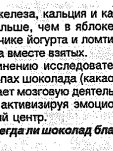


Можно ли вылезти из шоколада?

Шоколаду еще в XVIII веке приписывали способность уменьшать количество холестерина в крови. Для доказательств этого продукта способ... Ключевые моменты: шоколад богат железом, калием и кальцием, улучшает работу сердечно-сосудистой системы...



Выпуск ведет Татьяна БАРАНОВСКАЯ.

Включать в рацион этот продукт (поменно, разумно) рекомендуют выходящим из диеты после инфекционных заболеваний, тяжелых травм. И не только из-за его питательности, — шоколад содержит ценные минеральные вещества, богат кальцием и фосфором, имеются в нем натрий, кальций, магний, же...

Когда хмельное протягивает нам руку...

Произошло это в мае. В офисе из пригородной области везли свежий виноград. Хороший весенний день. Окончание работы — все это, естественно, вызвало аппетитные ожидания. Собираясь рвануть бутылку и отпить... Проблема в том, что алкоголь — это не только удовольствие, но и нагрузка на организм...

лы В, железа, калия и кальция больше, чем в яблоке, стаканчик йогурта и ломтик сыра вместе вытеснят... Поэтому исследования, запай шоколада (какао) улучшает мозговую деятельность, активизирует эмоциональный центр... В плитке шоколада (в зависимости от сорта) могут содержаться витамины групп...



Галина Давыдова, врач детской поликлиники №2. Без рецепта

Клюква: есть и не поморщиться. То, что эти ягоды полезны, знает, наверно, каждый. Но как конкретно? Об этом мы решили расспросить кандидата медицинских наук Михаила Гурвичица... В свежем виде плоды клюквы очень полезны тем, у кого низкая кислотность желудочного сока... Людям с высокой кислотностью не следует употреблять в переработанном виде...

Леонид ДВОЙНИН, кандидат медицинских наук. Читатель — читателю. Рыбка с медом. Вырезать в редкие отверстия и налить в него 2 столовые ложки меда. Принять по одной ложке 1-2 раза в день до еды и перед сном. Сок коровки с молоком. В равных долях смешать морковный сок с кипяченым и огуленным молоком. Пить по 1 столовой ложке 6 раз в день. Бананы с сахаром. Размять спелые бананы, положить их в кастрюлю с горной водой (2 банана на 1 стакан воды) и варить на медленном огне 10 минут. Пить по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день.

Чем снизить температуру? Не спешите. Агрегационная клампа может быть полезна в 40 препаратах от простуды и гриппа.

И не аналгетики — они могут вызвать у детей шоковые реакции, при которых температура падает до 33-34° и держится на этом уровне несколько дней. Детям лучше всего подходят растительные потогонные средства: чай с малиновым вареньем или липовым цветом, грубые соки. Иногда достаточно раздеть (раскрыть) ребенка в проветренной комнате или обтереть телу водой, чтобы температура снизилась... В аптеке шоколада (в зависимости от сорта) могут содержаться витамины групп...

Галина Давыдова, врач детской поликлиники №2. Без рецепта. Ключевые моменты: лечение простуды у детей требует осторожности, важно использовать натуральные препараты, избегать жаропонижающих средств без необходимости...

Секреты здоровья. Ключевые моменты: здоровый образ жизни, правильное питание, регулярная физическая активность, отказ от вредных привычек...

Программа. В программе возможны изменения.

Table with 2 main columns: Day (Понедельник, Вторник, Среда, Четверг, Пятница, Суббота) and Time Slot. Lists various TV shows and their channels.

Table for Tuesday (Вторник, 24 апреля) listing TV programs and channels from 18:30 to 23:00.

Table for Wednesday (Среда, 25 апреля) listing TV programs and channels from 18:30 to 23:00.

Table for Thursday (Четверг, 26 апреля) listing TV programs and channels from 18:30 to 23:00.

Table for Friday (Пятница, 27 апреля) listing TV programs and channels from 18:30 to 23:00.

Table for Saturday (Суббота, 28 апреля) listing TV programs and channels from 18:30 to 23:00.

Table for Sunday (Суббота, 29 апреля) listing TV programs and channels from 18:30 to 23:00.

Table for Monday (Воскресенье, 30 апреля) listing TV programs and channels from 18:30 to 23:00.

Table for Tuesday (Понедельник, 1 мая) listing TV programs and channels from 18:30 to 23:00.

В программе возможны изменения.

Среда, 25 апреля

Первый канал

8:30-9:00, 12:30, 18:00, 23:30, 3:00 Новости
8:50 Доброе утро...
9:10 ХИП ПОБЕГ...

Россия
5:00 Доброе утро, Россия!
6:00 «Вечерняя Москва»
6:30 «Утро России»

Экспресс
7:30, 8:00, 10:30, 11:30, 12:00, 18:00, 19:00, 20:30, 22:00, «30 Секунды»

Культура
8:30 «Европа»
10:00 Музыка культуры
10:30 «В главной роли»

Четверг, 26 апреля

Первый канал
8:30 «Европа»
8:50 Доброе утро...

Россия
5:00 Доброе утро, Россия!
6:00 «Вечерняя Москва»
6:30 «Утро России»

Экспресс
7:30, 8:00, 10:30, 11:30, 12:00, 18:00, 19:00, 20:30, 22:00, «30 Секунды»

Культура
8:30 «Европа»
10:00 Музыка культуры
10:30 «В главной роли»

Россия
5:00 Доброе утро, Россия!
6:00 «Вечерняя Москва»
6:30 «Утро России»

ТВ Центр
6:30 «Настоящее»
6:50 «НА ПУТИ ПА ЗА ГРЕЙМ»
7:00 «ХИП В ТРИ ТАЛЕРЫ»

5:30 «Улыбка твоей судьбы»
5:45 «ХИП ПОБЕГ»
6:00 ТРЮК «ОДНО ДЕЛО НА ДВУХ»

РЕН ТВ
6:30-18:30 РНК
18:00 Вести-Рязань

Первый канал
8:30-9:00, 12:30, 18:00, 23:30, 3:00 Новости

Экспресс
7:30, 8:00, 10:30, 11:30, 12:00, 18:00, 19:00, 20:30, 22:00, «30 Секунды»

Культура
8:30 «Европа»
10:00 Музыка культуры
10:30 «В главной роли»

Россия
5:00 Доброе утро, Россия!
6:00 «Вечерняя Москва»
6:30 «Утро России»

Экспресс
7:30, 8:00, 10:30, 11:30, 12:00, 18:00, 19:00, 20:30, 22:00, «30 Секунды»

Культура
8:30 «Европа»
10:00 Музыка культуры
10:30 «В главной роли»

Пятница, 20 апреля 2007 г.

Первый канал
8:30-9:00, 12:30, 18:00, 23:30, 3:00 Новости

Россия
5:00 Доброе утро, Россия!
6:00 «Вечерняя Москва»
6:30 «Утро России»

Экспресс
7:30, 8:00, 10:30, 11:30, 12:00, 18:00, 19:00, 20:30, 22:00, «30 Секунды»

Культура
8:30 «Европа»
10:00 Музыка культуры
10:30 «В главной роли»

Россия
5:00 Доброе утро, Россия!
6:00 «Вечерняя Москва»
6:30 «Утро России»

ТВ Центр
6:30 «Настоящее»
6:50 «НА ПУТИ ПА ЗА ГРЕЙМ»
7:00 «ХИП В ТРИ ТАЛЕРЫ»

5:30 «Улыбка твоей судьбы»
5:45 «ХИП ПОБЕГ»
6:00 ТРЮК «ОДНО ДЕЛО НА ДВУХ»

РЕН ТВ
6:30-18:30 РНК
18:00 Вести-Рязань

Первый канал
8:30-9:00, 12:30, 18:00, 23:30, 3:00 Новости

Экспресс
7:30, 8:00, 10:30, 11:30, 12:00, 18:00, 19:00, 20:30, 22:00, «30 Секунды»

Культура
8:30 «Европа»
10:00 Музыка культуры
10:30 «В главной роли»

Россия
5:00 Доброе утро, Россия!
6:00 «Вечерняя Москва»
6:30 «Утро России»

Экспресс
7:30, 8:00, 10:30, 11:30, 12:00, 18:00, 19:00, 20:30, 22:00, «30 Секунды»

Культура
8:30 «Европа»
10:00 Музыка культуры
10:30 «В главной роли»

Суббота, 28 апреля

Первый канал
8:30-9:00, 12:30, 18:00, 23:30, 3:00 Новости

Россия
5:00 Доброе утро, Россия!
6:00 «Вечерняя Москва»
6:30 «Утро России»

Экспресс
7:30, 8:00, 10:30, 11:30, 12:00, 18:00, 19:00, 20:30, 22:00, «30 Секунды»

Культура
8:30 «Европа»
10:00 Музыка культуры
10:30 «В главной роли»

Россия
5:00 Доброе утро, Россия!
6:00 «Вечерняя Москва»
6:30 «Утро России»

ТВ Центр
6:30 «Настоящее»
6:50 «НА ПУТИ ПА ЗА ГРЕЙМ»
7:00 «ХИП В ТРИ ТАЛЕРЫ»

5:30 «Улыбка твоей судьбы»
5:45 «ХИП ПОБЕГ»
6:00 ТРЮК «ОДНО ДЕЛО НА ДВУХ»

РЕН ТВ
6:30-18:30 РНК
18:00 Вести-Рязань

Первый канал
8:30-9:00, 12:30, 18:00, 23:30, 3:00 Новости

Экспресс
7:30, 8:00, 10:30, 11:30, 12:00, 18:00, 19:00, 20:30, 22:00, «30 Секунды»

Культура
8:30 «Европа»
10:00 Музыка культуры
10:30 «В главной роли»

Россия
5:00 Доброе утро, Россия!
6:00 «Вечерняя Москва»
6:30 «Утро России»

Экспресс
7:30, 8:00, 10:30, 11:30, 12:00, 18:00, 19:00, 20:30, 22:00, «30 Секунды»

Культура
8:30 «Европа»
10:00 Музыка культуры
10:30 «В главной роли»

5:30 «Улыбка твоей судьбы»
5:45 «ХИП ПОБЕГ»
6:00 ТРЮК «ОДНО ДЕЛО НА ДВУХ»

РЕН ТВ
6:30-18:30 РНК
18:00 Вести-Рязань

Первый канал
8:30-9:00, 12:30, 18:00, 23:30, 3:00 Новости

Экспресс
7:30, 8:00, 10:30, 11:30, 12:00, 18:00, 19:00, 20:30, 22:00, «30 Секунды»

Культура
8:30 «Европа»
10:00 Музыка культуры
10:30 «В главной роли»

Россия
5:00 Доброе утро, Россия!
6:00 «Вечерняя Москва»
6:30 «Утро России»

Экспресс
7:30, 8:00, 10:30, 11:30, 12:00, 18:00, 19:00, 20:30, 22:00, «30 Секунды»

Культура
8:30 «Европа»
10:00 Музыка культуры
10:30 «В главной роли»

В программе возможны изменения.

Воскресенье, 29 апреля

8:45, 6:10 Х/Ф «КОМЕДИЯ ДАНО ИМУЩЕСТВУ» (Фильм).

6:00 «Доброе утро, Рязань».

6:30 «СВЕТАЮЩАЯ».

КИНО

«РОДИНА»

МЕСЯЧНИК ИТАЛЬЯНСКИХ ФИЛМОВ с 23 апреля в 13.00 и 19.00 «Три дня. Короткая тактика и сбоя» (2004г., приключение, комедия, Россия), в 15.00 и 17.00 «Красный остров» (2005г., триллер, Италия).

«ЗУБЖАБ»

«Последний легион» (США, историко-приключенческий фильм, 2007, старше 13 лет) - 10.00, 13.40, 17.30, 21.15.

«ОКТЕЙБРИ»

«До первого знака» (США - Германия, приключенческое приключение, 2007, старше 13 лет) - 15.10, 19.00, 20.55.

СПЕКТАКЛИ

ОБЛАСТНОЙ ТЕАТР ДРАМЫ

Фестиваль народных театров, посвященный 220-летию со дня образования Рязанского драматического театра.

Пятница, 20 апреля 2007 г.

12:35 Тридцатая глава.

6:30 «Дорожное».

7:30 М/Ф «Мой папа в армии, США, 1953 г.

КИНО

«РОДИНА»

МЕСЯЧНИК ИТАЛЬЯНСКИХ ФИЛМОВ с 23 апреля в 13.00 и 19.00 «Три дня. Короткая тактика и сбоя» (2004г., приключение, комедия, Россия), в 15.00 и 17.00 «Красный остров» (2005г., триллер, Италия).

«ЗУБЖАБ»

«Последний легион» (США, историко-приключенческий фильм, 2007, старше 13 лет) - 10.00, 13.40, 17.30, 21.15.

«ОКТЕЙБРИ»

«До первого знака» (США - Германия, приключенческое приключение, 2007, старше 13 лет) - 15.10, 19.00, 20.55.

СПЕКТАКЛИ

ОБЛАСТНОЙ ТЕАТР ДРАМЫ

Фестиваль народных театров, посвященный 220-летию со дня образования Рязанского драматического театра.

12:35 «ЛЕГЕНДА О ДИНОЗАВРАХ». Фантастика.

20:30 «ХОТЯЧКИ ЗА РАЗУМОМ». Триллер.

6:30 «Дорожное».

7:30 М/Ф «Мой папа в армии, США, 1953 г.

18:40 Х/Ф «ПОЛЕТ АНГА». 1, 2 с.

21:00 «В центре шторма».

6:00 «Дорожное».

7:30 М/Ф «Мой папа в армии, США, 1953 г.

18:40 Х/Ф «ПОЛЕТ АНГА». 1, 2 с.

21:00 «В центре шторма».

6:00 «Дорожное».

7:30 М/Ф «Мой папа в армии, США, 1953 г.

18:40 Х/Ф «ПОЛЕТ АНГА». 1, 2 с.

21:00 «В центре шторма».

6:00 «Дорожное».

7:30 М/Ф «Мой папа в армии, США, 1953 г.

18:40 Х/Ф «ПОЛЕТ АНГА». 1, 2 с.

21:00 «В центре шторма».

6:00 «Дорожное».

7:30 М/Ф «Мой папа в армии, США, 1953 г.

18:40 Х/Ф «ПОЛЕТ АНГА». 1, 2 с.

21:00 «В центре шторма».

6:00 «Дорожное».

7:30 М/Ф «Мой папа в армии, США, 1953 г.

18:40 Х/Ф «ПОЛЕТ АНГА». 1, 2 с.

21:00 «В центре шторма».

6:00 «Дорожное».

7:30 М/Ф «Мой папа в армии, США, 1953 г.

ПРЕСВЕТЛЫЙ

За минувшую неделю в Рязани и области зафиксировано 2 убийства, 2 случая причинения тяжкого вреда здоровью, 15 краж, 78 краж, 4 уноса и 15 задержаний наркотиков средств.

18:40 Х/Ф «ПОЛЕТ АНГА». 1, 2 с.

21:00 «В центре шторма».

6:00 «Дорожное».

7:30 М/Ф «Мой папа в армии, США, 1953 г.

18:40 Х/Ф «ПОЛЕТ АНГА». 1, 2 с.

21:00 «В центре шторма».

6:00 «Дорожное».

7:30 М/Ф «Мой папа в армии, США, 1953 г.