23.20, 0.20 Т/с "МЕРЛИН" (16+).
1.20 Т/с "ЗЕНА - КОРОЛЕВА ВОИНОВ" (16+).
4.10 Музыка на канале "Disney (6+).

перец

ДТВ

6.00, 8.30 Улетное видео (16+).
7.30 Не будь овощем! (16+).
8.00, 22.00 Т/с "СВЕТОФОР" (16+).
9.00, 18.30, 19.30 Дорожные войны (16+).
10.40, 16.15 Т/с "УБОЙНАЯ СИЛА" (16+).
13.00 КВН. Играют все: "Луна" и сборная Днепропетровска (16+).
20.00 Т/с "КРУТОЙ УОКЕР" (16+).
21.00 +100500 (16+).
23.30 +100500 (18+).
0.30 Стыдно, когда видно! (18+).
1.30 Х/ф "АМЕРИКАНСКИЙ САМУРАЙ" (16+).
В ролях: Дэвид Брэдли, Марк Дакаскос, Джон Фуджикона. Малыш Эндрю Коллинз падает на самолете в 70 милях от Токио. Его родители разбиваются, а Эндрю чудом выживает и попадает в семью учителя по искусству самурайского боя. Его названный брат Канджиро вступает в члены якудзы (японская мафия) и крадет фамильный меч, который по праву должен принадлежать Эндрю. Такое оскорбление согласно самурайскому кодексу чести можно смыть лишь кровью.
3.25 Вне закона: "Стокгольмский синдром" (16+).
3.55 Вне закона: "Бонни и Клайд" (16+).
4.20 Вне закона: "Призрак" (16+).
4.55 Вне закона: "Адская смесь" (16+).
5.20 Вне закона: "Наше время" (16+).
5.50 М/ф (0+).

3.25 Вне закона: "Стокгольмский синдром" (16+).
3.55 Вне закона: "Бонни и Клайд" (16+).
4.20 Вне закона: "Призрак" (16+).
4.55 Вне закона: "Адская смесь" (16+).
5.20 Вне закона: "Наше время" (16+).
5.50 М/ф (0+).

ДОМАШНИЙ

6.30, 6.00 Жить вкусно с Джейми Оливером (16+).
7.30 Секреты и советы (16+).
8.00 По делам несовершеннолетних (16+).
9.50 Давай разведемся! (16+).
10.50 Понять. Простить (16+).
12.00 Курортный роман (16+).
13.00, 5.00 Ты нам подходишь (16+).
14.00 Нет запретных тем (16+).
15.00 Т/с "НЕ СОСОРЬТЕСЬ, ДЕВОЧКИ" (12+).
17.55, 18.55, 0.00 6 кадров (16+).

18.00 Т/с "ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО" (16+).
19.00 Т/с "ДВЕ СУДЬБЫ-2" (12+).
21.00 Т/с "УСЛОВИЯ КОНТРАКТА" (16+).
23.05 Рублево-Бирюлево (16+).
0.30 Х/ф "ТРОПИНКА ВДОЛЬ РЕКИ" (12+).
2.25 Х/ф "СОЛОМЕННАЯ ШЛЯПКА" (0+).

В ролях: Андрей Миронов, Владислав Стржельчик, Людмила Гурченко. Герой фильма вынужден жениться, так как у него полно долгов, а 24 франка в день составляют 8000 с лишним франков в год одной только ренты, и к тому же на браке настаивает отец невесты, но в дело вмешивается лошадь, предпочитающая итальянскую соломку.

ТВ 3

ТВ-3

6.00 М/ф (0+).

9.30, 10.30, 19.30, 20.20 Т/с "ПОМНИТЬ ВСЕ" (16+).

11.30 Док. сериал "Апокалипсис: "Мутанты" (12+).

12.30 Док. сериал "Городские легенды: "Москва. Усадьба Коломенское" (12+).

13.30, 18.00, 1.30 X-Версии. Другие новости (12+).

14.00, 14.30 Док. сериал "Охотники за привидениями" (16+).

15.00 Мистические истории (16+).

16.00, 16.30 Док. сериал "Галка" (12+).

17.00, 17.30 Док. сериал "Слепая" (12+).

18.30 Т/с "ПЯТАЯ СТРАЖА" (16+).

21.15, 22.05 Т/с "МЕНТАЛИСТ" (12+).

23.00 Х/ф "ВЕРТИКАЛЬНЫЙ ПРЕДЕЛ" (12+).

В ролях: Крис О'Доннелл, Робин Тинни, Скотт Гленн. Группа альпинистов оказалась погребенной живою в расщелине у вершины К-2, второй после Эвереста горы мира. На такой высоте им оставалось жить считанные часы. Шестеро отчаянных смельчаков решают подняться на роковую отметку.

2.00 Х/ф "ПАУКИ-2" (16+).

Джейсон и Аликс замечательно проводили время посреди океана на яхте, пока не начался шторм. Яхта затонула, а парочку подобрало грузовое судно "Загадка Марш". Джейсон попытался обследовать корабль, и...

4.00 Х/ф "АКУЛЫ-2" (16+).

ЗВЕЗДА

6.00 Х/ф "ПОДЗОРНАЯ ТРУБА" (0+).

В ролях: Саша Михайлов, Лена Михайлов, Рита Сергеечева. Дениска Кораблев узнает о существовании подозрной трубы, которая позволяет его родителям всегда и везде наблюдать за ним.

6.25 Х/ф "ИСКРЕННЕ ВАШ..." (0+).

В ролях: Виталий Соломин, Вера Глаголева, Виктор Ильичев и Ролан Быков. Молодой сотрудник обсерватории, с детства думающий только о звездах, вдруг становится добытчиком дефицитных товаров.

8.10, 9.15, 12.40, 13.15 Х/ф "ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ" (16+).

9.00, 13.00, 18.00, 23.00 Новости дня.
17.10 Док. сериал "Отечественное стрелковое оружие: "Винтовки и пистолеты-пулеметы" (6+).

18.30 Док. сериал "Прекрасный полк: "Натка" (12+).
19.15 Х/ф "ВОЛГА-ВОЛГА" (0+).

В ролях: Любовь Орлова, Игорь Ильинский, Владимир Володин. Начальник управления мелкой кустарной промышленности Бывалов мечтает о службе в Москве. Он получает распоряжение подготовить к всеоюзному смотру участников художественной самодеятельности. Бывалов считает, что посылать в Москву некого, несмотря на то, что в городе есть два творческих коллектива. В конце концов каждая группа отправляется по Волге в столицу своим путем.

21.20 Х/ф "ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ЗАКРЫЛ ГОРОД" (12+).

В ролях: Родион Нахапетов, Наталья Андрейченко. В небольшом курортном городке загорелось новое здание пансионата, в результате чего погибли люди. Сотрудники прокуратуры удалось установить причину пожара - пьянка радистов на рабочем месте и халатность директора пансионата Лазаревой, в которую он влюблен.

23.20 Док. сериал "Легенды советского сына" (16+).

0.55 Х/ф "АДЪЮТАНТ ЕГО ПРЕВОСХОДИТЕЛЬСТВА" (6+).

В ролях: Юрий Соломин, Александр Милокостый, Владислав

Стрельчик. Первым чекистам посвящается. 1919 год. Разработав легенду, чекисты направляют Павла Кольцова со спецзаданием в штаб деникинскй армии. Случай помогает ему стать адъютантом его превосходительства генерала Ковалевского, командующего Добровольческим корпусом армии Деникина.

4.05 Х/ф "ЩИТ ОТЕЧЕСТВА" (16+).

В ролях: Алексей Сенчило, Николай Кириченко, Анатолий Кот. Действие фильма разворачивается в Беларуси в наши дни. Главный герой Алексей Стрижев - молодой лейтенант, сын летчика, погибшего при учениях, приглашен на работу в НИИ обороны Республики Беларусь. Секретными исследованиями, являющимися частью программы "Щит Отечества", заинтересован бизнесмен Дик Оуэн, занимающийся военно-промышленным шпионажем.

5.40 Х/ф "ПОЖАР ВО ФЛИГЕЛЕ" (0+).

В ролях: Саша Михайлов, Саша Хмельницкий, Олег Даль. Дениска Кораблев и Миша Слонов помогают поймать орла, который улетел из школьного живого уголка. А когда ребята опаздывают на урок и честно докладывают о причине опоздания, им не верят.

ЛЮЗИОН

0.00 Х/ф "ДРЯНЬ ХОРОШАЯ, ДРЯНЬ ПЛОХАЯ" (6+).

Психологическая драма, основанная на отношениях друзей детства, сплетенных в сложный любовный и деловой треугольник. Что заставляет человека взять в заложники жену и маленького ребенка лучшего друга?

1.20, 2.05 Т/с " УЖИН В ЧЕ-ТЫРЕ РУКИ" (16+).

2.50 Х/ф "ВОЗМЕЗДИЕ" (16+).

В ролях: Евгений Цыганов, Александр Яшко, Елена Панова. Жизнь автослесаря Федора Санина в один день превратилась в ад. Единственную дочь сбила машина, в которой находились двое пьяных подростков. Оставив девушку умирать на обочине, они скрылись. Санитар в подоплеcinе машине скорой помощи не смог спасти девушку, своими действиями он только навредил ей. С этого дня всеми поступками отца движет только желание отомстить всем трем убийцам его дочери. Находясь в состоянии сильного опьянения, он наконец приводит свой приговор в исполнение. Но после его память стирает все страшные воспоминания о содеянном.

4.35 Х/ф "ЖЕНЩИНА ДНЯ" (12+).

6.00 Х/ф "КРАЙ" (16+).

8.00, 20.00 Т/с "СКЛИФОСОВСКИЙ" (16+).

8.50 Х/ф "СВОБОДНОЕ ПЛАВАНИЕ" (12+).

10.25 Х/ф "Я ВАМ БОЛЬШЕ НЕ ВЕРЮ" (16+).

12.00 Х/ф "ИВАН ДА МАРЬЯ" (6+).

13.40 Х/ф "ВПЕРВЫЕ ЗАМУЖЕМ" (6+).

15.15 Х/ф "БЕЛЫЙ ХОЛСТ" (16+).

16.50 Х/ф "ПРЕДСКАЗАНИЕ" (12+).

18.40 Х/ф "ХРАНИТЕЛИ СЕТИ" (16+).

20.50 Х/ф "ИСКОПАЕМЫЙ" (16+).

22.20 Х/ф "СТРАСТНОЙ БУЛЬВАР" (16+).

1

1 КАНАЛ

5.00 Доброе утро.
9.00, 12.00, 15.00, 3.00 Новости.
9.15, 4.15 Контрольная закупка.
9.45 Жить здорово! (12+).
10.55, 3.15 Модный приговор.
12.20, 21.35 Т/с "ОРЛОВА И АЛЕКСАНДРОВ" (16+).
14.25, 15.15, 2.20, 3.05 Время покажет (16+).
16.00 Мужское/Женское (16+).
17.00, 1.25 Наедине со всеми (16+).
18.00 Вечерние новости.
18.45 Давай поженимся! (16+).
19.50 Пусть говорят (16+).
21.00 Время.
23.35 Вечерний Ургант (16+).
0.10 Ночные новости.
0.25 Политика (16+).

РОССИЯ

1

5.00 Утро России.
ГТРК "МУРМАН"
6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35, 11.30, 14.30, 17.10, 19.40 Вести. Мурман.
* * *

9.00, 3.40 Док. фильм "Химия нашего тела. Витамины".
9.55 О самом главном.
11.00, 14.00, 17.00, 17.30, 20.00 Вести.
11.55 Т/с "ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ" (12+).
12.55 Особый случай (12+).
14.50 Вести. Дежурная часть.
15.00 Т/с "ПОСЛЕДНИЙ ЯНЫЧАР" (12+).
16.00 Т/с "Я БОЛЬШЕ НЕ БОЮСЬ" (12+).
18.15 Прямой эфир (12+).
20.50 Спокойной ночи, малыши!
21.00 Т/с "РОДИНА" (16+).
22.55 Специальный корреспондент (16+).
0.35 Антология антитеррора (16+).
0.15 Х/ф "АДВОКАТ". 1-я серия.

НТВ

НТВ

6.00 НТВ утром.
8.10 Дело врачей (16+).
9.00, 10.20 Т/с "ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА" (16+).
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сего-дня.
12.00 Суд присяжных (16+).
13.20 Суд присяжных. Оконча-тельный вердикт (16+).
14.30 Обзор. Чрезвычайное про-исшествие.
15.00 Прокурорская проверка (16+).
16.20 Все будет хорошо! (16+).
17.20 Т/с "УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ" (16+).
19.40 Говорим и показываем (16+).
20.40 Т/с "ЛЕНИНГРАД 46" (16+).
22.40 Анатомия дня.
23.30 Т/с "МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ" (16+).
1.25 Квартирный вопрос (0+).
2.30 Дикий мир (0+).
3.10 Т/с "ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ВТОРАЯ" (16+).
5.05 Т/с "ППС" (16+).

РОССИЯ

К

6.30 Евроньюс.
10.00, 15.00, 19.00, 23.30 Ново-сти культуры.
10.15 Наблюдатель.
11.15 Т/с "РАССЛЕДОВАНИЯ КОМИССАРА МЕГРЭ".
12.00 Сказки из глины и дерева: "Филимоновская игрушка".
12.10 Красуйся, град Петров! "Зод-чий Бартоломео Растрелли".
12.40, 21.35 Правила жизни.
13.05 Док. фильм "Правда о вкусе".
13.55, 2.50 Док. фильм "Чингис-хан".
14.05, 1.55 Т/с "ПЕТЕРБУРГ-СКИЕ ТАЙНЫ".
15.10 Док. сериал "От 0 до 80".
16.05 Искусственный отбор.
16.50 Док. фильм "Фургон комеди-антов. Борис Тенин и Лидия Суха-ревская".
17.30 Док. фильм "Уильям Гер-шель".

17.40 Шедевры эпохи романтизма. Час Шуберта.
18.40 Док. фильм "Бруна-Бойн. Мо-гильные курганы в излучине реки".
19.15 Главная роль.
19.30 Абсолютный слух.
20.10 Спокойной ночи, малыши!
20.25 Док. фильм "Марина Не-елова. Это было. Это есть... Ва-лентин Гафт".
20.55 Власть факта: "История для всех: между наукой и фантази".
22.00 Док. фильм "Правда о цвете".
23.00 Док. сериал "Немухинские монологи".
23.50 Док. фильм "Последний ли-музин".
1.15 И. Стравинский. Сюита из му-зыки балета "Жар-птица", М. Ра-вель. Хореографическая поэма "Вальс".

СТС - ТВ-21

21

7.00, 9.15, 13.45, 0.15 Телегазета "ТВ-21" (12+).
7.15 Наше утро на ТВ-21.
8.45, 13.30, 19.30, 0.00 Новости ТВ-21 (16+).
9.30, 14.00, 18.00 Ералаш (0+).
10.30, 17.00 Галилео (16+).
11.30, 1.30 Х/ф "АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС. МИССИЯ "КЛЕО-ПАТРА" (0+).
15.00 Т/с "КОРАБЛЬ" (16+).
18.30 Т/с "ЭТО ЛЮБОВЬ" (16+).
20.00 Т/с "КОРАБЛЬ" (16+).
21.00 Х/ф "ПИРАТЫ КАРИБ-СКОГО МОРЯ. НА КРАЮ СВЕТА" (12+).
0.30 Т/с "ЛУНА" (16+).

БЛИЦ

7.00, 8.00, 19.30 Новости (16+).
7.30, 8.30, 14.00 Телерынок (16+).
9.00 Дом-2. Lite (16+).
10.30 Битва экстрасенсов (16+).
12.00, 12.30, 13.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00 Т/с "САШАТАНЯ" (16+).
13.30 Т/с "УНИВЕР" (16+).
20.00 Т/с "УНИВЕР. НОВАЯ ОБ-ЩАГА" (16+).
20.30 Т/с "ФИЗРУК" (16+).
21.00 Комеди Клуб в Юрмале (16+).
22.00 Т/с "ЗАКОН КАМЕННЫХ ДЖУНГЛЕЙ" (16+).
23.00 Дом-2. Город любви (16+).
0.00 Дом-2. После заката (16+).
1.00 Х/ф "ВОЗВРАЩЕНИЕ В ДОМ НОЧНЫХ ПРИЗРАКОВ" (18+).
2.35, 3.30, 4.20, 5.10, 6.05 Т/с "БЕЗ СЛЕДА-4" (16+).

Ц

ТВЦ

6.00 Настроение.
8.05 Х/ф "ЗАПАСНОЙ ИГРОК".
9.40, 11.50 Х/ф "НИКА" (12+).
11.30, 14.30, 17.30, 22.00, 0.00 События.
13.40 Мой герой (12+).
14.50, 19.30 Город новостей.
15.10 Удар власти: "Слободан Ми-лошевич" (16+).
15.55, 17.50 Т/с "ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ" (12+).
18.20 Право голоса (16+).
19.50 Т/с "МЕЖДУ ДВУХ ОГНЕЙ" (12+).
21.45 Петровка, 38 (16+).
22.30 Линия защиты (16+).
23.05 Хроники московского быта: "Звездная жилплощадь" (12+).
0.25 Русский вопрос (12+).
1.10 Х/ф "МУСОРЩИК" (12+).
3.05 Х/ф "КОРОЛЬ, ДАМА, ВАЛЕТ" (16+).
5.00 Док. фильм "Зоя Федорова. Неоконченная трагедия" (16+).

5

5 КАНАЛ

6.00, 10.00, 12.00, 15.30, 18.30, 22.00 Сейчас.
6.10 Утро на "5" (6+).
9.30 Место происшествия.
10.30, 11.55, 12.30, 14.00, 1.55, 3.10, 4.35 Т/с "ГОСУ-ДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА" (12+).
16.00 Открытая студия.
16.50 Х/ф "ЧУЖАЯ РОДНЯ" (12+).
19.00, 19.40 Т/с "ДЕТЕКТИВЫ" (16+).

20.20, 21.10, 23.15 Т/с "СЛЕД" (16+).
22.25 Т/с "ТАКАЯ РАБОТА" (16+).
0.00 Х/ф "НЕ МОЖЕТ БЫТЬ" (12+).

В ролях: Валентина Теличкина, Наталья Селезнева, Михаил Светин. Фильм включает три новеллы о нега-тивных явлениях провинциальной жизни молодой Страны Советов: ту-пости, пьянстве, стяжательстве, без-духовности - всем том, что и сейчас существует благополучно и повсе-местно.

РОССИЯ

2

6.30 Панорама дня. Live.
8.30, 22.05 Т/с "КРАСНАЯ ПЛОЩАДЬ" (16+).
10.10, 0.10 Эволюция.
11.45 Большой футбол.
12.05 Т/с "АГЕНТ" (16+).
16.30 Создать "Группу "А": "Уфим-ские оборотни" (16+).
17.20, 19.15 Т/с "ПОЗЫВНОЙ "СТАЯ" (16+).
21.10 Док. фильм "Диалог со смертью". "Переговорщики" (16+).
23.45 Большой спорт.
1.45 Фигурное катание. Чемпионат мира. Трансляция из Китая.
3.55 Т/с "ПЫЛЬНАЯ РАБОТА" (16+).

РЕН

РЕН-ТВ

5.00, 16.00, 17.00, 4.00 Не ври мне! (16+).
6.00, 18.00 Верное средство (16+).
7.00 Следаки (16+).
7.30, 13.00 Званый ужин (16+).
8.30, 12.30, 19.30, 23.00 Новости (16+).
9.00 Территория заблуждений (16+).
11.00 Документальный проект: "Кровь потомков" (16+).
12.00, 19.00 Информационная программа 112 (16+).
14.00, 0.00 Москва. День и ночь (16+).
15.00, 3.00 Семейные драмы (16+).
20.00 Т/с "УНИВЕР. НОВАЯ ОБ-ЩАГА" (16+).
20.30 Т/с "ФИЗРУК" (16+).
21.00 Комеди Клуб в Юрмале (16+).
22.00 Т/с "ЗАКОН КАМЕННЫХ ДЖУНГЛЕЙ" (16+).
23.00 Дом-2. Город любви (16+).
0.00 Дом-2. После заката (16+).
1.00 Х/ф "ВОЗВРАЩЕНИЕ В ДОМ НОЧНЫХ ПРИЗРАКОВ" (18+).
2.35, 3.30, 4.20, 5.10, 6.05 Т/с "БЕЗ СЛЕДА-4" (16+).

В ролях: Уэсли Снайпс, Брюс Лейн, Том Сайзмор. Чарльз Рейн - безжалостный и неистовый убийца-террорист. Джон Каттер - хладно-кровный полицейский из службы безопасности авиакомпании. Схват-ка хорошего и плохого парней начи-нается в воздухе, затем продол-жится на земле.

21.30 Т/с "ГРАНИЦА ВРЕ-МЕНИ" (16+).
22.30, 23.30, 2.40 Смотреть всем! (16+).

Disney Channel

ДИСНЕЙ

5.00, 5.45, 6.15, 6.40, 7.10, 7.45, 13.50, 14.10, 14.20, 14.40, 15.05, 18.15, 18.40, 19.05 М/ф (6+).
5.20, 7.30, 11.00, 11.30, 11.55, 16.25, 16.50, 17.20, 17.45, 21.00, 3.05, 3.20, 3.45 М/ф (12+).
8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 15.30, 15.55 М/ф (0+).
12.25 Анимационный фильм "Винни и Слонотоп" (0+).
19.30 Анимационный фильм "При-ключения Тигрули" (6+).
21.30 Т/с "ВИОЛЕТТА" (6+).
22.30, 23.00, 2.15, 2.40 Т/с "СОСЕДИ" (16+).
23.20, 0.20 Т/с "МЕРЛИН" (16+).
1.20 Т/с "ЗЕНА - КОРОЛЕВА ВОИНОВ" (16+).
4.10 Музыка на канале "Disney" (6+).

перец

ДТВ

6.00, 8.30 Улетное видео (16+).
7.30 Не будь овощем! (16+).
8.00, 22.00 Т/с "СВЕТОФОР" (16+).
9.00, 18.30, 19.30 Дорожные войны (16+).
9.50 Среда обитания: "Бытовая химия" (16+).
11.00, 16.15 Т/с "УБОЙНАЯ СИЛА" (16+).
13.10 КВН. Играют все: "Незоло-тая молодежь" и "БАК-соучаст-ники" (16+).
14.00 Среда обитания: "Как защи-тить свой дом" (16+).
15.05 Среда обитания: "Таблетки от всех болезней" (16+).

20.00 Т/с "КРУТОЙ УОКЕР" (16+).
21.00 +100500 (16+).
23.30 +100500 (18+).
0.30 Стыдно, когда видно! (18+).
1.30 Х/ф "ПРОЩАЙТЕ, ДОКТОР ФРЕЙД" (12+).
3.45 Вне закона: "Наше время" (16+).
4.15 Вне закона: "Ищите женщину" (16+).
4.45 Вне закона: "Убить любов-ника" (16+).
5.15 Вне закона: "Любовная петля" (16+).
5.45 М/ф (0+).

ДОМАШНИЙ

6.30, 6.00 Жить вкусно с Джейми Оливером (16+).
7.30 Секреты и советы (16+).
8.00 По делам несовершеннолет-них (16+).
9.50 Давай разведемся! (16+).
10.50 Понять. Простить (16+).
12.00 Курортный роман (16+).
13.00, 4.55 Ты нам подходишь (16+).
14.00 Нет запретных тем (16+).
15.00 Т/с "НЕ СОСОРЬТЕСЬ, ДЕ-ВОЧКИ" (12+).
17.50, 18.45, 0.00, 5.55 6 кадров (16+).
18.00 Т/с "ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО" (16+).
19.00 Т/с "ДВЕ СУДЬБЫ-3" (12+).
21.05 Т/с "УСЛОВИЯ КОНТ-РАКТА" (16+).
23.05 Рублево-Бирюлево (16+).
0.30 Х/ф "ХАНУМА" (0+).
3.20 Х/ф "СТРАННЫЕ ВЗРОС-ЛЫЕ" (12+).

ТВ-3

6.00, 5.30 М/ф (0+).
9.30, 10.30, 19.30, 20.20 Т/с "ПОМНИТЬ ВСЕ" (16+).
11.30 Док. сериал "Апокалипсис: "Нашествие инопланетян" (12+).
12.30 Док. сериал "Городские ле-генды: "Тайный код Лужников" (12+).

13.30, 18.00, 0.45 X-Версии. Дру-гие новости (12+).
14.00, 14.30 Док. сериал "Охот-ники за привидениями" (16+).
15.00 Мистические истории (16+).
16.00, 16.30 Док. сериал "Га-далка" (12+).
17.00, 17.30 Док. сериал "Слепая" (12+).
18.30 Т/с "ПЯТАЯ СТРАЖА" (16+).
21.15, 22.05 Т/с "МЕНТАЛИСТ" (12+).
23.00 Х/ф "СОТВОРИТЬ МОН-СТРА" (16+).
1.15 Х/ф "БЕЗ ПОЩАДЫ" (16+).
3.30 Х/ф "ПАУКИ-2" (16+).

ЗВЕЗДА

6.00 Х/ф "КАПИТАН" (0+).
В ролях: Петя Моисеев, Ролан Быков, Алеша Сироткин. История о том, как герой рассказов Виктора Драгунского - Дениска Кораблев - встречается со своим дядей, капита-ном дальнего плавания.
6.40 Х/ф "ОСЕННИЙ МАРА-ФОН" (12+).
В ролях: Олег Басилашвили, На-талья Гундарева, Марина Неелова. У талантливого педагога и перевод-чика Бузыкина нерешительный ха-рактер. Он не может оставить жену и уйти к любимой женщине, не может отказать эксплуатирующей его та-лант сокурснице, терпит посещения доморожденного философа-алкаша, а когда наконец решается на смелый шаг - терпит фиаско, так как по при-роде мягок и податлив, как воск.

8.35, 9.15 Х/ф "ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ" (16+).
9.00, 13.00, 18.00, 23.00 Новости дня.
13.15 Х/ф "ЭШЕЛОН" (16+).
17.10 Док. сериал "Отечественное стрелковое оружие: "Автоматы" (6+).
18.30 Док. сериал "Прекрасный полк: "Маша" (12+).
19.15 Х/ф "УКРОЩЕНИЕ ОГНЯ" (0+).
22.35 Х/ф "ПИСЬМО" (12+).
23.20 Док. сериал "Легенды совет-ского сыска" (16+).
0.55 Х/ф "АДЪЮТАНТ ЕГО ПРЕ-ВОСХОДИТЕЛЬСТВА" (6+).
5.30 Док. сериал "Хроника По-беды" (12+).

МЛЮЗИОН

0.05 Х/ф "МОСКВА НЕ МОСКВА" (16+).
1.35 Х/ф "ЖЕНЩИНА ДНЯ" (12+).
3.00 Х/ф "КРАЙ" (16+).
5.00 Х/ф "СВОБОДНОЕ ПЛАВА-НИЕ" (12+).
6.35 Х/ф "Я ВАМ БОЛЬШЕ НЕ ВЕРЮ" (16+).
8.05, 20.00 Т/с "СКЛИФОСОВ-СКИЙ" (16+).
8.55 Х/ф "ВПЕРВЫЕ ЗАМУ-ЖЕМ" (6+).
10.30 Х/ф "БЕЛЫЙ ХОЛСТ" (16+).
12.00 Х/ф "ТАЙНА "ВОЛЧЬЕЙ ПАСТИ" (16+).
13.30 Х/ф "ПРЕДСКАЗАНИЕ" (12+).
15.25 Х/ф "ХРАНИТЕЛИ СЕТИ" (16+).
16.45 Х/ф "ИСКОПАЕМЫЙ" (16+).
18.15 Х/ф "СТРАСТНОЙ БУЛЬ-ВАР" (16+).
20.50 Х/ф "МУЖСКОЙ СЕЗОН" (16+).
22.40 Х/ф "ЛИЦО ФРАНЦУЗ-СКОЙ НАЦИОНАЛЬНОСТИ" (16+).

АРКТИК-ТВ

7.00, 11.00, 13.00, 15.00, 17.15, 0.00, 2.00, 4.00, 6.00 Associated Press (16+).
7.30, 8.30, 9.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30, 0.30, 1.30, 2.30, 3.30, 4.30, 5.30, 6.30 Новости.
8.00, 18.00, 1.00 Четвертая власть (16+).
9.00, 16.00 Открытая студия + бизнес (12+).
10.00 Проще говоря (12+).
12.00 Со всего света (12+).
14.00, 20.00 Умка (6+).
16.30 Т/с "СКЛИФОВСКИЙ" (16+).
19.00, 22.00, 3.00 Знаки (12+).
21.00, 23.00, 5.00 Коммунальный детектив (12+).

Весенние займы

для новых целей

от 5 000 до 1 000 000 рублей

www.pmovk.ru

ПЕРВОЕ МУРМАНСКОЕ общество взаимного кредита

99-44-77

Офисы во всех районах города

Займы от 5 до 500 тыс. руб. выдаются наличными на срок от 1 до 60 месяцев. Займы от 100 тыс. руб. до 1 млн. 80 тыс. руб. на срок от 1 до 60 мес. выдаются на приобретение автомобиля. Для подачи заявки на получение займа необходимо стать пайщиком. Условием вступления в кооператив является уплата Вступительного и Обязательного Паявого взносов. Вступительный взнос - 10 руб., Обязательный Паявой взнос - 10 руб. Отпечатано по заказу Кредитного потребительного кооператива «Первое Мурманское общество взаимного кредита». ИНН 5190921937, ОГРН 1105190009902.

14.377 РЕКЛАМА

1 **1 КАНАЛ**

5.00 Доброе утро.
9.00, 12.00, 15.00 Новости.
9.15 Контрольная закупка.
9.45 Жить здорово! (12+).
10.55, 4.30 Модный приговор.
12.20 Т/с "ОРЛОВА И АЛЕКСАНДРОВ" (16+).
14.25, 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. Дети.
23.35 Вечерний Ургант (16+).
0.30 Док. фильм "История студии "Sound City" (16+).
2.30 X/ф "БАРБАРА" (16+).

РОССИЯ 1

5.00 Утро России.
ГТРК "МУРМАН"
6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35, 11.30, 14.30, 17.10, 19.40 Вести. Мурман.
* * *

8.55 Мусульмане.
9.10 Док. фильм "Иннокентий Смоктуновский. Пророчество для гения" (12+).
10.05 О самом главном.
11.00, 14.00, 17.00, 17.30, 19.35 Вести.
11.55 Т/с "ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ" (12+).
12.55 Особый случай (12+).
14.50 Вести. Дежурная часть.
15.00 Т/с "ПОСЛЕДНИЙ ЯНЫЧАР" (12+).
16.00 Т/с "Я БОЛЬШЕ НЕ БОЮСЬ" (12+).
18.15 Прямой эфир (12+).
20.15 Главная сцена.
22.35 Футбол. Чемпионат Европы-2016. Отборочный турнир. Черногория - Россия. Прямая трансляция.
0.40 X/ф "КАНДАГАР" (16+).
2.50 Горячая десятка (12+).
3.55 Комната смеха.

НТВ

6.00 НТВ утром.
8.10 Дело врачей (16+).
9.00, 10.20 Т/с "ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА" (16+).
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодняя.
12.00 Суд присяжных (16+).
13.20 Суд присяжных. Окончательный вердикт (16+).
14.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
15.00 Прокурорская проверка (16+).
16.20 Все будет хорошо! (16+).
17.20 Т/с "УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ" (16+).
19.40 Говорим и показываем (16+).
20.40 X/ф "УЛЬТИМАТУМ" (16+).
0.35 X/ф "ЧУДОВИЩЕ ВО МРАКЕ" (18+).
2.45 Т/с "ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ТРЕТЬЯ" (16+).
4.35 Т/с "ППС" (16+).

РОССИЯ К

6.30 Евроньюс.
10.00, 15.00, 19.00, 23.00 Новости культуры.
10.20 X/ф "СЧАСТЛИВЫЙ НЕУДАЧНИК".
12.00 Док. фильм "Джек Лондон".
12.05 Письма из провинции: "Краснодар".
12.35 Правила жизни.
13.00 Док. фильм "Наш второй мозг".
13.55 X/ф "БОКСЕРЫ".
15.10 Док. фильм "Засадный полк. 100 лет со дня рождения Вероники Тушновой".
15.35 Черные дыры. Белые пятна.
16.15 Док. фильм "Бленхейм. Замок и парк герцогов Мальборо".
16.30 Док. фильм "Петербургские интеллигенты. К 95-летию Тамары Петкевич".
17.00 Док. фильм "Последний лимузин".

18.15 Мастер-класс: "Мстислав Ростропович".
19.15 Юрий Никулин. Классика жанра.
19.40, 1.55 Искатели: "Секретная миссия архитектора Шлусева".
20.25 X/ф "... В СТИЛЕ JAZZ".
22.00 Линия жизни: "Никита Михалков".
23.20 X/ф "ЖЕСТОКИЙ РОМАНС".
1.45 Мультфильм.
2.40 Док. фильм "Ливерпуль. Три Грации, один битл и река".

СТС - ТВ-21 21

7.00, 9.15, 13.45 Телегазета "ТВ-21" (12+).
7.15 Наше утро.
8.45, 13.30, 19.30 Новости ТВ-21 (16+).
9.30, 14.00, 18.00 Ералаш (0+).
10.30, 17.00 Галилео (16+).
11.30 X/ф "АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ" (12+).
11.00 Т/с "ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКАН" (12+).
15.00 Т/с "КОРАБЛЬ" (16+).
16.00 Это любовь (16+)
18.30, 20.00, 20.10, 21.40 Шоу "Уральских пельменей" (16+).
23.35 X/ф "О ЧЕМ МОЛЧАТ ДЕВУШКИ" (12+).
1.15 6 кадров (16+).

БЛИЦ

7.00, 8.00, 19.30 Новости.
7.30, 8.30, 14.00 Телерынок (16+).
9.00 Дом-2. Lite (16+).
10.30 Школа ремонта (12+).
11.30 Холостяк (16+).
13.00, 13.30, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00 Т/с "УНИВЕР" (16+).
20.00 Comedy Woman (16+).
21.00 Комеди Клуб (16+).
22.00 Comedy баттл (16+).
23.00 Дом-2. Город любви (16+).
0.00 Дом-2. После заката (16+).
1.00 Не спать! (16+).
2.00 X/ф "НЕИЗВЕСТНЫЙ" (18+).
4.15 X/ф "ПОВЕЛИТЕЛЬ СТРАНИЦ" (16+).
5.45 Т/с "БЕЗ СЛЕДА-4" (16+).
6.40 Женская лига: парни, деньги и любовь (16+).

ТВЦ

6.00 Настроение.
8.10 X/ф "ДОЧКИ-МАТЕРИ" (12+).
В ролях: Иннокентий Смоктуновский, Тамара Макарова, Сергей Герасимов. Ольга Васильева выросла в детдоме и никогда не знала своей матери. Волею судьбы ей в руки пало старое письмо, написанное ее матерью много лет назад, и она, бросив все, едет из Свердловска в Москву с надеждой встретиться с родным человеком.

10.05 Тайны нашего кино: "Белое солнце пустыни" (12+).
10.40, 11.50 X/ф "ТЕСТ НА ЛЮБОВЬ" (12+).

В ролях: Юлия Жигалина, Павел Савинков, Александр Ратников. Что остается делать женщине, когда любимый человек считает беременность проблемой, которую нужно устранить? Безвыходную ситуацию спасает случайная встреча с мужчиной, который понимает и поддерживает... Но можно ли довериться едва знакомому, но уже будто родному человеку?

11.30, 14.30, 17.30, 22.00 События.
14.50, 19.30 Город новостей.
15.10 Док. фильм "Короли без капусты" (12+).
15.55, 17.50 Т/с "ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ" (12+).
18.20 Право голоса (16+).
19.45 X/ф "ДЕЛО РУМЯНЦЕВА".

В ролях: Алексей Баталов, Николай Крючков, Евгений Леонов. Начальник автобазы, связанный с бандай спекулянтов, посылает ничего не подозревающего Румянцева в рейс с краденым грузом. В дороге шофера арестовывают и сажают в тюрьму. Чтобы замести следы, истинные преступники делают так, что вся тяжесть преступления ложится на Румянцева. Подозрительный и бездушный капитан милиции не в состоянии найти подлинных преступников. И тогда дело Румянцева переходит в руки умного и опытного полковника.
21.45 Петровка, 38 (16+).
22.30 Приют комедиантов (12+).

0.25 X/ф "ПРОФЕССИОНАЛ" (16+).

В ролях: Жан-Поль Бельмондо, Мишель Бон, Сирьель Клер. Убить президента африканской республики. Такое задание получил секретный агент Жослен Бомон. Внезапно политика изменилась, и французское правительство сдает героя африканским властям. Сбежав с каторги, волк-одиночка возвращается на родину с одной целью: довести задание до конца. А чернокожий лидер как раз приезжает во Францию.

2.35 X/ф "КАК ПРОЙТИ В БИ-ЛИТЕКУ?" (16+).

В ролях: Тарас Бибич, Татьяна Черкасова, Никита Емшанов. На владельца сети Санкт-Петербургских ночных клубов Олега Баринаова пытаются "наезжать" крупный криминальный авторитет Громов, желающий реализовывать в клубах свой товар - наркотики. После нескольких неудачных попыток обуздать несговорчивого молодого бизнесмена Громов приказывает своим бандитам избить генерального директора одного из клубов, друга Олега Романа. По пути на работу Олег заезжает в районную библиотеку, чтобы отдать ненужные книги. В библиотеке он знакомится с Аллой - невзрачной, незаметной девушкой-библиотекарем, которая сначала не производит на него ни малейшего впечатления. Один из боевиков Громова Норовчатов приходит к Баринуву в офис с предложением о "сотрудничестве", но Олег его выгоняет.

4.30 Док. фильм "Талгат Нигматулин. Притча о жизни и смерти" (12+).
5.30 Линия защиты (16+).

5 5 КАНАЛ

6.00, 10.00, 12.00, 15.30, 18.30 Сейчас.
6.10 Момент истины (16+).
7.00 Утро на "5" (6+).
9.30 Место происхождения.
10.30, 11.30, 12.30, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 16.30, 17.30 Т/с "ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА" (12+).
19.00, 19.50, 20.35, 21.25, 22.10, 23.00, 23.50, 0.35, 1.20 Т/с "СЛЕД" (16+).
2.05, 2.45, 3.25, 4.05, 4.50, 5.30 Т/с "ДЕТЕКТИВЫ" (16+).

РОССИЯ 2

6.30 Панорама дня. Live.
7.20 Фигурное катание. Чемпионат мира. Танцы на льду. Произвольная программа. Прямая трансляция из Китая.

8.50, 22.20 X/ф "ПРОЕКТ "ЗОЛОТОЙ ГЛАЗ" (16+).

В ролях: Александр Пашков, Мария Луговая, Константин Самоуков. После трагической смерти молодого ученого, работавшего над уникальной технологией "Золотой глаз", пропадает его малолетний сын. Следователи ФСБ подозревают, что мальчик знает уникальный код, который позволит выйти на след изобретения, за которым охотятся сразу несколько международных группировок. Сестра погибшего ученого нанимает группу наемников, которые берутся отыскать и спасти ребенка, следы которого обнаружены где-то в Турции.

11.10, 1.25 Эволюция.
11.45, 0.40 Большой футбол.
12.05 Т/с "АГЕНТ" (16+).
15.35 X/ф "ВМЕСТЕ НАВСЕГДА" (16+).

В ролях: Павел Трубинер, София Березань, Азиз Бейшеналиев. После смерти жены в жизни Александра остается единственная радость - их дочь. Спустя год они отправляются в Таиланд, чтобы отпраздновать день рождения Сони. Но вместо райского отдыха их подстерегают опасности. Дочери тайского мафиози срочно нужен донор сердца, а русская девочка идеально подходит. Чья любовь окажется сильнее? Ведь отцы готовы на все ради счастья своих детей.

19.10, 21.45 Большой спорт.
19.25 Хоккей. КХЛ. Финал конференции "Восток". Прямая трансляция.
2.30 Фигурное катание. Чемпионат мира. Мужчины. Короткая программа. Трансляция из Китая.
4.15 Профессиональный бокс.

РЕН-ТВ

5.00, 16.00, 17.00 Не ври мне! (16+).
6.00, 18.00 Верное средство (16+).
7.00 Следаки (16+).
7.30, 13.00 Званный ужин (16+).
8.30, 12.30, 19.30 Новости (16+).
9.00 Документальный проект:

"Папа с Марса, мама с Венеры" (16+).

10.00 Документальный проект: "Битва за Снежное королевство" (16+).

11.00 Документальный проект: "Боги подводных глубин" (16+).

12.00, 19.00 Информационная программа 112 (16+).

14.00, 1.00 Москва. День и ночь (16+).

15.00 Семейные драмы (16+).

20.00 Территория заблуждений (16+).

22.00, 4.00 Смотреть всем! (16+).

23.00 X/ф "ОСОБЬ" (16+).

В ролях: Бен Кингсли, Майкл Мэдсен, Альфред Молина. В сверхсекретном научном центре получили из космоса формулу ДНК, которая была воспроизведена и скрещена с женской. В результате получилось ребенок, девочка, которая росла не по дням, а по часам. И даже не по часам, а по минутам. Напуганные результатами эксперимента, ученые решили уничтожить подопытное существо, но оно сбежало, разбив пуленепробиваемое стекло. А существо из девушки уже превратилось в женщину с очень сексапильной внешностью и жаждало размножаться, к чему и приступило. Но внутри у нее таилось ужасающее чудовище, которое убивало после спаривания самцов. Для ее поимки была создана специальная группа экспертов, которая пошла по кровавому следу одержимой материнским инстинктом самки из космоса.

2.00 X/ф "ЭКВИЛБРИУМ" (16+).

В ролях: Кристиан Бейл, Доминик Перселл, Шон Бин. Действие происходит в будущем, когда люди лишены возможности выражать какие-то эмоции, потому, что они... запрещены. Это - та цена, которую человечество платит за устранение из своей жизни войны. Теперь книги, искусство и музыка находятся вне закона. А любое чувство - уже преступление, наказуемое смертью. Для проведения в жизнь существующего правила используется принудительное применение лекарства "прозиум". Правительственный агент Джон Престон борется с теми, кто нарушает правила. В один прекрасный момент он забывает принять очередную дозу лекарства, и с ним происходит духовное превращение, что приводит его к противоречию с самим собой и с началомством.

ДИСНЕЙ

5.00, 5.45, 6.15, 6.40, 7.10, 7.45, 11.30, 17.45, 18.15, 19.00 М/ф (6+).
5.20, 7.30, 18.40, 21.00, 3.55 М/ф (12+).
8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 10.30 М/ф (0+).
11.00 Мама на 5+.
19.30 Анимационный фильм "Тарзан и Джейн" (6+).
21.30 X/ф "АКВАМАРИН" (12+).

В ролях: Эмма Робертс, Джо Джо, Сара Пэкстон. Две 12-летние подружки знакомятся с русалкой, заброшенной штормом в прибрежный бассейн. Красавица с хвостом должна доказать своему отцу, морскому царю, что на свете существует любовь. И подружки берутся помочь ей, благо на берегу работает мускулистый спасатель, гроза всех девчоночных сердец.

23.35 X/ф "МИССИС ДАУТ-ФАЙР" (12+).

В ролях: Робин Уильямс, Пирс Броснан, Салли Финд. Трогательная и невероятно смешная семейная комедия Безработный актер разводится с женой, не позволяющей ему видаться с детьми. Он находит очень нетрадиционный выход: переодевается женщиной и занимается домработницей в собственную семью.

2.05 X/ф "ЗАПРЕТНАЯ МИССИЯ" (12+).

В ролях: Кристен Стюарт, Корбин Бле, Макс Тьерно. Они специалисты в своей области: скалолаз, компьютерный гений и изобретатель. Их план совершенен, их методы гениальны. Их миссия - ограбить один из самых крупных банков мира, и все это ради одной цели - спасти тяжелобольного отца главной героини!

4.20 Музыка на канале "Disney" (6+).

перец АТВ

6.00, 8.30 Улетное видео (16+).
7.30 Не будь овощем! (16+).
8.00 Т/с "СВЕТОФОР" (16+).
9.00, 18.30, 19.30 Дорожные войны (16+).
9.45 Среда обитания: "Не обожгись на молоке" (16+).
10.55, 16.15 Т/с "УБОЙНАЯ СИЛА" (16+).
13.05 КВН. Играют все: "Парма" и "СТЭПКО" (16+).

14.00 Среда обитания: "Фастфуд" (16+).

15.05 Среда обитания: "Что съесть, чтобы похудеть" (16+).

17.25 Т/с "УБОЙНАЯ СИЛА-2" (16+).

20.00 X/ф "РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ" (16+).

В ролях: Сильвестр Сталлоне, Ричард Кренна, Брайан Деннехи. Бывший "зеленый берет" по имени Рэмбо противозаконно арестован шерифом-самодуром, которому "не нравятся" пришлые хиппари, особенно если они не бриты. Рэмбо в ответ надавал по мордам некоторым полицейским и сбежал в лес. Там его принялись ловить, но очень крутой Рэмбо задал им всем перцу.

21.55 X/ф "РЭМБО-2" (16+).

В ролях: Сильвестр Сталлоне, Ричард Кренна, Чарльз Напьер. Джон Рэмбо отбывает наказание в тюрьме строгого режима. Он смирился со своей участью, но, несмотря на свое положение, продолжает чтить основные заповеди военного братства: верить напарнику, прикрывать его спину, отдать свою жизнь за него и свою страну. Когда полковник Траутман, бывший боевой командир Рэмбо, предлагает ему отправиться во Вьетнам, на спецоперацию по спасению оставшихся в плену американских солдат, он, не раздумывая, соглашается.

23.55 +100500 (18+).

0.25 Стыдно, когда видно! (18+).

1.25 X/ф "ОБИТЕЛЬ ЗЛА" (18+).

В ролях: Милла Йовович, Мишель Родригес, Эрик Мабиус. В гигантской подземной лаборатории на волю вырывается опаснейший вирус, мгновенно превращая своих жертв в прожорливых зомби. Достаточно одного их укуса или царапины страшных когтей, чтобы человек стал обезумевшим пожирателем живой плоти. Военные посылают в секретный комплекс, кишаший ужасными мутировавшими животными и голодными монстрами, группу спецназа, к которой присоединяются очаровательная Элис и отважный полицейский Мэтт. У них есть только три часа, чтобы уничтожить вирус до того, как он распространится по всей Земле.
3.30 Вне закона: "Няня: смертельная профессия" (16+).
4.00 М/ф (0+).

ДОМАШНИЙ

6.30, 6.00 Жить вкусно с Джейми Оливером (16+).
7.30 Секреты и советы (16+).
8.00, 18.55, 23.35, 5.55 6 кадров (16+).
8.45 Док. сериал "Моя правда" (16+).
10.45 X/ф "КЛАССНЫЕ МУЖИКИ" (16+).
В ролях: Светлана Иванова, Владимир Ильин, Александр Феклистов. В центре сюжета - история девушки-пацанки. Она рассталась с возлюбленным и начинает новую жизнь. Первым делом героиня хочет найти своего отца, который ушел из семьи, когда она была ребенком. На поиски девушки отправляется в чужой город.

18.00 Т/с "ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО" (16+).

19.00 X/ф "ОБУЧАЮ ИГРЕ НА ГИТАРЕ" (16+).

В ролях: Валерий Николаев, Алина Сергеева, Мария Звонарева. Олег Марков - гениальный 40-летний хирург - собирается покончить с жизнью. От отчаянного поступка его спасает звонок с работы.

22.35 Док. сериал "Звездная жизнь" (16+).

0.30 X/ф "СУЖЕНЫЙ-РЯЖЕНЫЙ" (16+).

2.20 X/ф "ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ" (16+).

В ролях: Маргарита Терехова, Юрий Назаров, Александра Климова. Случайно встретившись, они в шутку сказали друг другу: "Давай поженимся".

3.55 Док. сериал "Красота без жертв" (16+).

4.55 Домашняя кухня (16+).

ТВ-3

6.00, 5.45 М/ф (0+).
9.30, 10.30 Т/с "ПОМНИТЬ ВСЕ" (16+).
11.30 Док. сериал "Апокалипсис: "Солнечный удар" (12+).
12.30 Док. сериал "Городские легенды: "Магическая сила Крымского моста" (12+).
13.30 X-Версии. Другие новости (12+).
14.00, 14.30 Док. сериал "Охотники за привидениями" (16+).
15.00 Мистические истории (16+).
16.00, 16.30 Док. сериал "Гадалка" (12+).
17.00, 17.30 Док. сериал "Слепая" (12+).

18.00 X-Версии. Колдуны мира (12+).

19.00 Человек-невидимка (12+).

20.00 X/ф "МЕРЦАЮЩИЙ" (16+).

21.45 X/ф "ПРИКАЗАНО УНИЧТОЖИТЬ" (16+).

0.30 Док. сериал "Городские легенды: "Вагньково" (12+).

1.00 Европейский покерный тур (18+).

2.00 X/ф "ПОТОМСТВО ЧАКИ" (16+).

3.45 X/ф "ЩУПАЛЬЦА-2" (16+).

ЗВЕЗДА

6.00 Док. фильм "Военная контрразведка. Невидимая война" (12+).
7.00 X/ф "НЕПОВТОРИМАЯ ВЕСНА" (6+).
9.00, 13.00, 18.00, 23.00 Новости дня.

9.15 X/ф "ЭШЕЛОН" (16+).

13.15 Док. сериал "Хроника Победы" (12+).

13.45 Док. сериал "Лучший в мире истребитель СУ-27" (0+).

17.10 Военная приемка (6+).

18.30 X/ф "МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ" (0+).

20.20 X/ф "БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ" (0+).

В ролях: Сергей Лукьянов, Борис Андреев, Вера Кузнецова. История о трех поколениях семьи потомственных рабочих-судостроителей. Самым сложным характером наделен Алексей: ушел из семьи, потерял профессию, любимую девушку, но все же нашел силы вернуть свое счастье.

22.25, 23.20 X/ф "СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА" (6+).

0.30 X/ф "ПРОПАВШИЕ СРЕДИ ЖИВЫХ" (12+).

2.10 X/ф "РУССКАЯ РУЛЕТКА" (16+).

В ролях: Елена Яковлева, Денис Карасев, Римма Маркова. Герои авантурной мелодрамы - прожигатели жизни Малышка и Стас - живут на свете не самым праведным образом. Прозрение приходит поздно, его цена оказывается слишком высока.

3.50 X/ф "ПОЗДНЯЯ ВСТРЕЧА" (12+).

5.25 X/ф "КАПИТАН" (0+).

АЛЛЮЗИОН

0.10 X/ф "ЖЕНЩИНА ДНЯ" (12+).
1.35 X/ф "ВПЕРВЫЕ ЗАМУЖЕМ" (6+).
3.10 X/ф "БЕЛЫЙ ХОЛСТ" (16+).
4.40 X/ф "ПРЕДСКАЗАНИЕ" (12+).
6.30 X/ф "ХРАНИТЕЛИ СЕТИ" (16+).
7.50, 20.00 Т/с "СКЛИФОВСКИЙ" (16+).
8.40 X/ф "ИСКОПАЕМЫЙ" (16+).
10.10 X/ф "СТРАСТНОЙ БУЛЬВАР" (16+).
12.00 X/ф "ТОТ ЕЩЕ..." (12+).
13.20 X/ф "МУЖСКОЙ СЕЗОН" (16+).
15.15 X/ф "ЛИЦО ФРАНЦУЗСКОЙ НАЦИОНАЛЬНОСТИ" (16+).
16.35 X/ф "ТРИ ДНЯ В ОДЕССЕ" (16+).
18.40 X/ф "ЧАРТЕР" (16+).
20.50, 21.40 X/ф "ЛАВИНА" (16+).

АРКТИК-ТВ

7.00, 11.00, 13.00, 15.00, 17.15, 2.00, 4.00, 6.00 Associated Press (16+).
7.30, 8.30, 9.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30, 0.30, 1.30, 2.30, 3.30, 4.30, 5.30, 6.30 Новости.
8

1 КАНАЛ

5.40, 6.10 X/ф "ДЕВЯТЬ ДНЕЙ ОДНОГО ГОДА".
6.00, 10.00, 12.00 Новости.
8.00 Играй, гармонь любимая!
8.45 Мультфильм.
9.00 Умницы и умники (12+).
9.45 Слово пастыря.
10.15 Смак (12+).
10.55 Док. фильм "Иннокентий Смоктуновский. За гранью разума" (12+).
12.10 Идеальный ремонт.
13.10 X/ф "БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ".
15.00 Голос. Дети.
17.00 Кто хочет стать миллионером?
18.00 Вечерние новости.
18.15 Угадай мелодию (12+).
21.00 Время.
21.20 Сегодня вечером (16+).
22.55 Что? Где? Когда?
0.00 X/ф "ЧТО-ТО В ВОЗДУХЕ" (18+).
2.15 X/ф "ПРИВЕТ СЕМЬЕ!" (12+).
4.10 Наедине со всеми (16+).
5.00 Мужское/Женское (16+).

РОССИЯ 1

4.40 X/ф "ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ".
6.35 Сельское утро.
7.05 Диалоги о животных.
8.00, 11.00, 14.00 Вести.

ГТРК "МУРМАН"

8.10, 11.10, 14.20, Вести. Мурман.

8.20 Военная программа Александра Сладкова.
8.50 Планета собак.
9.25 Субботник.

ГТРК "МУРМАН"

10.05 Вместе к 100-летию Мурманска.

11.40 X/ф "ЗОЙКИНА ЛЮБОВЬ" (12+).
14.40 Субботний вечер.
16.45 Танцы со звездами. Сезон-2015.
20.00 Вести в субботу.
20.45 X/ф "ПОСЛЕДНЯЯ ЖЕРТВА АННЫ" (12+).
0.40 X/ф "МАМИНА ЛЮБОВЬ" (12+).
2.40 X/ф "ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ЗНАЛ ВСЕ" (12+).
4.45 Комната смеха.

НТВ

5.35, 0.55 Т/с "ПРОФИЛЬ УБИЙЦЫ" (16+).
7.25 Смотр (0+).
8.00, 10.00, 13.00 Сегодня.
8.15 Золотой ключ (0+).
8.45 Медицинские тайны (16+).
9.25 Готовим (0+).
10.20 Главная дорога (16+).
11.00 Поедем, поедим! (0+).
11.50 Квартирный вопрос (0+).
13.20 Своя игра (0+).
14.15 Я худею (16+).
15.10 Док. фильм "Ген пьянства" (16+).
16.15 Т/с "УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ" (16+).
18.00 Следствие вели... (16+).
19.00 Центральное телевидение.
20.00 Новые русские сенсации (16+).
22.00 Ты не поверишь! (16+).
22.55 Юбилейный концерт Александра Буйнова "Две жизни" (12+).
2.55 Дикий мир (0+).
3.15 Т/с "ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ТРЕТЬЯ" (16+).
5.05 Т/с "ППС" (16+).

РОССИЯ К

6.30 Евроньюс.
10.00 X/ф "ЖЕСТОКИЙ РОМАНС".
12.25 Большая семья: "Роман Карцев".
13.20 Док. сериал "Нефронтовые заметки".
13.50 Спектакль "ИВАНОВ".
16.40 МХАТчики: "Иннокентий Смоктуновский".
17.05 X/ф "ГАМЛЕТ".
19.30 Те, с которыми я... "Иннокентий Смоктуновский".

20.25 Романтика ромansa: "Нани Брегдадзе".
21.20 Линия жизни: "Александра Прошкина".
22.10 X/ф "ЧУДО".
0.00 "Take 6" в Москве.
1.05 Док. фильм "Зог и небесные реки".
1.55 Искатели: "Клад Стенки Разина".
2.40 Док. фильм "Бленхейм. Замок и парк герцогов Мальборо".

СТС - ТВ-21 21

7.00 Док. фильмы из коллекции ТВ-21 (16+).
8.00 Новости ТВ-21 (16+).
8.30 Телегазета "ТВ-21" (12+).
9.00 М/с "Драконы и всадники Олуха" (6+).
10.20 Осторожно: дети! (16+).
11.20 X/ф "КОРОЛЬ ВОЗДУХА" (0+).
13.15 М/с "Том и Джерри" (0+).
13.45 X/ф "АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ" (12+).
16.00 Место встречи ТВ-21 (16+).
16.30 Шоу "Уральских пельменей" (16+).
17.20 X/ф "МЫШИНАЯ ОХОТА" (0+).
19.00 Империя иллюзий. Братья Сафроновы (16+).
21.00 X/ф "ЭВАН ВСЕМОГУЩИЙ" (12+).

В ролях: Стив Керрелл, Морган Фриман, Лорен Грэм. Ведущий новостей Эван Бакстер покидает телеэкран, но ненадолго. В рекордно короткие сроки он появляется там вновь в качестве конгрессмена. Небеса благоволят ему во всех отношениях! Подтверждая это, к Эвану в дом приходит сам Господь Бог, чтобы возложить на него ответственную миссию.

22.45 X/ф "ВЫСШИЙ ПИЛОТАЖ" (12+).

0.40 М/ф "Печать царя Соломона" (6+).

2.05 6 кадров (16+).

БЛИЦ

7.00, 8.00, 19.30 Новости.
7.30, 9.00 Телерынок (16+).
8.30, 9.30 Music Box (16+).
10.00 Дом-2. Lite (16+).
11.00 Школа ремонта (12+).
12.00 Т/с "САШАТАНЯ" (16+).
12.30, 0.30 Такое кино! (16+).
13.00, 20.00 Битва экстрасенсов (16+).
14.30, 15.00, 16.00, 18.40 Comedy Woman (16+).
16.00 Комеди Клуб (16+).
17.00 X/ф "Я ФРАНКЕНШТЕИН" (16+).
21.30 Холостяк.
23.00 Дом-2. Город любви (16+).
0.00 Дом-2. После заката (16+).
0.30 Такое кино! (16+).
1.00 X/ф "ЗАРАЖЕНИЕ" (16+).
3.05 X/ф "ШЕЛК" (16+).
5.10 Женская лига: парни, деньги и любовь (16+).
6.00, 6.30 М/с "Турбо-Агент Дадли" (12+).

Ц ТВЦ

6.05 Марш-бросок (12+).
6.40 АБВГДейка.
7.05 X/ф "НЕ ИМЕЙ 100 РУБЛЕЙ..."

В ролях: Александр Никитин, Павел Рудаков, Людмила Шагалова. Однажды директор краеведческого музея Иван Андреевич Бажанов, устав от тихой музейной жизни, решил отправиться на поиски клада. Обладая талантом рассказчика и неуемной фантазией, герой нарисовал такую увлекательную картину поисков своему соседу, шоферу Гуляеву, что тот не выдержал и, оставив свое многочисленное семейство, присоединился к Бажанову.

8.50 Православная энциклопедия (6+).
9.20 Док. фильм "Иннокентий Смоктуновский. Моя фамилия вам ничего не скажет..." (12+).
10.10 X/ф "КОРОЛЕВСТВО КРИВЫХ ЗЕРКАЛ".
11.30, 14.30, 23.05 События.
11.45 Мой герой (12+).
12.40, 14.45 X/ф "САКВОЯЖ СО СВЕТЛЫМ БУДУЩИМ" (12+).

В ролях: Ян Цапник, Сергей Жигунов, Мария Шукшина. Писателю Дмитрию Родионову детективные истории удаются легко. Мог ли он подумать, что подобное случится с ним самим? Аркадий Воздвиженский, которого его поклонники знают под литературным псевдонимом Дмитрий

Родионов, оказывается, замешан в историю, соответствующую всем канонам криминального жанра: с угрозами и убийством. В пекло событий попадает и преданная писателю секретарша Маша Верпенцева, сыну которой в случае неповиновения угрожает жестокая расправа. От Аркадия и Маши требуют отменить "гастрольную" поездку в Киев, затеянную издательством ради рекламной кампании новой книги Родинова. Однако зловещий звонок никак не меняет планов писателя и его помощницы. О чем им вскоре приходится горько пожалеть.

16.45 X/ф "СРАЗУ ПОСЛЕ СОВЕРЕНИЯ МИРА" (12+).

В ролях: Андрей Чернышов, Серафима Низовская, Ия Нинидзе. Мир главного героя фильма, Алексея Плетнева, рухнул в одночасье. С изменой молодой жены все потерял смысл. Ни любимое дело, ни друзья, ни более чем солидное благосостояние - ничто не могло вернуть его к жизни. И вот в день своего сорокалетия Алексей сбегает в Остров - заброшенную деревушку, где когда-то купил себе дом. Кажется, что здесь его ждут мир и покой. Однако заброшенный уголок оказался вовсе не райским. Убит старик-егерь - новый сосед Плетнева. Других соседей Алексея кто-то ограбил, хотя до этого жители Острова даже дома не запирали - ничего криминального в их деревне не было! Плетневу, наверное, стоило бы уехать, однако Остров стал его домом, к тому же здесь он встретил прекрасную девушку Нелли.

21.00 Постскриптум с Алексеем Пушковым (16+).

22.00 Право знать! (16+).

23.20 Право голоса (16+).

1.40 Специальный репортаж: "Украина. Экономика в долг" (16+).

2.10 X/ф "ДОМ СОЛНЦА" (16+).

4.00 Обложка: "Американский пирог Хрущева" (16+).

4.35 Док. фильм "Квартирное рейдство" (16+).

5 5 КАНАЛ

6.10 М/ф. (0+).
9.35 День ангела.
10.00, 18.30 Сейчас.
10.10, 10.55, 11.40, 12.20, 13.05, 13.55, 14.40, 15.25, 16.10, 16.55, 17.40 Т/с "СЛЕД" (16+).
19.00, 20.00, 20.50, 21.45, 22.35, 23.30 Т/с "ЧЕРНЫЕ КОШКИ" (16+).
0.25 X/ф "БЕЛАЯ СТРЕЛА" (16+).

В ролях: Сергей Маховиков, Евгений Леонов-Гладышев, Владимир Артемов. Середина 90-х годов. После смерти родителей десантник Николай Балакирев оставляет службу и приезжает в Петербург к сестре. Старинный друг отца предлагает ему работу в Управлении по борьбе с организованной преступностью. Почти в это же время сестру Николая убивает известный в городе бандит Пеликан. Благодаря деньгам и связям Пеликан уходит от наказания, и Николай решает самостоятельно расправиться с ним. Но его опережают неизвестные бойцы в масках.

2.20 X/ф "МАЛЕНЬКИЙ ГИГАНТ БОЛЬШОГО СЕКСА" (16+).

3.55, 4.50, 5.45, 6.45 Т/с "ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА" (12+).

РОССИЯ 2

6.30 Панорама дня. Live.
7.40 Фигурное катание. Чемпионат мира. Женщины. Произвольная программа. Прямая трансляция из Китая.
9.25 Диалоги о рыбалке.
10.00 24 кадра (16+).
10.30 Трон.
11.00, 19.15, 21.45 Большой спорт.
11.10 Задай вопрос министру.
11.55 Формула-1. Гран-при Малайзии. Квалификация. Прямая трансляция.
13.05 Танки. Уральский характер.
15.00 Фигурное катание. Чемпионат мира. Мужчины. Произвольная программа. Прямая трансляция из Китая.
16.55 Хоккей. КХЛ. Финал конференции "Запад". Прямая трансляция.
19.25 X/ф "МЫ ИЗ БУДУЩЕГО" (16+).

В ролях: Данила Козловский, Андрей Терентьев, Владимир Яглыч. Четверо молодых людей - черные следопыты - ведут раскопки в тех местах, где когда-то шли бои, чтобы потом продать найденные медали, ордена, документы и немецкое оружие. Но однажды вечером начинается происходить нечто странное... В найденных

солдатских книжках, принадлежавших погибшим воинам Красной Армии, вдруг обнаруживаются фотографии самих следопытов. Пытаясь прийти в себя, коллеги по черному бизнесу отправляются купаться в озере и... попадают в 1942 год. В самый разгар тяжелых боев.

22.35 Футбол. Чемпионат Европы-2016. Отборочный турнир. Нидерланды - Турция. Прямая трансляция.

0.40 Большой футбол.

1.10 Угрозы современного мира: "Атомная альтернатива".

1.40 НЕпростые вещи: "Лампочка".

2.15 За гранью: "Погода на заказ".

2.45 Смертельные опыты: "Вакцины".

3.15 За кадром: "Иран".

3.50 Русский след: "Стамбул".

4.20 Смешанные единоборства (16+).

РЕН ТВ

5.00 Работа наизнанку (16+).
9.45 Чистая работа (12+).
10.30 Это - мой дом! (16+).
11.00 Смотреть всем! (16+).
12.30 Новости (16+).
13.00 Военная тайна (16+).
17.00 Территория заблуждений (16+).

19.00 Анимационный фильм "Добрыйня Никитич и Змей Горыныч" (6+).
20.15 Анимационный фильм "Три богатыря и Шамаханская царица" (12+).

21.45 X/ф "ГАРРИ ПОТТЕР И ТАЙНАЯ КОМНАТА" (12+).

В ролях: Дэнизл Рэдклифф, Руперт Гринт, Эмма Уотсон, Кеннет Брэна. Гарри Поттер переходит на второй курс школы чародейства и волшебства Хогвартс. Эльф Дobby предупреждает Гарри об опасности, которая поджидает его там, и просит больше не возвращаться в школу. Юный волшебник не следует совету эльфа и становится свидетелем таинственных событий, разворачивающихся в Хогвартсе. Вскоре Гарри и его друзья узнают о существовании тайной комнаты и сталкиваются с новыми приключениями, пытаются победить темные силы.

0.45 X/ф "КУДРЯШКА СЬЮ" (12+).

В ролях: Джеймс Белуши, Келли Линч, Алисан Портер. Бродяга Билл вместе со своей приемной дочкой "кудряшкой" Сью занимается тем, что "попадает" под автомобили богатей, получая с них в качестве отступного несколько десятков долларов или на худой конец - бесплатный ужин. И вот однажды судьба сводит Билла и Сью с одинокой состоятельной юристкой Дорис, под машину которой Билл попал на самом деле.

2.45 X/ф "СКУБИ-ДУ-2: МОНСТРЫ НА СВОБОДЕ" (12+).

В ролях: Фредди Принц-мл., Сара Мишель Геллар, Мэттью Лиллард. Фред, Дафна, Шэгги, Велма и самизнаете-кто возвращаются, чтобы устроить грандиозную облаву на монстров всех мастей!

4.30 Дорогая передача (16+).

ДИСНЕЙ

5.00, 5.30, 6.00, 6.30, 7.00, 7.30, 8.00, 8.30, 9.00, 9.30 М/ф (0+).
10.00, 10.25, 11.20, 13.40, 14.05, 14.35, 15.00, 15.30 М/ф (6+).
10.45 Мама на 5+.

16.00 Анимационный фильм "Тарзан" (0+).

17.45 Анимационный фильм "Тарзан и Джейн" (6+).

19.30 Анимационный фильм "Планета сокровищ" (6+).

21.20 X/ф "101 ДАЛМАТИНЕЦ" (6+).

В ролях: Гленн Клоуз, Джефф Дэниэлс, Джозли Ричардсон. Эта забавная история произошла в Англии на Рождество... Злодейка Круэлла Дэ Вил решает украсть ровно 101 далматинца, чтобы пополнить коллекцию своих меховых изделий. Однако она еще не представляет, что ее ждет, ведь хозяева и родители маленьких пятнистых щенков не будут сидеть сложа руки.

23.25 X/ф "ТАК СЕБЕ КАНИКУЛЫ" (6+).

В ролях: Джон Траволта, Робин Уильямс, Келли Престон. Двое старых приятелей и деловых партнеров внезапно оказываются в ситуации, когда им приходится заняться воспитанием двух шумных близнецов-семилеток. Более того, переполох не ограничивается домашними заботами. Детишек надо еще вывезти отдыхать в летний лагерь, а там и близняшки, и их опекуны оказываются во власти придиричивого вожакого - и все это накануне важной сделки, от которой зависит будущее предприятия горе-опекунов. Справятся ли закоренелые холостяки с этой непростой ситуацией?

1.15 X/ф "ДОКТОР ДУЛИТТЛ" (12+).

В ролях: Эдди Мэрфи, Осси Дэвис, Оливер Плат. У доктора Джона Дулиттла есть, кажется, все, о чем только можно мечтать: удавшаяся карьера, красивая жена и две прелестные дочки. В довершение ко всему он вот-вот заключит самую большую в своей жизни финансовую сделку. Короче, доктор Дулиттл - настоящий счастливчик. И вдруг случается ужасное: доктор Дулиттл замечает, что в нем просыпается когда-то присущая ему способность... понимать и говорить на языке зверей и птиц. Четвероногие и пернатые пациенты, прослышав про чудесного целителя, не дают ему прохода ни дома ни на работе.

2.55 X/ф "ДОКТОР ДУЛИТТЛ-2" (12+).

В ролях: Эдди Мэрфи, Кевин Поллак, Джеффри Джонс. Эдди Мерфи вновь в роли доктора, умеющего разговаривать с животными. На этот раз он должен сохранить лес и спасти от гибели разновидность медведя, обитающего на тихоокеанском побережье Америки.

4.35 Музыка на канале "Disney" (6+).

перец ДТВ

6.00, 8.00, 3.25 М/ф (0+).
7.30 Не будь овцеш! (16+).
9.35 X/ф "В ИЮНЕ 41-ГО" (12+).

В ролях: Юрий Колокольников, Нора Зетнер, Павел Константинов. Молодую американскую певицу, приехавшую в СССР к родственникам, война застает в деревне, которую захватывают немцы. Ей удается бежать и стать свидетелем ужасов начала войны.

11.25 X/ф "СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ" (0+).

13.30 Улетное видео (16+).

14.30 X/ф "ЗЕМЛЯ САННИКОВА" (6+).

16.30 X/ф "О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО" (0+).

В ролях: Евгений Леонов, Олег Басилашвили, Валентин Гафт. Небольшой городок взбудоражен вступлением гусарского полка. Любовь, вспыхнувшая между корнетом и юной актрисой, неожиданно сталкивается с интригой, которую плетет петербургский чиновник. Вовлеченный им в коварную игру, погибает отец героини.

20.00 Т/с "ЗНАХАРЬ-2" (16+).

23.00 +100500 (18+).

0.00 Ноги прокурора (16+).

0.30 Голые и смешные с Леной Лениной (18+).

1.25 X/ф "ПРЕДЕЛЬНАЯ ГЛУБИНА" (16+).

ДОМАШНИЙ

6.30, 6.00 Жизнь вкусно с Джейми Оливером (16+).
7.30 Секреты и советы (16+).
8.00, 18.55, 0.00 6 кадров (16+).
8.15 X/ф "ВАМ И НЕ СНИЛОСЬ" (0+).

В ролях: Никита Михайловский, Тая Аксиота, Елена Соловей. Школьники Роман и Катя тянутся друг к другу со всей безоглядностью первой любви. Мать Кати очень счастлива во втором браке и в озарении этого счастья хорошо понимает дочь. Роман находит поддержку у отца, давно и безответно любящего Катину маму. Но рядом ходят люди, ничего не знающие о любви.

10.05 X/ф "КАПКАН ДЛЯ ЗОЛУШКИ" (16+).

13.50 X/ф "ВЫШЕЛ ЕЖИК ИЗ ТУМАНА" (16+).

18.00 Т/с "ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО" (16+).

19.00 Т/с "КУРТ СЕИТ И АЛЕКСАНДРА" (16+).

23.05 Док. сериал "Звездная жизнь" (16+).

0.30 X/ф "КВАРТИРАНТКА" (12+).

2.20 X/ф "МИМИНО" (12+).

4.15 Док. сериал "Красота без жертв" (16+).

5.15 Домашняя кухня (16+).

5.45 Тайны еды (16+).

ТВ 3 ТВ-3

6.00, 10.00 М/ф (0+).
9.30 Школа доктора Комаровского (12+).

11.00, 0.45 X/ф "Д'АРТАНЬЯН И ТРИ МУШКЕТЕРА" (0+).

16.15 X/ф "ПРИКАЗАНО УНИЧТОЖИТЬ" (16+).

19.00 X/ф "ОГОНЬ ИЗ ПРЕИСПОДНЕЙ" (12+).

В ролях: Стивен Сигал, Мардж Хелгенбергер, Крис Кристоферсон.

Множество анонимных сигналов говорят о том, что в заброшенных шахтах захоронены токсичные отходы и район может превратиться в безжизненную пустыню. Секретный агент Джек Таггерт должен найти зараженные зоны и отыскать свидетелей этих преступлений.

21.00 X/ф "ТУРБУЛЕНТНОСТЬ" (16+).

В ролях: Рэй Лиотта, Лорен Холли, Рэйчел Тикотин. "Боинг-747" выполняет перелет Нью-Йорк - Бостон в рождественскую ночь. Пассажиров мало, поэтому стюардесса Тери Халлоран думает, что рейс будет несложным. Но в последний момент четверо охранников поднимают на борт двоих особо опасных заключенных.

23.00 X/ф "МЕРЦАЮЩИЙ" (16+).

ЗВЕЗДА

6.00 X/ф "ГДЕ ЭТО ВИДАНО, ГДЕ ЭТО СЛЫХАНО" (0+).

6.30 X/ф "ПРИМИТЕ ТЕЛЕГРАММУ В ДОЛГ" (6+).

8.00, 9.15 X/ф "ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА КАПИТАНА" (0+).

9.00, 13.00, 18.00, 23.00 Новости дня.

10.00 Папа сможет? (6+).

10.45 Легенды цирка с Эдгардом Запашным (6+).

11.15 Зверская работа (6+).

11.45, 13.15 X/ф "КОЕЦ ИМПЕРАТОРА ТАЙГИ" (0+).

13.50 X/ф "ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА" (0+).

15.50 X/ф "БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ" (0+).

18.20 Новая звезда (6+).

1 **1 КАНАЛ**

6.00, 10.00, 12.00 Новости.
6.10 Х/ф "ФОРМУЛА ЛЮБВИ".
8.10 Служу Отчизне!
8.45 Мультфильм.
8.55 Здоровье (16+).
10.15 Непутевые заметки (12+).
10.35 Пока все дома.
11.25 Фазенда.
12.15 Док. фильм "На 10 лет мо- ложе" (16+).
13.00 Теория заговора (16+).
17.45 Вечерние новости.
18.00 Точь-в-точь (16+).
21.00 Воскресное Время.
22.30 Клуб Веселых и Находчивых.
Высшая лига (16+).
0.40 Х/ф "27 СВАДЕБ" (16+).
2.40 Х/ф "КРУТОЙ ЧУВАК" (16+).
4.25 Контрольная закупка.

РОССИЯ 1

5.25 Х/ф "МОЛОДЫЕ".
7.20 Вся Россия.
7.30 Сам себе режиссер.
8.20 Смехопанорама.
8.50 Утренняя почта.
9.30 Сто к одному.

ГТРК "МУРМАН"

10.20 События недели.

11.00, 14.00 Вести.
11.10, 2.35 Россия. Гений места.
12.10, 14.30 Смеяться разреша- ется.

ГТРК "МУРМАН"

14.20 Вести. Мурман.

15.00 Один в один (12+).
18.00 Х/ф "ТАНГО МОТЫЛЬКА" (12+).
20.00 Вести недели.
22.00 Воскресный вечер с Влади- миром Соловьевым (12+).
0.35 Х/ф "ДОЧЬ БАЯНИСТА" (12+).
3.30 Планета собак.
4.05 Комната смеха.

НТВ **НТВ**

6.00, 1.00 Т/с "ПРОФИЛЬ УБИЙЦЫ" (16+).
8.00 Сегодня.
8.15 Русское лото плюс (0+).
8.50 Их нравы (0+).
9.25 Едим дома (0+).
10.00 Сегодня.
10.20 Первая передача (16+).
11.00 Чудо техники (12+).
11.50 Дачный ответ (0+).
13.00 Сегодня.
13.25, 16.20 Т/с "УЛИЦЫ РАЗ- БИТЫХ ФОНАРЕЙ" (16+).
16.00 Сегодня.
18.00 Чрезвычайное происше- ствие. Обзор за неделю.
19.00 Сегодня. Итоговая про- грамма с Кириллом Поздняко- вым.
20.00 Список Норкина (16+).
21.10 Х/ф "МУЖСКИЕ КАНИ- КУЛЫ" (16+).
3.00 Дикий мир (0+).
3.10 Т/с "ПЯТИЦКИЙ. ГЛАВА ТРЕТЬЯ" (16+).
5.00 Т/с "ППС" (16+).

РОССИЯ К

6.30 Евроньюс.
10.00 Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфировым.
10.35 Х/ф "... В СТИЛЕ JAZZ".
12.10 Легенды мирового кино: "Ло- лита Торрес".
12.35 Россия, любовь моя! "Кухня ногайцев".
13.05 Юбилей Людмилы Лядовой. Концерт в Большом зале Москов- ской консерватории.
13.40 Док. фильм "Зог и небесные реки".
14.35 Пешком... "Москва живопис- ная".
15.05 II Всероссийский конкурс молодых исполнителей "Русский балет". Финал.
17.10 Искатели: "След Одигит- ри".
18.00 Контекст.
18.40 Война на всех одна.
18.55 Х/ф "СУДЬБА ЧЕЛО- ВЕКА".
20.40 Док. фильм "Станислав Го-

ворухин. Монологи кинорежис- сера".
21.30 Х/ф "WEEKEND (УИК- ЭНД)".
23.05 Опера П. И. Чайковского "Черевички".

1.35 Мультфильм.
1.55 Искатели: "След Одигит- ри".
2.40 Док. фильм "Наскальные ри- сунки в долине Твифелфонтейн. Зашифрованное послание из камня".

СТС - ТВ-21 21

7.00 Док. фильмы из коллекции ТВ-21 (16+).
8.30 Телегазета "ТВ-21".
9.00 М/с "Алиса знает, что делать" (6+).
10.05 М/с "Драконы и всадники Олуха" (6+).
10.30 Шоу "Уральских пельменей" (16+).
12.00 Успеть за 24 часа (16+).
13.00 Свидание со вкусом (16+).
14.00 Ералаш (0+).
14.10 Х/ф "МЫШИНАЯ ОХОТА" (0+).
16.00 Здравствуйте, Юрий Аркадь- евич! (12+).
16.15 Телегазета "ТВ-21".
16.30 Шоу "Уральских пельменей" (16+).
17.40 Х/ф "ЭВАН ВСЕМОГУ- ШИЙ" (12+).
19.30 Шоу "Уральских пельменей" (16+).
19.25 Х/ф "ХРОНИКИ НАРНИИ" (0+).
22.00 Х/ф "ЗВЕЗДНАЯ ПЫЛЬ" (16+).
0.25 Империя иллюзий. Братья Сафроновы (16+).
2.25 М/ф "Печать царя Соломона" (6+).

БЛИЦ

7.00, 8.00 Новости (16+).
7.30, 9.00 Телерынок (16+).
8.30, 9.30, 19.30 Music Box (16+).
10.00 Дом-2. Lite (16+).
11.00 Сделано со вкусом (16+).
12.00 Перезагрузка (16+).
13.00 Х/ф "Я ФРАНКЕН- ШТЕИН" (16+).
14.50 Х/ф "КРАСНАЯ ША- ПОЧКА" (16+).
16.55, 17.25, 17.55, 18.25, 18.55 Т/с "УНИВЕР. НОВАЯ ОБ- ЩАГА" (16+).
20.00 Экстрасенсы ведут рассле- дование (16+).
21.00 Однажды в России (16+).
22.00 Stand up (16+).
23.00 Чудо-2. Город любви (16+).
0.00 Дом-2. После заката (16+).
1.00 Х/ф "УВАЖЕНИЕ И СО- ТРУДНИЧЕСТВО" (16+).
2.55, 3.45, 4.05, 4.40 Т/с "БЕЗ СЛЕДА-4" (16+).
5.30 Женская лига: парни, деньги и любовь (16+).
6.00, 6.30 М/с "Турбо-агент Дадли" (12+).

Ц **ТВЦ**

5.45 Марш-бросок (12+).
6.10 Х/ф "ЧЕМПИОН МИРА" (16+).

В ролях: Алексей Ванин, Василий Меркурьев, Владимир Гуляев. Илья Громов слывет среди однокельчан знатым силачом. Под руковод- ством опытного тренера простой деревенский парень становится чемпионом мира по классической борьбе.

7.55 Фактор жизни (12+).
8.30 Х/ф "ТРЕВОЖНОЕ ВОС- КРЕСЕНЬЕ" (12+).

В ролях: Эммануил Виторган, Клара Лучко, Александр Белянский. На иностранном танкере, стоящем в советском черноморском порту, вспыхнул пожар - и бригада слесар- рей-ремонтников оказалась забло- кированной в трюме обьятого пла- менем судна. Пожарники вступили в поединок с огнем и победили сти- хию.

10.05 Барышня и кулинар (12+).
10.40, 11.45 Х/ф "ДЕЛО РУ- МЯНЦЕВА".
11.30, 0.05 События.
12.55 Х/ф "ВЫСТРЕЛ В СПИНУ".

В ролях: Лев Прыгунов, Михаил Волков, Игорь Охлупин. Вначале был визит писателя к давнему своему приятелю, который, чтобы изба- виться от случайного свидетеля, убил его. А затем - долгие поиски преступника. Опрошено множество свидетелей. Распутан хитрый узелок,

завязанный преступником, чтобы на- править следствие по ложному пути, но точка не поставлена. Прокурор не дал санкции на арест, потому как не собраны все неопровержимые улики. И главное - не найдено оружие, из ко- тогого убит писатель.

14.50 Московская неделя.

15.20 Петровка, 38 (16+).

15.30 Х/ф "РОДИТЕЛЬСКИЙ ДЕНЬ" (16+).

В ролях: Армен Джигарханян, Ла- риса Малеванная, Максим Дрозд. Молодой преуспевающий бизнесмен, бывший детдомовец Артем Владими- ров вместе со своим партнером Сер- геем Тарасовым занимаются разо- рением крупных компаний по заказу криминала. Очередная афера друзей обещает быть успешной - им удается убедить крупного инвестора Макова вложить деньги в покупку Восточно- сибирской компании, а сразу после передачи денег они с помощью вер- ных им людей нейтрализуют Макова и выводят его из участия в сделке. Теперь Артему и Сергею предстоит убедить представителя компании в том, что у них серьезный бизнес. Наняв подставных людей, они плани- руют провести его по своим несуще- ствующим предприятиям и объектам и убедить подписать договор о слия- нии. Однако представителем оказы- вается молодая красавица Вера, в которую Артем без памяти влюб- ляется с первого взгляда. Теперь он не может обмануть ее ожиданий и должен познакомить Веру со своими родителями. Артем находит покинуто семейную пару Алексея и Елену То- милиных. Он предлагает Томилину сыграть роль его отца перед буду- щей невестой, а узнав о тяжелой бо- лезни Елены, оплачивает ей опера- цию. Томилин проникается участием к Артему и соглашается - ведь у них много общего - они оба в прошлом воевали в Афганистане. Из-за любви к Вере Артем отказывается подпи- сывать договор, грозящий разоре- нием ее компании. Но Сергей и стоя- щий за ним криминалитет настроены идти до конца и начинают охоту за Артемом.

17.20 Х/ф "ОСКОЛКИ СЧАСТЬЯ" (12+).

В ролях: Юрий Батурин, Юлия Жи- галина, Кристина Кузьмина. Страш- ное горе постигло одну счастливую семью - в автокатастрофе погибла жена. Без мамы остается четверо детей. Глава семейства убит горем и не знает, как ему жить дальше. Упа- коывая вещи умершей жены, он на- ходит ее дневник. Прочитанное по- вергает мужчину в шок - его такая примерная жена была ему всегда не- верно! Теперь все былое кажется ему ложью, он ни в чем не уверен - даже в том, что он отец своих детей.

21.00 В центре событий с Анной Прохоровой (16+).

22.10, 0.20 Т/с "ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ" (12+).

2.20 Х/ф "НЕ ИМЕЙ 100 РУБ- ЛЕЙ...".

4.00 Док. фильм "Дин Рид. Тайна жизни и смерти" (12+).

4.50 Тайны нашего кино: "Покров- ские ворота" (12+).

5.10 Док. сериал "Экополис. Го- лодный город" (12+).

5 **5 КАНАЛ**

7.45 М/ф. (0+).
10.00 Сейчас.
10.10 Истории из будущего с Ми- хайлом Ковальчуком (0+).
11.00, 11.45, 12.30, 13.15, 14.00, 14.50, 15.30, 16.15 Т/с "СЛЕД" (16+).
17.00 Место происшествия. О главном.
18.00 Главное.
19.30, 20.25, 21.20, 22.10, 23.05, 0.00 Т/с "ЧЕРНЫЕ КОШКИ" (16+).
0.55 Х/ф "СВОИ" (16+).

В ролях: Богдан Ступка, Констан- тин Хабенский, Сергей Гармаш. Ав- густ 1941 года. Из немецкого плена под Псковом бегут чекист, политурук Лившиц и снайпер Блинов из деревни Блины. В доме этого Блинова они и вынуждены скрываться, причем во- преки двум обстоятельствам: во-пер- вых, накануне их побега деревню за- няли немцы, во-вторых, старик, впу- стивший их в свой дом, не надежен, так как в свое время был раскулачен и отсидел срок. Ситуация услож- няется и тем, что снайпер влюблен в соседку, на которой хочет жениться местный полицаи.

3.00, 4.00, 05.00 Т/с "ГОСУ- ДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА" (12+).

РОССИЯ 2

6.30 Панорама дня. Live.
8.15 Моя рыбалка.
8.40 Язь против еды.
9.10 Рейтинг Баженова. Война миров (16+).
9.45 Формула-1. Гран-при Малай- зии. Прямая трансляция.

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 29 МАРТА | ТЕЛЕГИД

12.15, 16.30 Большой спорт.
12.25 Биатлон. Чемпионат России. Спринт. Мужчины. Прямая транс- ляция из Тюменской области.
13.55 Главная сцена.
16.55 Хоккей. КХЛ. Финал конфе- ренции "Восток". Прямая трансля- ция.

19.15 Х/ф "ШПИОН" (16+).

В ролях: Данила Козловский, Федор Бондарчук, Анна Чиповская. Весна 1941 года. В центре Москвы разворачивается напряженный по- единок двух разведок. Цель тайной операции Гитлера - дезинформиро- вать Сталина о планах нападения Германии на Советский Союз. Стар- ший майор Октябрьский и лейтенант Дорин против гения фашистского шпионажа. Схватка на фоне большой истории, освещенной заревом гря- дущей войны.

21.20, 23.40 Большой футбол.

21.35 Футбол. Чемпионат Европы- 2016. Отборочный турнир. Порту- галия - Сербия. Прямая трансля- ция.

0.10 Биатлон. Чемпионат России. Спринт. Женщины. Трансляция из Тюменской области.

1.50 Формула-1. Гран-при Малай- зии.

3.00 Фигурное катание. Чемпионат мира. Показательные выступления. Трансляция из Китая.

3.55 Т/с "ПЫЛЬНАЯ РАБОТА" (16+).

РЕН-ТВ

5.00 Дорогая передача (16+).

5.50 Х/ф "СКУБИ-ДУ-2: МОН- СТРЫ НА СВОБОДЕ" (12+).

7.30 Х/ф "КУДРЯШКА СЬЮ" (12+).

9.30, 18.40 Х/ф "ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ: ДВЕ КРЕПОСТИ" (16+).

В ролях: Элайджа Вуд, Изн Мак- Келлен, Лив Тайлер. Братство рас- палось, но Кольцо Всевластья должно быть уничтожено. Фродо и Сэм вынуждены доверить свои жизни Голлуму, который взлся провести их к воротам Мордора. Громадная Армия Сарумана приближается: члены братства и их союзники го- товы принять бой. Битва за Соеди- земье продолжается.

12.50 Анимационный фильм "Доб- рыня Никитич и Змей Горыныч" (6+).

14.10 Анимационный фильм "Три богатыря и Шамаханская царица" (12+).

15.40 Х/ф "ГАРРИ ПОТТЕР И ТАЙНАЯ КОМНАТА" (12+).

22.00 Добров в эфире (16+).

23.00 Военная тайна (16+).

3.00 Территория заблуждений (16+).

ДИСНЕЙ

5.00, 5.30, 6.00, 6.30, 7.00, 7.30, 8.00, 8.30, 9.00, 9.30 М/ф (0+).
10.00, 11.50, 13.40, 14.05, 14.35 М/ф (6+).
10.20 Это мой ребенок?!
11.30 Правила стиля (6+).
15.10 Х/ф "ТАК СЕБЕ КАНИ- КУЛЫ" (6+).
17.00, 2.30 Анимационный фильм "Ветер крепчает" (12+).
19.30 Анимационный фильм "Земля до начала времен-11: Вторжение мышезавров" (0+).
21.15 Х/ф "ДОКТОР ДУЛИТТЛ" (12+).
22.45 Х/ф "ДОКТОР ДУЛИТТЛ- 2" (12+).
0.25 Х/ф "АКВАМАРИН" (12+).

перс АТВ

6.00, 5.30 М/ф (0+).
7.30 Не будь овецем! (16+).
8.00 Х/ф "ЗЕМЛЯ САННИ- КОВА" (6+).
10.00 Х/ф "О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО" (0+).
13.30 Улетное видео (16+).
14.30 Т/с "СВЕТОФОР" (16+).
18.30, 1.00 Машина (16+).
23.00 +100500 (18+).
0.00 Ноги прокурора (16+).
0.30 Стыдно, когда видно! (18+).

ДОМАШНИЙ

6.30, 6.00 Жить вкусно с Джейми Оливером (16+).
7.30 Секреты и советы (16+).
8.00, 18.00, 23.35 6 кадров (16+).
8.30, 22.35 Док. сериал "Звездная жизнь" (16+).

9.30, 5.30 Домашняя кухня (16+).
10.00 Х/ф "ОБУЧАЮ ИГРЕ НА ГИТАРЕ" (16+).
13.35 Х/ф "МОЯ ВТОРАЯ ПО- ЛОВИНКА" (16+).

В ролях: Александр Домогоаров, Елена Дробышева, Екатерина Мали- кова. Что выбрать? Тихую семейную гавань или страстную любовь? Жену, с которой прожил не один десяток лет, или молодую любовницу? После долгих размышлений 40-летний глав- ный герой фильма Алексей решает начать жизнь сначала.

17.10 Док. сериал "Звездные ис- тории" (16+).

19.00 Х/ф "ЛЮБОВЬ НЕ ДЕ- ЛИТСЯ НА 2" (12+).

В ролях: Михаил Мамаев, Екате- рина Семенова, Татьяна Лютаева. В Москве в скромной хрущевке живут Борис, Соня и их сын Денис. Парню восемнадцать, а он все никак за ум не возьмется - бренчит целыми днями на гитаре да песни сочиняет. Соня преподает в школе русский язык и литературу, ведет театральный кру- жок, да еще и репетитором подра- бывает. А в Вязове живет семья Глеба Дорохова. Глеб женат на се- стре Сони - Раисе. Наша история на- чинается с того, что Марина при- езжает в Москву, а Денис - в Вязов. Причин на то много. Марине надо по- ступать в университет, учиться. А Де- нису давно пора браться за ум - Соня надеется, что Глеб займет его делом. Все бы ничего, но, похоже, есть тайна, которая долгие годы свя- зывает две семьи.

0.30 Х/ф "ПОСЫЛКА С МАРСА" (12+).

В ролях: Мария Миронова, Алек- сандр Самойленко, Александр Ба- лувев. Артист Саша Самохин подра- батывал Дедом Морозом. Особенно много заказов было в канун Нового года. А тут так случилось, что На- талья Стрельникова, преуспевающая бизнес-леди, поручила своему "голу- боватому" арт-директору Эдику срочно найти и отправить Деда Мо- роза к своему ребенку в Переделки- но для вручения подарка. Саша со- гласился.

2.55 Х/ф "ЗАБЫТАЯ МЕЛОДИЯ ДЛЯ ФЛЕЙТЫ" (12+).

В ролях: Леонид Филатов, Титьяна Догилева, Ольга Волкова. В прошлом студент консерватории и хороший флейтист, а в настоящем - муж дочери "большого человека" и сам начальник одного из подразделений Главного управления Леонид Семенович Филимонов однажды почув- ствовал физическое недомогание: прихватило сердце. И это в неполные сорок лет от роду! Сей неприятный случай послужил поводом для зна- комства бывшего флейтиста с моло- денькой медсестрой из ведомствен- ной поликлиники Лидой. И закру- тился бурный роман.

ТВ-3

6.00, 9.30, 5.30 М/ф (0+).
8.00 Школа доктора Комаров- ского (12+).
8.30 Док. сериал "Вокруг света. Места силы" (16+).
10.15, 2.45 Х/ф "ГОСТЬЯ ИЗ БУДУЩЕГО" (0+).
В ролях: Алеша Фомкин, Наташа Гусева, Марьяна Ионесня. Борьба с космическими пиратами, захваты- вающее путешествие во времени, знакомство с девочкой из будущего Алисой Селезневой - вот к чему при- вел обычный поход за кефиром маль- чика Колю из 6 Б класса.
17.00 Х/ф "ТУРБУЛЕНТНОСТЬ" (16+).
19.00 Х/ф "СКВОЗНЫЕ РАНЕ- НИЯ" (16+).

В ролях: Стивен Сигал, Ди Эм Икс, Исайя Вашингтон. Детройт- ский полицейский Ормон Бойд, ко- торый днями и ночами ведет непри- миримую войну с наемными полити- ческими убийцами, неожиданно по- лучает перевод в дорожную поли- цию. Явно кто-то хочет убрать "не- удобного" детектива с дороги. Бойд объединяет усилия с криминальным авторитетом Лоттреллом Уокером и еще больше погружается в привыч- ные дела, создавая своим оппонен- там все больше проблем. Его жизнь в опасности.

21.00 Х/ф "ОПАСНЫЙ ЧЕЛО- ВЕК" (16+).

23.00 Х/ф "ОГОНЬ ИЗ ПРЕ- ИСПОДНЕЙ" (12+).

1.00 Х/ф "ЗАЖГИ ЭТИМ ЛЕТОМ!" (16+).

ЗВЕЗДА

6.00 Х/ф "ПОДАРОК ЧЕРНОГО КОЛДУНА" (0+).

В ролях: Елена Кондратьева, Борис Щербаков, Лариса Данилина. Подарил злой колдун Василисе сва- дебный наряд, в котором можно за- гадать одно-единственное желание. Увидев любимого Ивана с другой де- вушкой, молвила опрометчиво Васи- лиса слово - и ослеп Иван. Пережив череду испытаний, Василиса нашла живую воду и вернула любимому зре- ние.

7.10 Х/ф "МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ" (0+).

9.00 Служу России!

10.00 Военная приемка (6+).

10.45 Научный детектив (12+).

11.00, 13.15 Х/ф "СИБИРСКИЙ ЦИРЮЛЬНИК" (16+).

В ролях: Олег Меньшиков, Марат Башаров, Джулия Ормонд. Действие кинозполеи "Сибирский цирюльник" происходит в эпоху императора Алек- сандра III, редкую для России эпоху без революции, войн и потрясений. "Сибирский цирюльник" - фильм не о прошлом, а о вечном для каждого из зрителей: о жизни и смерти, о любви и вере в торжество добра.

13.00, 23.00 Новости дня.

15.00 Х/ф "СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА" (6+).

17.10, 18.45 Док. сериал "Легенды советского сыска" (16+).

18.00 Новости. Главное.

21.05 Х/ф "НЕБЕСНЫЙ ТИХО- ХОД" (0+).

В ролях: Николай Крючков, Васи- лий Меркурьев, Василий Нещип- ленко. Три друга, летчики-офицеры, поклялись не любить до конца войны. Однако военная служба познакомила их с летчицами женской эскадрильи. И друзья один за другим начали сда- вать свои позиции.

22.40, 23.15 Х/ф "ФАНАТ" (16+).

В ролях: Алексей Серебряков, Олег Кантемиров, Федор Сухов. Егор Ларин мечтал заняться тренерской работой. Но его секцию прикрыли. Став рэкетиром, герой вскоре осоз- нал свою ошибку и вступил на путь противоборства с мафией.

0.30 Х/ф "ФАНАТ-2" (16+).

В ролях: Алексей Серебряков, Олег Кантемиров, Федор Сухов. После последнего боя Егор ушел от погони, оставив преследователей в уверенности, что погиб, но вскоре мафия обнаружила Егора.

2.15 Х/ф "ШУМНЫЙ ДЕНЬ" (0+).

В ролях: Валентина Сперантова, Геннадий Печников, Татьяна Надеж- дина. Грустный и веселый рассказ о большой семье (мать и четверо взрослых детей), относительное спо- койствие которой нарушается же- нитьбой старшего сына.

4.10 Х/ф "УВОЛЬНЕНИЕ НА БЕРЕГ" (0+).

В ролях: Ариадна Шенгелая, Лев Прыгунов, Владимир Марков. Всего один день провел в южном портовом городе матрос Николай Валеников. Выполняя поручение друга, он встре- тился со многими людьми и познако- мился с девушкой, которая будет ждать его возвращения.

ОЛЛЮЗИОН

0.10 Х/ф "БЕЛЫЙ ХОЛСТ" (16+).
1.40 Х/ф "МУЖСКОЙ СЕЗОН" (16+).
3.35 Х/ф "ЛИЦО ФРАНЦУЗСКОЙ НАЦИОНАЛЬНОСТИ" (16+).
4.5

Артроз, артрит, венозная недостаточность и другие хронические заболевания: что делать хроникам?



Мы с мужем - хроники: у мужа больные вены, а у меня артроз коленей. Раньше отпуск свой тратили на лечение в санатории, где проходили курс всевозможных физиопроцедур. Результат был хорошим, и после санатория 2-3 месяца обеих ноги не беспокоили. Мы работаем, и дополнительно лечиться в течение года не получалось. Только потребляли горстями лекарства, чтобы как-то просуществовать до следующего отпуска и снова привести себя в порядок. Но вот как-то сели мы с ним и стали искать решение проблемы. И решили для начала купить физиоаппарат АЛМАГ, чтобы лечиться между санаториями. Алмаг мы приобрели год назад, а вскоре купили еще лечебное устройство Теплон. Алмагом лечимся по инструкции, а Теплон применяем совместно с травяными компрессами. Научились делать себе ручной массаж, в общем, создали себе полное физиолечение на дому. Теперь в отпуск мы поедом не в санаторий, а на Байкал, всю жизнь мечтали там побывать.

А. П. Решетилова, Мурманск.

Такие хронические заболевания, как артроз, артрит, венозная недостаточность, варикозная болезнь, остеохондроз, гипертония, требуют комплексного и регулярного лечения, т. е. лекарственная терапия плюс физиолечение. Но очень часто больной не получает полноценного, т. е. комплексного лечения только потому, что проведение физиопроцедур амбулаторно сопряжено с определенными сложностями: работающие люди редко могут позволить себе больничные или "отпуски" с работы, чтобы ездить в поликлинику на процедуры, а для пожилых людей это зачастую сложно чисто физически - поездки в транспорте, очереди в поликлинике (а в сельской местности это и вовсе неразрешимая проблема). Поэтому лекарственная терапия оставалась долгое время единственным вариантом амбулаторного лечения из-за своей легкой доступности. Но медикаментозное лечение само по себе не обеспечивает полноценного лечения

хронических заболеваний, а, кроме того, несет в себе и угрозу - побочные эффекты. В итоге медикаментозное лечение хронической болезни ведет к появлению другого хронического заболевания.

Сегодня эту проблему комплексного и регулярного лечения можно решить, потому что за последние годы физиотерапия стала доступной для амбулаторного (домашнего) лечения. Наиболее подходящий и доступный метод для домашнего лечения - это магнитотерапия. Сейчас в аптеках можно приобрести магнитотерапевтический аппарат АЛМАГ и тем самым создать свой личный физиокабинет дома. АЛМАГом-01 оснащено 80% физиокабинетов лечебных учреждений страны. Он способен увеличить кровоток в поврежденных тканях до 300%! Кровь активно начинает поставлять питательные вещества и лекарства в проблемные зоны и удалять вредоносные. АЛМАГ-01 способствует выздоровлению при артрозе, артрите, остеоартрозе. Он дает возможность снять боль, воспаление, спазм мышц, улучшить подвижность сустава и затормозить прогрессирование заболевания.

Сейчас создан еще более уникальный аппарат АЛМАГ-02 - для лечения сложных случаев. Например, он показан при коксартрозе. Почему именно АЛМАГ-02? Дело в том, что тазобедренный сустав, а именно он страдает при этом заболевании, расположен глубоко в теле человека. Глубина проникновения магнитных импульсов АЛМАГа-02 вполне достаточна, чтобы достать до тазобедренного сустава и результативно на него воздействовать. Кроме этого при коксартрозе желательно влиять магнитным полем не только на сустав, но и одновременно на пояснично-крестцовый отдел позвоночника. И снова АЛМАГ-02 справится с этой задачей, благодаря наличию дополнительных излучателей! Двойной удар по коксартрозу аппаратом АЛМАГ-02 дает возможность снова двигаться и радоваться жизни!

В АЛМАГе-02 для каждого заболевания разработана индивидуальная программа с необходимыми параметрами магнитного поля, что дает возможность успешно справляться не только с коксартрозом, но и с остеопорозом, инсультом, варикозной болезнью, бронхиальной астмой, осложнением сахарного диабета, заболеваниями печени, хроническим панкреатитом, мочекаменной болезнью и многими другими. Домашний физиокабинет постепенно можно пополнить устройством комплексной физиотерапии Теплоном. ТЕПЛОН (УЛЧТ-02 "ЕЛАТ") включает 6 элементов для прогревания различных органов, а также устройство для внутришного и внутриносового воздействия инфракрасным излучением и магнитным импульсным полем. Им можно лечить заболевания мочеполовой системы, остеохондроз с корешковым синдромом, невралгии, ЛОР-заболевания, хронический насморк, ангину, ушную боль и т. д.

В случае, когда нужно срочно снять острую боль, альтернативой обезболивающим таблеткам может стать устройство электростимуляции СТИМЭЛ-01. Оно способно выключить боль быстро, на длительное время. Еще его применяют в процессе реабилитации после хирургических вмешательств и травм.

ФИЗИОКАБИНЕТ ДОМА - СОВРЕМЕННАЯ РЕАЛЬНОСТЬ

Алмаг-02:



- артроз
- варикозная болезнь
- тромбофлебит
- лимфедема
- атеросклероз
- гипертония
- гастрит и язва желудка
- остеохондроз и др.

Стимэл-01

- болевые синдромы
- заболевания нервной
- и мышечной систем



Теплон (УЛЧТ-02 "Елат")



- мочекаменная болезнь
- травмы
- невриты
- ЛОР-заболевания

Почему бессонница бьет в сердце?

Бессонница приводит к заболеваниям сердца и не только. Ученые предупреждают: бессонница - прямой риск развития **сердечной недостаточности**. Причем возрастает он вместе с количеством симптомов и возможных проявлений нездорового сна. Так, регулярные проблемы с засыпанием повышают опасность развития болезни на 27-66%, а добавленные к ним частые просыпания среди ночи и низкое качество сна - еще в 2-5 раз. Традиционно причинами бессонницы считают хронические стрессы. У тех, кто испытывает их регулярно, надпочечники активно вырабатывают гормоны стресса, а он, в свою очередь, повышает артериальное давление, приводит к учащению сердцебиения. Эти факторы связаны с сердечной недостаточностью. Причем сама бессонница, как отмечают специалисты, становится стрессом для организма. Раздражительность, психическая неустойчивость, ухудшение памяти - вот ее верные спутники. Всего одна бессонная ночь **снижает умственную работоспособность** на 10%. Каждая из последующих - еще на 25%. Гормоны стресса провоцируют **депрессию**. Все это усугубляется бешеными ритмами современной жизни, желанием все успеть в короткие сроки. Борьба за место под солнцем оставляет человеку все меньше времени на сон. В результате бессонницей сегодня страдает каждый третий.

Выход всегда есть. Самое распространенное средство в борьбе с бессонницей - это снотворные. Но их прием влечет за собой немало побочных эффектов. Снотворные наркотического типа (барбитураты) угнетающе воздействуют на всю центральную нервную систему человека. Другие (бензодиазепины) вызывают зависимость. Они предназначены для



кратковременного решения проблем со сном, но не для постоянного лечения. Возможная альтернатива - магнитотерапия, она применяется даже в тех случаях, когда другие методы лечения противопоказаны. Аппарат ДИАМАГ - новинка для лечения переменным низкочастотным, низкоинтенсивным магнитным полем. Его использование не вызывает привыкания. ДИАМАГ может стать незаменимым помощником при бессоннице, мигрени, ишемической атаке, хронической ишемии головного мозга, последствиях перенесенного нарушения мозгового кровообращения, остеохондрозе шейного отдела позвоночника, хроническом иридоциклите и даже болезни Паркинсона. Весь секрет - в особом воздействии магнитных полей именно на нервную систему! При определенных параметрах они могут успокаивать и гармонизировать или, наоборот, активизировать работу мозга. ДИАМАГ положительно влияет на кровоток, позволяя улучшить кровоснабжение, питание мозга, повысить устойчивость к недостатку кислорода, что способствует восстановлению его нормальной работы.

Простота в использовании. Чтобы использовать ДИАМАГ, совсем не обязательно куда-то ехать и даже выходить из дома. Достаточно получить рекомендацию и затем самостоятельно проводить лечение. ДИАМАГ (АЛМАГ-03) принадлежит к серии аппаратов, доступных для применения в домашних условиях. Продукция марки ЕЛАМЕД пользуется спросом не только в России, но и за рубежом. Поставки осуществляются в Европу и Америку. ДИАМАГ - новинка, предназначенная для лечения заболеваний головного мозга. Аппарат состоит из блока управления и излучателя "оголовье" - двух гибких излучающих линеек с индукторами. Для проведения процедуры достаточно надеть излучатель на голову, установить нужную программу и нажать кнопку "Пуск". Время процедуры 15-20 минут, которые можно провести с пользой и интересом: почитать книгу, заняться вышиванием, посмотреть телевизор. Следить за временем не нужно - ДИАМАГ отключится автоматически.

ВЫГОДНЫЕ ЦЕНЫ
на Алмаг-01, Алмаг-02, Диамаг,
Стимэл и Теплон в Мурманске!!!
Только с 18 по 24 марта 2015 г.

Магазины "ЦЕНТР МЕДТЕХНИКИ":
- ул. Полярные Зори, 3;
- просп. Героев-североморцев, 15, корп. 1;
- ул. Свердлова, 9;
- ул. Щербакова, 2.

Магазин "МЕДТЕХНИКА для ДОМА":
ул. Полярные Зори, 25/1.

Аптеки "ЕВРОФАРМА":
№ 1 - ул. Ленинградская, 20/3;
№ 2 - ул. Героев Рыбачьего, 51;
№ 3 - ул. Лобова, 40;
№ 4 - Кольский просп., 51, корп. 8;
№ 7 - ул. Баумана, 33;
№ 10 - просп. Кирова, 51а;
№ 12 - ул. Полярные Зори, 31/1;
№ 13 - ул. Баумана, 18;
№ 17 - ул. Лобова, 26;
№ 18 - просп. Героев-североморцев, 38;
№ 21 ул. Челюскинцев, 20.

Аптеки "АЙБОЛИТ":
- Кольский просп., 7; - ул. Копытова, 43;
- ул. Марата, 21; - ул. Орликовой, 18.
- Флотский проезд, 3;

Бесплатный телефон завода **8-800-200-01-13.**
www.elamed.com
Заказывайте наложенным платежом:
391351, Рязанская область, р. п. Елатьма,
ул. Янина, 25. ОАО "Елатомский приборный завод".
ОГРН 1026200861620 16+

Подарите
здоровье
близким!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

Заполярная Австрия

■ Мурманчане поставят всемирно известный мюзикл по-своему

Как часто бывает, что хорошая книга или по-настоящему интересное кино пробуждают в душе волнительное вдохновение. Кажется, что ты полностью пропитался созданной атмосферой и уже сам, вдохновленный, готов вершить великие дела. Но когда снова наваливаются будничные заботы, все возвращается на круги своя. Историей о том, как не потерять творческое настроение и превратить его в собственный проект, с нами поделилась мурманчанка Кристина Готье, ставшая организатором театрально-музыкальной труппы с необычным названием "Comédie Tragédie".



Сальери на Кольском мосту.

ОТ ИДЕИ К ПРЕДСТАВЛЕНИЮ

С прогремевшим на множество стран французским мюзиклом "Моцарт. Рок-опера" увлеченная миром закулисы Кристина познакомилась случайно. Но, разумеется, обрамленная качественной музыкой история талантливого, но долго не признанного австрийского композитора, прошедшего на своем жизненном пути через зависть и предательство, до глубины души поразила творческую девушку. Долго вынашивать в себе вдохновившие на работу идеи не пришлось, и свой первый мини-спектакль по мотивам мюзикла Кристина поставила для заполярного аниме-фестиваля "Кинки". Там же и было выбрано название для тогда еще небольшой, но уже дружной театрально-музыкальной команды - "Comédie Tragédie".

- В мюзикле есть песня с таким названием, которое мы решили отождествить с нашим театром. Оно как раз отображает то, что мы делаем на сцене, - пояснила Кристина. - В спектакле есть как трагические моменты, которые, что проверено, даже у самого непробиваемого человека вызовут сильные эмоции, так и веселые, по-настоящему смешные.

Уже после первой удачной работы решено было не останавливаться на достигнутом и взяться за более серьезную постановку мюзикла. Но так как в труппе, состоящей тогда из чуть менее двадцати человек, действующих лиц на столь масштабное представление не хватало, историю, в оригинале рассказанную в двухчасовом спектакле, в заполярной версии было решено сократить вдвое. Для того чтобы зрителям была понятна суть и предыстория происходящего на сцене, опущенные моменты объяснялись голосом за кадром. Тогда

первый показ мюзикла, правда, закрытый, состоялся в Доме молодежи "Mr. Pink" и никого не оставил равнодушным.

- Но все-таки мне очень хотелось поставить мюзикл от начала и до конца, как в оригинале, тем не менее не занимаясь стопроцентным копированием, - призналась Кристина. - Поэтому после отпусков мы снова взялись за дело и подготовили новый сценарий, где все, что можно было поменять, не навредив смыслу, переделали на свой лад.

АВСТРИЯ ЗА ПОЛЯРНЫМ КРУГОМ

Сейчас творческий коллектив "Comédie Tragédie", занимающийся в стенах городского Дома молодежи, насчитывает тридцать участников, молодых людей и девушек, среди которых - танцевальная группа, основной состав актеров, а также помощники, не задействованные в самой постановке, но активно участвующие в ее подготовке. Но, что самое инте-



В музыкальных клипах труппы Мурманск превращается в Австрию. А вот и Моцарт.



Главные действующие лица заполярной версии мюзикла. Все костюмы ребята делали своими руками.



Главные роли в постановке играют девушки.

ресное, главные и довольно непростые роли в мюзикле - талантливого Моцарта и завистливого Сальери играют девушки - Мария Алифанова и Катерина Пакова.

- Часто люди удивляются этому факту, - заметила Кристина. - Однако, во-первых, я считаю, что театр - бесполовая организация, где женщины могут играть мужские роли и наоборот. А во-вторых, эти девушки совершенно потрясающе могут ухватить характер, передать энергетику личности. Когда Маша увидела главного героя популярного мюзикла, удивительным образом

смогла его "отзеркалить" так, что в впоследствии на репетициях в ней я видела оригинальный образ актера. От нее заряжается позитивом вся труппа.

Пока добирался актерский состав, вместе со штатным видеорежиссером труппы можно было шагнуть за пределы театральной сцены и снять несколько авторских клипов на песни из мюзикла. Таким образом при полном костюмированном параде и гриме перенести частичку Австрии в Мурманск, адаптировав героев под наши северные реалии.

Стоит отметить, что свой преобразованный музыкальный проект ребята в самом прямом смысле слова полностью создают своими руками: декорации и реквизит, а также производящие впечатление костюмы готовят самостоятельно. А так как заполярная версия спектакля рассчитана на русскую публику, Кристиной еще и были переведены тексты всех песен с французского языка. Ограничиться простым переводом, конечно, было нельзя, поэтому слова кропотливо адаптировались так, чтобы по-прежнему идеально ложиться на музыку и сохранять необходимую смысловую нагрузку.

- Благодаря тому, что когда-то я увлекалась поэзией и писала стихи, для меня это была несложная работа, - вспоминала Кристина. - Тем не менее меня часто спрашивают, брала ли я уже готовые переводы.

Но нет, я работала, основываясь на формате того, что ставим мы. Моцарт тоже бывает разный. И то, что делали французы, - одно дело, то, что делали в Японии и Корее, - другое, у нас будет своя версия.

Разумеется, за исполнение преобразованных композиций ребята из "Comédie Tragédie" тоже взялись самостоятельно. Актеры, страстно желавшие лично озвучивать своих героев, усиленно занимались с педагогом по вокалу. Тем не менее поставить голос за столь короткое время - задача крайне сложная, поэтому с записью некоторых песен ребятам помогли уже опытные мурманские музыканты, как, например, вокалист группы "Showtime!" Павел Рожков.

Для тех, кто не знаком с мюзиклом, очаровавшим весь мир, стоит заметить, что его сильная сторона - не только качественная музыка и песни, но и удивительной красоты танцевальные номера. Так что заполярным актерам пришлось еще и немало потрудиться над хореографией музыкального спектакля, постановкой которой руководит опытная в этом деле Александра Князева.

- На танцгруппе в мюзикле держится практически все: это его база и основа, - уверяет Кристина. - Главные герои, основной состав - они все красивые и талантливые. Но актер, который статично стоит на сцене или хаотично двигается целых три минуты, пока идет песня, воспринимается непросто. Тогда включается танцгруппа: ты смотришь на одного, второго, и восприятие меняется кардинально. Но и в этом аспекте мы постарались уйти от полного копирования.

А пока репетиции еще в самом разгаре, Кристина призналась, что в планах у нее создание своего собственного мюзикла.

- Я хочу сама написать сценарий, тексты песен, чтобы в будущем, возможно, копировали уже мою постановку, - улыбается девушка.

Елена СМЕРНОВА.
Фото из архива
театра "Comédie Tragédie".

- **Х**ватай его за ногу! Вали его! Теперь держи и не отпускай!

Казалось, что тренер юного самбиста сам готов броситься на ковер и показать своему подопечному, как эту самую ногу надо держать. При этом наставник не выпускал из рук смартфон, на который записывал ход поединка. Вот дома, в спокойной обстановке, и разберем, как надо правильно делать болевой прием на ногу.

Таких сцен на открытом турнире памяти президента федерации самбо города Мурманска Владимира Батурова можно было наблюдать немало. Результат этих подсказок, как правило, одинаков - те, кому они адресованы, попросту их не слышат, увлекшись поединком.

- Соревнования проходили в формате "стенка на стенку", - говорит **тренер-преподаватель ДЮСШ № 19 города Мурманска, мастер спорта по самбо Мария Гольнева**. - Всего на турнире пять команд - из Североморска, Кировска, Полярных Зорь и Мурманска. В каждой по 11 спортсменов. Команды поочередно встречаются друг с другом. Победителем турнира становится команда, одержавшая больше всех побед.

Главными соперниками стали команды двух мурманских ДЮСШ - № 16 и 19. Они победили всех своих соперников, и судьба первого места должна была определиться в их поединке.

С самого начала инициативу захватили самбисты из ДЮСШ № 19. Ребята одержали шесть побед подряд, после чего оставшиеся пять схваток уже ничего не решали. Их соперникам оставалось лишь по возможности постараться уйти от "сухого" поражения, сделав счет матча более достойным. И ребятам из шестнадцатой школы это удалось. Седьмой и восьмой поединки остались за ними. В девятом должны были встречаться борцы весовой категории до 65 килограммов, но в команде ДЮСШ № 19 в данном весе никого не было, поэтому и здесь победа досталась их соперникам. В десятой схватке уверенную победу одержал Данил Друшляков из ДЮСШ № 19. В последнем, одиннадцатом поединке, в котором сошлись самые тяжелые представители обеих команд (весовая категория свыше 70 килограммов), удача улыбнулась Павлу Голубину из ДЮСШ № 16. Итог встречи 7:4 в пользу подопечных Марии Гольневой. Второе место у "стенки" из ДЮСШ № 16, "бронза" у ребят из Полярных Зорь.

- В следующем году турниру исполнится 15 лет, - рассказывает Мария Анатольевна. - По этому случаю мы хотим организовать встречу тех, кто был участником самого первого турнира. Планируем пригласить родственников Батурова. В ближайшее время тоже состоится несколько интересных турниров. В частности, через несколько дней мы едем на первенство Северо-Западного федерального округа среди юношей 2001-2002 годов рождения, который пройдет в Коряжме Архангельской области. А в конце апреля лучшие самбисты нашей области поедут на турнир городов-героев "Победа". К этим соревнованиям мы готовим сборную команду области, куда вошли четыре мурманчанина, а также представители Мончегорска и Кандалакши.

Чья "стенка" крепче?



Точность и ловкость

Два дня в детско-юношеской спортивной школе № 1 проходило первенство Мурманска по прыжкам на акробатической дорожке. В соревнованиях приняли участие 20 спортсменов, представлявших Мурманск и Колу.

Результат каждого участника складывался исходя из четырех упражнений. Юные акробаты соревновались наряду с уже опытными спортсменами. Задача участника состояла в том, чтобы чисто выполнить акробатическую комбинацию, которая может включать серию прыжков с передним, задним и боковым вращением. Упражнение должно выполняться с хорошей координацией, техникой и сохранением темпа. При этом спортсмен должен четко придерживать середины дорожки. Любое отклонение приводит к снятию баллов.

Лучше всех с этими задачами справился мурманчанин Александр Козлов, набравший за выполнение своих комбинаций 61,1 балла.

СПОРТИВНЫЙ ТЕЛТАЙП

Три старта - три "золота"!

В Красноярске завершились чемпионат и первенство России по лыжному спорту среди слепых. В рамках чемпионата состоялось три гонки (две лыжных и одна биатлонная), в которых приняла участие мурманчанка Екатерина Мошковская. Наша землячка не оставила ни единого шанса своим соперникам, победив на всех трех дистанциях.

Напомним, что в прошлом году с этих соревнований Екатерина привезла весь комплект наград: "золото" в лыжном спринте, "серебро" в индивидуальной гонке и "бронзу" в биатлоне. Эти результаты позволили Кате попасть в состав сборной команды страны и принять участие в чемпионате мира, который проходил в январе 2015 года в Соединенных Штатах Америки, где спортсменка заняла пятое место.

Прокатились с ветерком

В Полярных Зорях разыграны два первых комплекта наград соревнований по горнолыжному спорту 81-го традиционного Праздника Севера.

Соревнования проходили на трассе "Салма". Сначала спортсмены состязались в гигантском слаломе. У женщин победу одержала Екатерина Васильева из Кировска. Второе и третье места со-

ответственно заняли мончегорки Марина Скиба и Мария Крайковская. У мужчин в этой дисциплине лучшим был кировчанин Валерий Артемьев. Серебряная медаль досталась Александру Ильину из Мончегорска, а "бронза" - хозяину трассы Денису Лаврову.

В слаломе у женщин весь пьедестал достался мончегоркам. Марина Скиба стала в этой дисциплине победительницей. Крайковская заняла второе место. Нина Кузнецова показала третий результат. В мужской части программы на высшую ступень пьедестала почета поднялся кировчанин Иван Врачев. На вторую - Лавров, на третью - Ильин.

Движение - жизнь

В Долине Уюта прошло открытое первенство города Мурманска по лыжным гонкам среди ветеранов по программе 60-го городского Праздника Севера. В соревнованиях приняли участие более 70 лыжников из Мурманска, Снежногорска, Полярного, Никеля и Североморска. Самым старшим участником гонки стал 67-летний мурманчанин Анатолий Ерофеев.

Лучшее время на 25-километровой дистанции показал мурманчанин Александр Косорыгин - 1 час 8 минут 43 се-

кунды. Женщины бежали пять километров. Быстрее всех это расстояние преодолела Людмила Кондратенко из Снежногорска.

Проигравших нет

В мурманской Долине Уюта в рамках 81-го традиционного Праздника Севера впервые прошли соревнования по лыжным гонкам среди людей с ограниченными возможностями здоровья. В них приняли участие более 20 юных и взрослых спортсменов.

У мужчин в спринте свободным стилем на дистанции один километр победителем стал кандалакшанин Антон Громов. Он же выиграл и гонку на пять километров классическим стилем.

У юношей в этих дисциплинах завоевали золотые медали в своих категориях Александр Смирницкий из Оленегорска, Егор Портнов из Карелии и мурманчанин Ярослав Фролков с Дмитрием Ероховым.

У женщин на километровой дистанции первенствовала Татьяна Рюмина из Североморска. Среди девушек на высшую ступень пьедестала почета поднялись оленегорка Мария Неруш, Анастасия Герасимова из Карелии и хозяйка снежной трассы Анастасия Прилепина.

Страницу подготовил Андрей КИРОШКО.
Фото автора и Константина БРАЙЦЕВА.



Морж оценил свой портрет на "отлично".



Снимки дарят зрителям хорошее настроение.

Моржи-победители

Физическая культура - это часть общей культуры. В честь спортсменов и соревнований творческие люди пишут стихи и музыку, придумывают кричалки и рисуют эмблемы. Неудивительно, что одним из мероприятий, приуроченных к открытию I чемпионата мира по ледяному плаванию в Мурманске, стало открытие тематической фотовыставки.

Торжественное открытие экспозиции "Побеждает тот, кто побеждает себя" состоялось на первом этаже гостиницы "Азимут Отель Мурманск". Ее название можно считать девизом I чемпионаты мира по ледяному плаванию, ведь для того чтобы проплыть километр в ледяной воде, необходимо прежде всего победить собственные страхи, лень и даже инстинкт самосохранения.

Для выставки были выбраны лучшие снимки фотокорреспондентов "Вечернего Мурманска" Константина Брайцева и Марты Жегалиной, которые запечатлели самые интересные и запоминающиеся моменты международных соревнований по зимнему плаванию, прошедших на Семеновском озере в 2014 году.

- Сейчас весь город живет ожиданием праздника, - считает **Ирина Андреева, председатель комитета по физической культуре и спорту администрации Мурманска**. - Погода соответствует приподнятому настроению мурманчан. Особенно приятно взволнованы те, кто собирается устано-

вить новые рекорды и показать невероятные человеческие способности в ледяном бассейне. Очень немногие спортивные события могут похвастаться тем, что в их честь проводится фотовыставка. На снимках страсть и азарт, яркие эмоции и праздничное настроение, без которых, конечно же, не обойдется первый чемпионат мира.

Место для открытия выставки было выбрано не случайно. Гостиница "Азимут Отель Мурманск" выступает генеральным спонсором I чемпионата мира по ледяному плаванию, а кроме того, через месяц станет новой постоянной площадкой для всевозможных выставок мурманских художников и фотографов. Холл второго этажа гостиницы будет использоваться как галерея городского выставочного зала, который покинул помещение на улице Коммуны, 18.

- Изначально у городского выставочного зала было два помещения: на улице Коммуны, 18 и на улице Октябрьской, 22, где находится ассоциация творческих союзов Мурманской области, - рассказала **Елена Наймушина,**



Ирина Андреева открыла выставку.

председатель комитета по культуре администрации Мурманска. - Выставочный зал было решено разместить в холле второго этажа гостиницы, а офисное помещение - на улице Октябрьской, 22. Меняются не только адреса, но и штат. Ставки зрителей будут сокращены, потому что в "Арктике" есть видеонаблюдение. А должности искусствоведов займут молодые профессионалы со знанием иностранных языков.

Павел СТЕПАНЕНКО.
Фото **Константина БРАЙЦЕВА** и **Марты ЖЕГАЛИНОЙ**.



На открытии выставки были представлены главные награды I чемпионата мира по ледяному плаванию.



Солнце, мороз и ледяные брызги.



Судьи помогают пловцам ориентироваться во времени.



Поддержка болельщиц прибавляет сил.

О т одного только слова "кризис" многих людей начинает лихорадить. В декабре мурманчане массово старались скупить бытовую технику, кто-то пытался набрать впрок гречки, консервов, сахара... А есть ли повод для паники? Можно ли спокойно пережить социально-экономические передряги? Реально ли это сделать с помощью экономии? "Вечерка" решила найти ответы на эти вопросы в ходе практического эксперимента. Помогли нам наши читатели.

БЮДЖЕТ ЗА СЕМЬ ДНЕЙ

Мы предложили пяти семьям в течение одной недели посчитать, сколько средств из семейного бюджета уходит на продукты. Мурманчанам необходимо было подробно фиксировать количество покупаемых продуктов, по каждой позиции подвести итог и выяснить, сколько денег в среднем семья тратит на питание. Для удобства за основу была взята таблица с перечнем продуктов из действующей потребительской корзины Мурманской области, установленной с 1.01.2013 г.

Также участники эксперимента ответили на несколько вопросов о планировании семейного бюджета, поделились своим житейским опытом, поразмышляли о необходимости и вариантах экономии.

В эксперименте участвовали семьи с детьми и бездетные, разного достатка и предпочтений в питании.

Вот краткое описание каждой семьи:

1. Анна и Сергей Заболотные. Семья из двух человек: жена работает в сфере СМИ, муж - госслужащий. Анна и Сергей придерживаются вегетарианской системы питания, предпочитают растительную пищу и ограничивая белковую.

2. Анастасия и Александр Флигаревы. Она - менеджер в сфере информационных технологий, он - военнослужащий. Оба приверженцы здорового сбалансированного питания.

3. Виктория и Александр Федоренко, переселенцы с юго-востока Украины, проживающие в Мурманске с ноября 2014 года. Она - медсестра, он - экономист. Воспитывают трехлетнего сына.

4. Ирина и Сергей Кузины. Семья из четырех человек. Ирина - сестра-хозяйка в стационарном отделении больницы, муж - водитель, в семье два сына-школьника.

5. Елена и Виктория Сергеевна Ивановы. Молодая девушка работает в газете, бабушка - пенсионерка.

ЧТО У ВАС НА СТОЛЕ

Итак, сколько денег в среднем уходит на продукты в семье? Участники опроса внимательно просчитывали в течение 7 дней свои затраты на провиант, количество продуктов, заносили данные в таблицу вместе со стоимостью.

Мы публикуем объемы продуктов питания, которые были зафиксированы за неделю.

	Заболотные	Флигаревы	Федоренко	Кузины	Ивановы
	2 чел.	2 чел.	3 чел.	4 чел.	2 чел.
Хлеб	Пекут сами: мука 0,5 кг, семечки 0,1 кг	2 бух.	4 бух.	7 бух.	3 бух.
Крупы	2,4 кг	1 кг	0,5 кг	4 кг	
Картофель	1 кг	1 кг	3 кг	3 кг	2 кг
Овощи	1 кг	1 кг	1 кг	2 кг	1 кг
Фрукты	5 кг	1 кг	4 кг	3 кг	1 кг
Сахар			0,5 кг	4 кг	1 кг
Кондит. изделия			1 кг	3 кг	
Мясо			2 кг	7 кг	
Рыба		1 кг	2 кг	2 кг	1 кг
Молоко			3 л	7 л	4 л
Яйца		10 шт.	20 шт.	30 шт.	20 шт.
Масло	300 мл		200 мг	1 кг	
Чай, кофе	2-3 уп. (200-300 г)		0,5 уп. (50 г)	2 уп. (200 г)	1 уп. (100 г)
Специи	150 г		50 г	100 г	
Прочие продукты		2 000 руб.			2 000 руб.

■ Эксперимент против паники

После подведения итогов мы увидели, что в среднем на продукты у мурманской семьи уходит от 2,5 до 4,5 тысячи рублей в неделю. Подсчеты показали, что молодая семья из двух человек в состоянии уложиться в сумму 3500-3900 рублей, особо не увлекаясь экономией. Муж с женой и двумя сыновьями, конечно, тратят на продукты больше - 4600 рублей. При условии экономии общий кошелек семьи с одним маленьким ребенком "похудеет" на 2500 рублей за 7 дней.

Простые математические подсчеты помогли нам сравнить полученные данные с нормами действующего прожиточного минимума. На сегодня он составляет 12164 рубля в месяц на одного человека (соответственно, в среднем в неделю 3041 рубль). Минимум включает коммунальные и другие услуги, непродовольственные товары, но на продукты питания должна уходить примерно его половина. Это примерно 1520 рублей.

Анализируя данные, приходим к выводу: прожить и полноценно питаться на эту сумму одному человеку вполне реально. Сильно шиковать не удастся, и перепробовать все деликатесы тоже не получится. Но получать сбалансированное питание вполне возможно. Главное, правильно сочетать продукты и уметь готовить. А домашняя пища всегда намного полезнее и вкуснее, чем из полуфабрикатов.

ПОТРЕБИТЕЛЬСКАЯ КОРЗИНА

Чтобы точно удостовериться в том, что мурманчане надежно защищены от продовольственного кризиса, мы сопоставили полученные данные с объемами потребления продуктов из потребительской корзины Мурманской области. В одном из предыдущих номеров "Вечерки" министерство труда и социального развития Мурманской области давало комментарий относительно структуры региональной потребительской корзины. Но стоит напомнить о том, что нормы в ней рассчитаны для трех категорий граждан: трудоспособное население, пенсионеры, дети. В неделю трудоспособному человеку предполагается употреб-

лять (в кг):



Наименование продуктов	Трудоспособное население	Пенсионеры	Дети
Хлеб и крупы	3	2,4	2
Картофель	1,6	1,4	1,5
Овощи	2,2	2	2,250
Фрукты	1,2	1,150	2,4
Сахар и сладости	0,5	0,48	0,5
Мясные продукты	1,35	1,2	1,1
Рыба	0,625	0,550	0,540
Молочные продукты	5	4,6	1,1
Яйца	5	4,8	2
Масло	0,3	0,270	0,170

Даже при первом взгляде на таблицу становится понятно, что мурманские семьи могут позволить себе покупать значительно больше продуктов, чем указано в региональной потребительской корзине. И данные опроса подтвердили это на практике.

ЖИТЕЙСКИЙ ОПЫТ

В общем, сильно экономить на продуктах мурманским семьям сейчас особой необходимости нет. В пользу этого говорит и тот факт, что из пяти опрошенных семей только две планируют свой бюджет - Федоренко и Ивановы. По завершении эксперимента мы попросили наших участников поделиться опытом, как им удастся разумно тратить и не выходить за пределы запланированной суммы.

- Мы постоянно планируем свои расходы, иногда на неделю, иногда на месяц, - рассказала Виктория Федоренко. - Хотелось бы чаще и скрупулезней это делать, чтобы избежать финансовых форс-мажоров. Тогда можно больше внимания уделять своим увлечениям (рисование, айкидо) и творческому развитию сына. Хотя в целом нас очень выручает письменная домашняя бухгалтерия, которую начали вести еще лет 10 назад, с тех пор это вошло в привычку. Мы сейчас откладываем деньги на собственное жилье, ведь всю жизнь снимать квартиру не очень хочется. Вот и экономим.

Елена Иванова, делясь своим житейским опытом, советует не только искать продукты подешевле в разных магазинах, но и обращать внимание на акции и скидки, которые позволяют иногда делать очень выгодные покупки.

Анастасия Флигарева обратила внимание на то, что экономия на продуктах не должна превращаться в экономию на здоровье.

- Продукты должны быть свежие и максимально без консервантов, - говорит Анастасия. - Не переплачивайте за бренд. Не покупайте лишнего. Если я беру определенные продукты, то точно знаю, что из них и когда приготовить. Еще очень помогает нашей семье то, что мы получаем военный паек. Мясо, курица, яйца, сахар, соль, специи, печенье, шоколад, карто-

фель, лук, молоко, сок, мука, макароны, варенье обходятся нам бесплатно.

- Как правило, нам экономить не удается, - сетует Анна Заболотная. - Но мы стараемся не забывать о житейских мудростях, покупать продукты строго по списку и в разных местах в зависимости от выгодной цены. Вегетарианство вносит свои коррективы в покупки. Больше времени уходит на то, чтобы найти свежие и качественные овощи и фрукты с приемлемой стоимостью.

Ирина Кузина оптимистично и с юмором утверждает, что самый лучший способ экономии - как можно меньше есть.

- У нас в семье трое мужчин, поэтому затраты на питание составляют почти половину семейного бюджета, - поделилась своим житейским опытом Ирина. - Планировать затраты не особо получается. Мальчишкам только успевай готовить, они очень активные, да и всегда стараешься их удивить чем-то новым и вкусеньким.

ГОЛОД НЕ ГРОЗИТ

Естественно, опрос, проведенный редакцией "Вечернего Мурманска", нельзя считать глубоким исследованием. Количество опрошенных, разные цены на один и тот же продукт, приблизительность подсчетов не дают нам права называть итог эксперимента абсолютно точным. Но в целом спешим успокоить: мурманчанам голод не грозит.

Уровень дохода жителей Мурманской области позволяет семьям покупать значительно больше, чем предполагает минимум в потребительской корзине. Финансовые трудности в основном испытывают люди, которые не обращают внимания на то, сколько тратят и какие совершают покупки.

При разумной экономии семейного бюджета и постоянном контроле трат можно копить на жилье, путешествия, развитие детей, увлечения. Достаточно научиться правильно распределять заранее свои денежные расходы и доходы на короткий и более длительный срок, и тогда проблем не будет.

Елена ПАВЛОВА.

Человек, который не боится холода

Вим Хоф - один из самых знаменитых голландцев. Он установил 18 мировых рекордов по испытанию холодом, за что получил прозвище Ледяной человек. Многие называют его природным феноменом: якобы с рождения он получил уникальную стойкость к низким температурам. Но так ли это?

О ПОЛЬЗЕ ПРОГУЛОК В ПАРКЕ

До 17 лет Вим представления не имел, чем будет заниматься в дальнейшем. Помог случай. В один прекрасный день юноша прогуливался по парку в своем родном городе Ситтард (провинция Лимбург, Нидерланды). "Вода в пруду покрылась коркой льда. Мне захотелось окунуться. Скинул одежду, бросился в воду и выскочил как ошпаренный. Но это было сильнейшее чувство!". Прошло время, и ему захотелось ощутить такие же сильные эмоции. Он начал плавать в холодной воде - примерно по полчаса каждый день. Самое удивительное, что Вим получал от плавания огромное, ни с чем не сравнимое удовольствие. Чем больше он закалялся, тем больше проникался идеей: а не посвятить ли этому за-

большинство исцеляется от недугов через неделю плавания в ледяной воде. Я не шарлатан, любые мои действия строго фиксируют медики и тележурналисты со всего мира". Что правда, то правда, репортеры буквально по пятам следуют за Вимом, а он их не разочаровывает. Впервые голландский смельчак заставил заговорить о себе в 2000 году. Он проплыл 57,5 метра за 61 секунду. Казалось бы, не слишком впечатляющий результат, олимпийские чемпионы по плаванию за такое же время преодолевают куда большие расстояния. Но есть одна важная деталь: Вим преодолел эту дистанцию подо льдом финского озера. Из экипировки на нем были только трусы и гольфы. Тот же 2000 год ознаменовался еще одним рекордом. Хоф просидел



среднего возраста с повязкой на голове. На нем были плавки, другой одежды на нем не было. Как заправский циркач, он поклонился публике и под бурные аплодисменты преспокойно погрузился в голубоватый коктейль со льдом. При этом с его лица не сходила обворожительная улыбка. Многие посмотрели на часы, чтобы засечь время. Предыдущий рекорд, поставленный этим морозостойким господином в 2004 году, составлял 68 минут пребывания в ледяной воде. Вим Хоф грозился его побить. Зрители от холода переминались с ноги на ногу, некоторые не выдерживали и уходили с "представления". Но самые стойкие продержались до конца. Вим просидел в ледяном кубе 72 минуты и установил новый мировой рекорд. Врачи констатировали: состояние рекордсмена стабильное и не вызывает никаких опасений. Проведя в ледяном плену больше часа, Вим даже не подхватил насморк. Но как такое возможно?

ВНУТРЕННИЙ ОГОНЬ

Однажды Вим обмолвился, что достигает уникальных результатов благодаря... стакану рома "Баккарди". Конечно, это была шутка, рассчитанная на простаков. Многие подозревают, что голландец добился успеха благодаря йоге под названием "туммо", которая практикуется в школах тибетского буддизма. Эта техника помогает контролировать расход тепла в собственном организме. Освоившие ее буддисты становятся, как и Хоф, абсолютно невосприимчивыми к холоду и демонстрируют чудеса выносливости: во время медитации могут растопить вокруг себя снег или высушить на морозе теплом своего тела мокрую одежду. Но на сайте знаменитого голландца об этой технике нет ни слова. Впрочем, это не говорит о том, что он не использует ее элементы в своей практике. Скорее всего, Хоф взял с миру по нитке: йога, медитация, серьезные спортивные тренировки - вот его секрет. Сам Хоф описывает свою методику так: "Первое: я настроил мозг так,

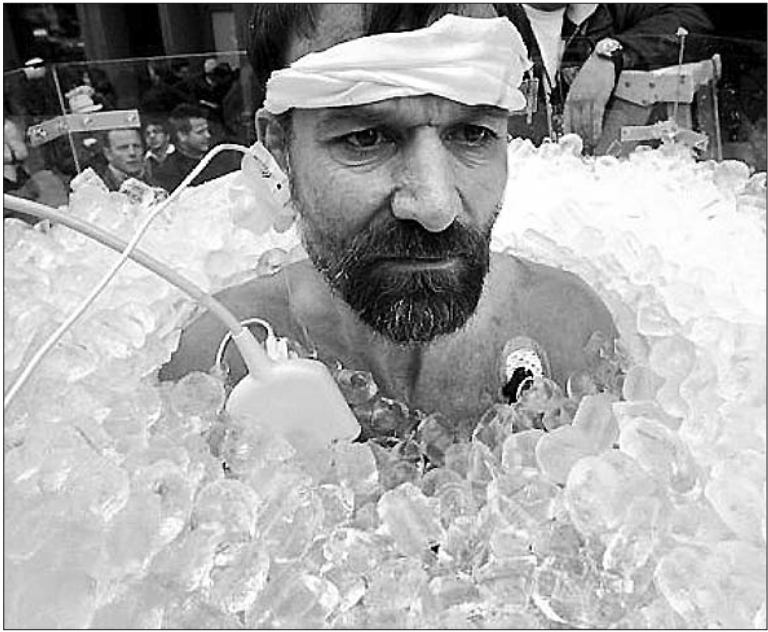
что мое тело работает, как термостат, сохраняя в любом состоянии "внутренний огонь". Второе: я разработал особые дыхательные упражнения". По его словам, навороченные тибетские техники способны освоить единицы, а вот его разработки может взять на вооружение каждый человек. Главное - захотеть. И тогда холод будет творить чудеса. Но только мало кто из современных людей готов отказаться от благ цивилизации. Люди предпочитают большую часть времени проводить в теплых душных помещениях, а выходя на улицу, кутаться в сто одежек. Поэтому мы так часто и много болеем. Сам Хоф последний раз болел простудой в раннем детстве.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

"Подружившись" с холодом, Ледяной человек решил покорить жару и отправился на гору Килиманджаро в одних трусах и босиком. Экстремал не рассчитал, что голое тело на солнце будет настолько уязвимо, и получил сильнейшие ожоги. Но голландец не из робкого десятка. Следующим пунктом в его маршруте значилась Намибия. В тамошней пустыне экспериментатор решил установить новый мировой рекорд. Вим преодолел полсотни километров, не выпив ни глотка воды. Во время за-

бега он потерял 6 килограммов! "Сам пробег был очень трудным, - делился впечатлениями Хоф, - где-то после десяти миль моя обувь преподнесла мне сюрприз, натерев ноги до кровавых мозолей, что привело к резкому снижению темпа бега. Несмотря на это, я продолжил...". Не менее тяжелым оказался марафон в Финляндии за Полярным кругом. Хоф планировал преодолеть 41 километр по льду босиком, но пробежал только половину пути - обморозил ноги. Да так, что врачи грозились ампутировать конечности. Помогли растирания и техника "внутреннего огня". Поход на вершину Эвереста тоже чуть не закончился катастрофой. Вим вынужден был сойти с дистанции. Как водится, он отправился в поход босиком, но обморозил ноги. Через год, в 2008-м, Эверест все-таки покорился экстремалу. Сегодня Виму 55 лет. Он уже, конечно, не юноша, но впереди еще немало рекордов. Впрочем, рекорды - не самоцель Ледяного человека. Основная идея, которую он пытается донести людям, заключается в следующем: человеческий организм обладает огромным потенциалом, было бы желание его использовать.

Оксана ВОЛКОВА.
Фото из открытых
Интернет-источников.



нятию всю жизнь? В течение нескольких лет он упорно и целеустремленно тренировался. Бегал босиком по снегу, поднимался в горы без специального снаряжения и постепенно увеличивал время воздействия на организм низких температур.

Я НЕ ШАРЛАТАН

С тех пор прошло много лет, Вим Хоф завел семью, родил пятерых детей, но тяга к исследованию возможностей человеческого организма его не оставляла. В этом вопросе он сумел добиться невероятных результатов - сейчас ему ни почем мороз, что он не раз демонстрировал публике. А с недавнего времени свои знания Хоф передает всем желающим: он тренирует большие группы людей, учит выживанию в экстремальных условиях. После курса занятий клиенты могут, как и их наставник, бегать босиком по снегу и купаться в проруби. "Можете не верить, - утверждает Хоф, - но

в сосуде со льдом 64 минуты 24 секунды. Нидерландец опроверг все существующие медицинские представления. Ведь считается, что, пребывая в воде, температура которой составляет десять градусов по Цельсию, человек теряет сознание через 30-60 минут, а спустя 1-2 часа умирает от переохлаждения. При температуре воды, равной нолю, потеря сознания наступает через 15-20 минут.

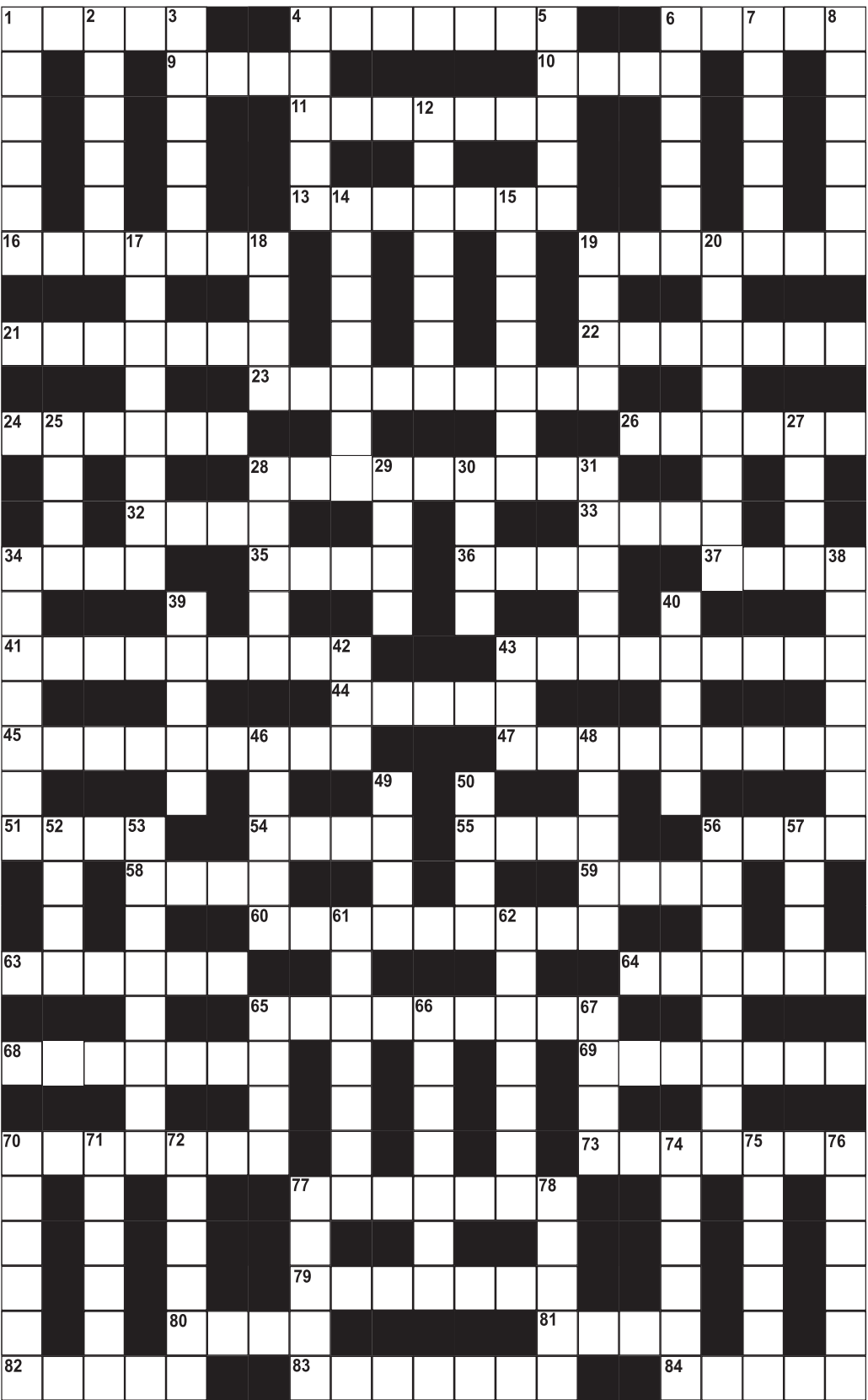
ШОУ НА МАНХЭТТЕНЕ

В зимний воскресный день 2008 года на одной из улиц Манхэттена наблюдалось столпотворение. Журналисты и праздные зеваки со всех сторон обступили помост, на котором возвышался куб, наполненный ледяной водой. На улице и без того было холодно, поэтому трудно было представить, что найдется доброволец, желающий залезть в ледяную купель в одних плавках. Но он появился в точно назначенное время. Это был бородатый мужчина



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Крестьянка, срезающая колосья. 4. Куст с плодами, что требуют "щелкунчика". 6. Поло, рассказавший о разнообразии мира. 9. Привлечение чужого труда в обмен на деньги. 10. Колхидское сокровище, похищенное Ясоном. 11. Город на Каме, где жила М. Цветаева. 13. Древняя страна Междуречья с культом Иштар. 16. Дон Кихот как член благородного семейства. 19. "Щит" черепахи, на который заглядывается человек. 21. Холст, побывавший в руках художника. 22. Мера против нарушителя международного договора. 23. Спирт, предназначенный для технических целей. 24. Погреб боярского дома, служивший холодильником. 26. Напор волн на дамбу. 28. Кубанский центр, где Ю. Григорович руководит театром. 32. Штраф, предусмотренный законами Ярослава Мудрого. 33. Символ вечности - атрибут египетского бога Гора. 34. Сицилийская "курилка". 35. Предупреждающий знак для купальщиков. 36. Экономный прибор для ламп. 37. Вампир в исполнении Тома Хиддлстона у Джима Джармуша. 41. Антон с "Педагогической поэмой". 43. Постановщик танца. 44. Дикий родственник карпа. 45. Спортсмен, показывающий мастерство на корте. 47. Английский сериал "... Даунтон". 51. Разгорячившаяся погода. 54. Русская муза сюрреалиста Дали. 55. Дворец для Венеры и Джоконды. 56. Госпожа Б. Тышкевич или Б. Брыльска. 58. Марка японской техники. 59. Приз российских киноакадемиков. 60. Рихард Зорге в "Битве за Москву". 63. Защищающая наждачная бумага. 64. Шерсть, смотанная шариком. 65. Заповедник кота-сказочника. 68. Заросли в Индии. 69. Индивид крайних взглядов. 70. Обувь "со страшным скрипом". 73. Хлопотунья у плиты. 77. Королевство, "родившее" фламенко. 79. Неумолимый ход времени. 80. Жесткая кровать узника. 81. "Пакетированная" единица молока. 82. Отпечаток с цинковой пластины. 83. Волокно, похожее на хлопок. 84. Раздел книги.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Металлические занавески на окнах. 2. Стерженек, который безуспешно ищут в стоге сена. 3. Венесуэльский водопад - рекордсмен по высоте. 4. Жирные кислоты ...-3. 5. Симпатичная женщина по-простому. 6. Партнер Луи де Фюнеса в "Мании величия". 7. Колесики, скользящие по асфальту. 8. Неглубокая прибрежная зона. 12. Джонс, написавшая экранизированный дневник. 14. Степной простор для львов и зебр. 15. Зеленый камень Эсмеральды. 17. Режиссер мелодрамы "Три тополя на Плющихе". 18. Произведение Э. Л. Войнич о революционере Артуре Бертоне. 19. Толкач, неразлучный со ступкой. 20. Муха-..., покупательница самовара. 25. Зверек, полощущий пищу перед едой. 27. Бесшумная птица близ Афины. 28. Клыкастый свирепый поросенок.



29. Рисовая водка. 30. Улус Джучи для Руси. 31. Далеко смотрящее устройство. 34. Питерский музей, начавшийся с коллекции Екатерины II. 38. Член преступного клана. 39. Хранитель кельтских знаний. 40. Организация, переправляющая письма и посылки. 42. Восточный ветер над морем. 43. Краска, делающая волосы рыжими. 46. Изящная линия бедра

и гитары. 48. Романтик Роберт, создавший оду пудингу. 49. Опера или комедия как вид искусства. 50. Домик жужжащих производителей меда. 52. Болдуин, играющий в фильмах Вуди Аллена. 53. Ученый, занятый звездами и планетами. 56. Грубая льняная ткань. 57. Нерукотворный голубой купол Земли. 61. Классик, сочинивший истории Д. Копперфильда и О. Тви

ста. 62. "Посуда" на ударной установке. 65. Китайская слива иначе. 66. Узелковое рукоделие. 67. Протока между озерами. 70. Пенаты клюквы. 71. Цирк, предпочитающий странствовать. 72. Алкоголь из полыни. 74. Врач, господствующий в операционной. 75. Сетка для забора. 76. Принцесса, уснувшая на сто лет. 77. Река Омска и Тобольска. 78. Лишайник, оленье лакомство.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ 13 МАРТА

По горизонтали: 1. Коготь. 5. Светин. 8. Декор. 9. Аэлита. 11. Состав. 13. Лилипут. 14. Копия. 15. Ритор. 16. Кварц. 17. Сброс. 19. Брус. 21. Ряба. 23. Алдан. 24. "Артек". 29. Якут. 31. Серпентарий. 32. Спин. 35. Рудокоп. 37. Мокрица. 38. Постриг. 40. Бабочка. 44. Дилемма. 45. Лыдинка. 46. Злюка. 47. Опоссум. 49. Горелки. 51. Гуанако. 53. Смальта. 54. Белфаст. 56. Завулон. 59. Узел. 61. Милорадович. 62. Чека. 64. Икота. 65. Ангел. 67. Лира. 70. Нюша. 71. Моток. 73. Распе. 74. Твист. 76. Квест. 78. Автобан. 79. Гончар. 80. "Адидас". 81. Плита. 82. Куница. 83. Стачка.

По вертикали: 1. Кадык. 2. Талия. 3. Беглец. 4. Корпус. 6. Ветер. 7. Напор. 9. Ампула. 10. Алтай. 11. Стерх. 12. Ветряк. 16. Классицизм. 18. Стройность. 19. Батя. 20. Слет. 21. Рекс. 22. Акын. 25. Прораб. 26. Уезд. 27. Уток. 28. Граппа. 30. Клим. 33. Итог. 34. Аксессуар. 36. Архипелаг. 39. "Идиот". 41. Булка. 42. Чакра. 43. Барин. 48. Ультиматум. 50. Облегчение. 51. "Газель". 52. Обнова. 53. Союз. 55. Танк. 57. "Вира!". 58. Люди. 59. Угол. 60. Лука. 62. Член. 63. Аноа. 64. Ирвинг. 66. Люрекс. 68. Отвар. 69. Псина. 72. Кутила. 73. Работа. 74. Тумак. 75. Тунец. 76. Кадет. 77. Тайна.

ПРАЗДНИКИ

20 марта

Международный день счастья. В 2012 году ООН провозгласила 20 марта Международным днем счастья с целью поддержать идею о том, что стремление к счастью является общим для всех людей нашей планеты.

Также, по мнению учредителей дня, сегоднешний праздник призван показать, что счастье является одной из основных целей человечества. В связи с этим учредители призывают все страны направить усилия на улучшение благосостояния каждого человека.

Интересно, что инициатива учреждения Международного дня счастья поступила из небольшой горной страны - Бутана. Считается, что жители Королевства Бутан являются самыми счастливыми людьми в мире - чемпионами по коэффициенту валового национального счастья, которым измеряется национальное благосостояние граждан. Кстати, само понятие коэффициента валового национального счастья было введено и культивировано четвертым королем Бутана и стало одним из понятий неофициальной государственной философии страны.

День Земли. Во всем мире 20 марта по инициативе ООН празднуется День Земли. Причем в календаре международных праздников существует два Дня Земли - сегодняшний отмечается в День весеннего равноденствия, а второй - 22 апреля. Первый имеет миротворческую и гуманистическую направленность, второй - экологическую.

День весеннего равноденствия. В 2015 году весеннее равноденствие наступает 20 марта. В этот день Земля, вращаясь вокруг своей оси, проходящей через полюса, одновременно двигаясь вокруг Солнца, находится в таком положении по отношению к светилу, что солнечные лучи, несущие тепловую энергию, падают отвесно на экватор. Во всех странах в это время день почти равен ночи.

Весеннее и осеннее равноденствие считается астрономическим началом соответствующих времен года. Промежуток времени между двумя одноименными равноденствиями называют тропическим годом. Этот год сегодня и принят для измерения времени. В тропическом году приблизительно 365,2422 солнечных суток. Вот из-за этого равноденствие каждый год приходится на разное время суток, каждый год продвигается вперед примерно на 6 часов.

В давние времена, когда не было календарей, весну определяли по солнцу. Считалось, что именно с этого дня начинаются обновления в природе: первый весенний гром, набухание почек на деревьях, буйное прорастание зелени.

День весеннего равноденствия особо почитался и в языческой вере. Считалось, что в этот день в годичном круговороте весна, олицетворяющая собой оживление и возрождение природы, приходит на смену зиме.

Международный день без мяса. Этот праздник многие страны отмечают с 1985 года. В этот день магазины и рестораны отказываются от продажи мяса, а активисты пропагандируют вегетарианство, а также идеи сострадания животным и защиты окружающей среды. В некоторых странах праздник получил государственную поддержку: например, в Шри-Ланке представители властей настоятельно рекомендуют владельцам супермаркетов воздержаться от продажи мясных продуктов. В России эту дату впервые отметили в 2012 году.

ВЕЧЕРНИЙ МУРМАНСК СОУЧРЕДИТЕЛИ: администрация города Мурманска, муниципальное автономное учреждение "Редакция газеты "Вечерний Мурманск". ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР Н. Г. ШТЕЙН. Выпускающий редактор Е. В. НАГАЕВА.	АДРЕС РЕДАКЦИИ, ИЗДАТЕЛЯ: 183032, г. Мурманск, Кольский проспект, 9. ТЕЛЕФОНЫ РЕДАКЦИИ: отдел подписки и доставки - 45-45-27, 47-65-67, 25-10-37; коммутатор - 25-46-92; приемная - тел./факс 25-46-77, e-mail: info@vmnnews.ru, vmpres@gmail.com отдел рекламы и развития - 25-47-11; факс - 23-70-17; e-mail: vmadv@aspol.ru служба новостей - 25-04-42, 25-10-38, 25-46-79, 25-46-90; факс - 25-46-79; e-mail: vmnnews@aspol.ru бухгалтерия - 25-46-80. Свободная (договорная) цена. Подписные индексы: 52844 (ежедневная газета), 31496 (пятничный номер).	Мнение авторов отдельных публикаций может не совпадать с позицией редакции. За достоверность текстов публикуемых частных объявлений и рекламы редакция ответственности не несет. В газете используются материалы российских СМИ, размещенных на открытых для пользователей web-узлах глобальной сети Интернет. Все материалы, подготовленные журналистами "Вечернего Мурманска", являются интеллектуальной собственностью. Запрещается использование авторских материалов без разрешения авторов и правообладателя исключительных прав на произведения - МАУ "Редакция газеты "Вечерний Мурманск". Письма, рукописи, фотографии и рисунки не рецензируются и не возвращаются. Материалы под рубриками "Экономика и бизнес", "Образование и жизнь" печатаются на коммерческой основе.	Газета набрана и сверстана в компьютерном центре "Вечернего Мурманска", отпечатана с готовых позитивных пленок в ООО "Апатит-Медиа" - 184209, г. Апатиты Мурманской обл., ул. Ленина, 20. Время подписания в печать 19.03.2015 - 16.00. По графику - 16.00. Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Мурманской области, свидетельство ПИ № ТУ51-00262 от 06 июня 2014 г. Тираж - 20000 экз. Зак. 1147.
--	--	--	--

ОФИЦИАЛЬНО

ГЛАВА
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД МУРМАНСК

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

02 марта 2015 года

№ 27

О награждении Почетной грамотой
главы муниципального образования город Мурманск

В соответствии с Положением о Почетной грамоте Совета депутатов города Мурманска, Почетной грамоте и Благодарственным письме главы муниципального образования город Мурманск, утвержденным решением Совета депутатов города Мурманска от 25 апреля 2014 года № 73-1053,

ПОСТАНОВЛЯЮ:

За многолетний труд, профессиональное мастерство, существенный вклад в развитие рыбной отрасли города Мурманска и в связи с 95-летием со дня основания публичного акционерного общества "Мурманский траловый флот" наградить Почетной грамотой главы муниципального образования город Мурманск:

- ВЕРЕЩАГИНА Александра Сергеевича, второго механика МК-0361 "Василий Головинин" публичного акционерного общества "Мурманский траловый флот";
- ПОПОВА Павла Феодосьевича, старшего диспетчера Службы мореплавания и промысла публичного акционерного общества "Мурманский траловый флот".

Глава муниципального образования город Мурманск

А. Б. ВЕЛЛЕР.

ГЛАВА
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД МУРМАНСК

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

02 марта 2015 года

№ 28

О награждении Почетной грамотой
главы муниципального образования город Мурманск

В соответствии с Положением о Почетной грамоте Совета депутатов города Мурманска, Почетной грамоте и Благодарственным письме главы муниципального образования город Мурманск, утвержденным решением Совета депутатов города Мурманска от 25 апреля 2014 года № 73-1053,

ПОСТАНОВЛЯЮ:

За добросовестный труд, личный вклад в развитие культурной сферы города Мурманска и в связи с Днем работника культуры наградить Почетной грамотой главы муниципального образования город Мурманск:

- ИСАКОВА Евгения Александровича, директора муниципального бюджетного образования учреждения дополнительного образования детей детской музыкальной школы № 3 города Мурманска;
- НАКАЙ Александра Викторовича, директора муниципального автономного учреждения культуры "Мурманские городские парки и скверы";
- ПЕЧЕНЕВУ Людмилу Васильевну, преподавателя муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования детей детской театральной школы города Мурманска.

Глава муниципального образования город Мурманск

А. Б. ВЕЛЛЕР.

РЕКЛАМА 027_110

"Вятские меха"

приглашают вас с 20 по 22 марта

(пятница - воскресенье)

в Ледовый дворец, ул. Челюскинцев, 2а

на выставку-продажу меховых изделий фабрик города Кирова.

В ассортименте:

- шубы из норки, бобра, мутона, низкие цены: мутон от 15000 руб., норка от 50000 руб.,
- головные уборы,
- воротники.

Скидки!

Купи шубу - шапка в подарок!

Беспроцентный кредит ОТП банк*.

Время работы: с 10 до 19 часов.

ИП Синцов Денис Олегович. Товар сертифицирован. * ОАО "ОТП Банк". Генеральная лицензия Банка России № 2766 от 27.11.2014 г.

Одно-, двух- и трехкомнатные
КВАРТИРЫ

в новом кирпичном доме
(Ленинградская область,
г. ЛОДЕЙНОЕ ПОЛЕ)
от застройщика по 214 ФЗ.

Тел. +7-964-383-88-08,
www.sk-noviydom.ru

Застройщик - ООО "Строительная компания
"Новый Дом", разрешение на строительство
№ RU 47510101-24 от 08.02.2013
выдано администрацией муниципального
образования Лодейнопольского
муниципального района Ленинградской области.

С проектной декларацией
можно ознакомиться на сайте
www.sk-noviydom.ru

РЕКЛАМА 10_111

№

РЕКЛАМА 021_563

ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮРО
технической инвентаризации -
Мурманский филиал
осуществляет работы
по изготовлению:

- технических паспортов;
- технических планов;
- межевых планов зем. участков;
- актов обследования.

Адрес:
г. Мурманск, ул. Декабристов, 10,
тел. (8152) 25-14-67.
Время работы: с 9.00 до 18.00,
перерыв с 13.00 до 14.00.

"Вечерка" поздравляет

Сегодня "Вечерний Мурманск" поздравляет с днем рождения Наталью Александровну Корниенко! Желаем счастья, здоровья, оптимизма, долгих лет жизни!

ХОРОШИЙ ПОВОД ПОЗДРАВИТЬ

Подписчики "Вечерки" получили право на поздравление с днем рождения от редакции любимой газеты, которое будет опубликовано на ее страницах.

Для того чтобы получить такое поздравление, нужно вписать в опубликованный купон свои фамилию, имя, отчество (полностью) и дату рождения (число, месяц, год), а также телефон, по которому с вами можно будет связаться. При желании можно вписать в купон в той же последовательности и данные своих родственников.

Напомним, право на поздравление в газете распространяется только на подписчиков "Вечерки".

ФИО _____

Дата рождения _____

Телефон _____

ВМ_др_3а

РЕКЛАМА 06_02_3

ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

ПРОДАДИМ

25. 3-комн. кв. (1/5-эт., 71 кв. м) на ул. Зеленой, 56. Тел. 8-902-132-07-74.

45. 1-комн. кв. в Оленегорске. Цена - 380 тыс. руб.
Тел.: 24-51-72, 8-911-300-09-93.

52. Новую двухспальную кровать (2 х 1.40). Тел. 23-62-95.

53. Кресло-кровать, б/у - 3000 руб. (торг); ТВ: "ДЭУ", 37 см - 1600 руб., "Rubin", 54 см - 1800 руб.; стол ПК - 500 руб.
Тел. 8-911-300-02-38.

54. Пульта к ТВ разных моделей.
Тел. 70-02-38.

236. 3-комн. кв. (1-й эт.) на ул. О. Кошевого, 10.
Тел.: 24-51-72, 8-911-300-09-93.

ОБСЛУЖИМ

8. Ветврач. Хирургия, прививки. Недорого. Тел. 8-952-297-85-16.

9. Кафель. Стаж - 30 лет. Лицензия.
Тел.: 44-84-00, 8-911-338-02-24.

17. ПАМЯТНИКИ. Столы, ограды.
Обращаться: ул. Щербакова, 18, тел. 52-48-38, ул. Гаджиева, 9, тел. 20-60-90.

19. ПАМЯТНИКИ. Изготовление и установка.
Обращаться: просп. Кирова, 23/2 (на повороте к церкви), Кольский просп., 57 (остановка "Ул. Кооперативная").
Тел.: 259-333, 75-22-60.

33. ПАМЯТНИКИ. Мастерская "Каменный цветок".
Обращаться: ул. Ч.-Лучинского, 13.
Тел. 31-69-20 (с 10.00 до 19.00, воскр. - выходной).

36. ПАМЯТНИКИ. Гранит, мрам. крошка. Зимние скидки.
Обращаться: ул. К. Маркса, 16.
Тел. 45-70-11 (с 10.00 до 19.00, воскр. - выходной).

55. Реставрация ванн, кафель, сантехника. Гарантия.
Тел. 8-921-157-05-26.

198. Ремонт квартир и офисов.
Тел. 25-26-55.

РЕМОНТ
БЫТОВОЙ ТЕХНИКИ

5. Ремонт холодильников на дому, гарантия качества, выезд в Кольский район. Стаж - 41 год.
Тел. 42-07-16.

197. Ремонт и ТО электроплит.
Тел. 25-26-55.

РЕМОНТИРУЕМ
ТЕЛЕВИЗОРЫ

1. "ТЕЛЕВИДЕО*МУРМАН*СЕРВИС".
Тел.: 64-70-64, 57-36-66 (без выходных).

2. ТЕЛЕВИДЕОРАДИОМАСТЕРСКАЯ.
Ремонт ТВ + ж/к + плазма + СВЧ + другое. Гарантия, скидки. Купим ж/к телевизоры.
Тел.: 75-05-05, 8-902-281-05-05.

3. СЕГОДНЯ отремонтируем ваш ТВ, СВЧ, ж/к монитор с гарантией.
Тел. 530-532 (с 9.00 до 22.00 без выходных).

ОБЪЯВЛЕНИЕ
в "ВЕЧЕРКУ"
БЕЗ ХЛОПОТ
ПО ТЕЛЕФОНУ
166

ВМ_014 РЕКЛАМА

КОМФОРТАБЕЛЬНЫЙ
МИКРОАВТОБУС
(8 посадочных мест)

ОТВЕЗЕТ ВАС
на ваш праздник
или рабочую встречу.

Тел.
8-953-309-98-30.

РЕКЛАМА 06_02_3