

19:00 лог. х/ф «Мистер «Не-счастливый случай»».
21:00 х/ф «Присяжные».
22:55 Пятый элемент.
23:10 Дамские штучки.
23:15 Канал QR.
23:30 х/ф «Доллар за убийство».

КУЛЬТУРА

07:00 «Евроньюс».
10:00, 18:30 Новости культуры.
10:20 «Порядок слов».
10:30 «Исторический мир».
11:00 х/ф «Африканская королева».
12:40 «В вашем доме».
13:20 «Дикие животные». «День рождения».
13:45 «Последний автограф».
14:10 х/ф «Светлый путь».
15:45 «Самая плохая ведьма».
16:10 д/с «История Земли».
17:00 д/с «Слово и дело».
17:25 х/ф «В мире танца».
18:50 Кремль музыкальный.
19:30 «Тринадцать плюс...».
20:10 м/с «Энди Пенди».
20:20 м/ф «Сказка о карасях, зайце и букашках».
20:30 х/ф «Проверка на дорогах».
22:05 «Линия жизни».
23:00 Блеф-клуб.
23:35 м/ф «Ограбление по...».
00:00 Новости культуры с Владиславом Флярковским.
00:25 «Кто там...».
01:00 х/ф «Сцены у моря».
02:40 м/ф «Загадка Сфинкса».

ДАРЬЯЛ-ТВ

07:00, 11:00 Телемагазин.
07:30 Мультфильмы.
08:15, 01:10 «ZTV. Discostar».
09:00, 21:30 «Личное время».
09:30 Дачный сезон.
10:00, 18:00 т/с «Влюбленные в танго».
12:00 х/ф «Потерпевшие с Лигурии». Пираты».
14:00 Документальный детектив.
14:35 Секретное пространство.
15:10, 21:00 т/с «Женаты и с детьми».
15:45 х/ф «Федерал Хилл».
17:45, 00:00 Агентство криминальных новостей.
19:00, 00:15 Шоу Джерри Спрингера.
20:00 Невестная планета.
22:00 х/ф «Неустановленное лицо».

7-ТВ (38 КАНАЛ)

**(ДЕТ. ПРОЕКТ)
(АЛЬТЕРНАТИВА)**
06:45, 07:45, 08:45, 09:45, 11:45, 13:45, 15:45, 17:45, 19:45, 22:15,

01:45 Новости.
07:00, 16:00 Потрясающие каскадерские трюки.
07:30 «220 вольт».
08:00 Зарядка для страны.
09:00, 12:00 «Награда за смелость».
09:15, 01:15 Горячая семерка.
10:00 «Физкульт».
10:30, 19:15, 06:15 «Планета Футбол».
11:15, 00:20 «Тур де Франс».
12:10 История профессионального бокса. Джорж Формэн.
12:45 Земля Конюхова.
13:15, 03:30 Рыболов.
14:00 Синхронное плавание. Дуэты. Финал.
16:30, 05:30 Империя спорта.
17:15, 03:00 «Награда за смелость».
18:00 Прыжки в воду. Женщины. Трамплин. 3 м. Полуфинал.
20:00 «Про футбол».
21:00 Прыжки в воду. Женщины. Трамплин. 3 м. Финал.
22:30 Синхронное плавание. Дуэты. Финал.
23:15 Водное поло. Россия-Бразилия.
00:50 «Назло рекордам».
02:00 Мототриал. Этап чемпионата мира в закрытых помещениях.
04:00 «Шоу футбольной Европы».
05:00 «Жизнь продолжается».

АСТВ

**(21, 30 КАНАЛЫ)
(РАМБЛЕР
ТЕЛЕСЕТЬ)**

07:00, 08:00, 12:00, 21:00, 02:10 «Новости высоких технологий».
07:20, 08:20, 12:20, 21:20, 02:00 Топ - Новости.
07:30, 15:00 «Американский английский».
08:30, 17:00 «Под углом 23 12».
09:00, 23:00 т/с «Мятежный духом».
10:00, 00:00 х/ф «Клуб самоубийц, или Приключения титулованной особы».
11:30, 14:30 «Телешоп».
12:30, 18:30 «Полезные открытия».
13:10 «Канал QR».
13:30, 19:00 «ТЕЛОхранитель».
14:00, 02:30 Тина Тернер. Передача 1-я.
15:30 д/с «Дикая природа Америки».
16:00 «Мир рекордов Гиннеса».
16:30 «Единый государственный экзамен».
17:30 «Национальное обозрение искусств».
18:00, 01:30 «Крестьянские ведомости. Новый век».
19:30, 21:30 д/с «Этот мой ребенок».
19:55, 21:55 «Звездный

AAA-ИНТЕРНЕТ
тел. (26) 26-23-46, 26-34-68

искатель».
20:10, 22:10 «Война в воздухе».

УТ-1

06:00 «Доброе утро, Украина».
06:30, 07:00, 08:00, 11:00, 15:00, 19:00, 21:00 Новости.
06:35, 07:15 Авто-навигатор.
07:05, 08:05 Спорт.
07:55 Знай наших.
08:15, 23:05 т/с «Золото».
08:45 Мюзик-бокс.
09:05, 22:20 Ситуация.
09:20 Вечные истины.
09:30 м/ф «Расскажите сказочку, доктор».
10:05, 12:35, 15:15 Для тех, кто дома.
10:20, 13:15, 01:25 Служба поиска детей.
10:25 м/ф «Буря».
11:20 х/ф «Антон Иванович сердится».
12:50 Этот таинственный мир с А. Дмитриуком.
13:20, 16:55 Закон есть закон.
13:30 Леди Харлей Дэвидсон.
15:35 м/ф «Приключения Пифа».
16:25 Предвечерье.
19:15 ФАЗА.
19:30 «Деловой мир».
19:40 Именно тот.
20:00 «Позови меня».
20:45 Вечерняя сказка.
20:55 «Кено».
21:40 Ракурс.
21:50 Мир спорта.
22:00 Чемпионат мира по водным видам спорта.
22:30 Парламентский вестник.
23:00 Итоги.
23:35 Форсаж.
23:55 «Безымянная планета».
01:30 Быть женщиной.
01:50 х/ф «Маленькая лгуныя».

УТ-2 (1+1)

07:00, 14:50 т/с «Медики - 2».
08:00, 19:30, 20:00 ТСН.
08:20 т/с «Марш Турецкого».
10:10 Мультфильм на заказ.
10:45 Кто в доме хозяин».
11:15 Тамара Аветисян. Воспоминания.
11:45 Ретро-альбом.
11:55 Цвет папоротника.
12:25 Информотораля.
12:45 Азбука безопасности.
12:50 Служба поиска детей.
13:05 Право.
13:45 Ситуация.
14:00 т/с «Дни нашей жизни».
15:45 «Последний герой - 2».
16:55 «33 квадратных метра».
17:30 т/с «Каменская».
18:35 т/с «Все женщины - ведьмы».
20:10 т/с «Агент национальной безопасности - 3».
21:20 х/ф «Шаблезубий».
23:10 х/ф «Оставляя Лас-Вегас».

ИНТЕР

06:00, 07:40 Мультфильм.
06:20 «Маясья».
06:30 «Камера смеха».
07:00, 08:00, 09:00, 12:00, 18:00 Новости.
07:05 х/ф «Тайна киллера».
08:05 т/с «Закон».
09:20, 17:50 т/с «Остановка по требованию-2».
10:25 «Уроки хорошего поведения».
10:50 «Планета животных».
12:15 «LG-Эврика».
13:10 т/с «Эмеральда».
14:05 «Большая стирка А.Малаховым».
15:05 «Все для тебя».
15:35 т/с «Дальнобойщики».
16:35 «N-километр».
16:55 т/с «Изабелла».
19:00 «Афера».
20:00 Подробности.
20:30, 04:00 х/ф «Тюремный романс».
22:25 х/ф «Мигновенное правосудие».
00:20 х/ф «Снова умирающая».
02:30 х/ф «Основной подозреваемый».
05:35 «Великие романы XX ст.».

В салоне у Анжелики



В коробке с карандашами

Чем можно подводить глаза?

1. Контурные карандаши для глаз. Карандаши для глаз изготавливаются по той же формуле, что и помада, но с большим содержанием отвердителей с высокой температурой плавления. Мягкий и эластичный грифель выполнен из натурального воска и содержит натуральные масла. Маслянистая консистенция обеспечивает легкое скольжение и точное нанесение контура глаз. Благодаря специальной формуле, карандаши могут применяться даже при самой чувствительной коже, не вызывая раздражения.

Карандаши должны легко скользить по коже век, давать устойчивую линию, быть безвредными. Этим требованиям лучше других соответствует кайаловые карандаши. Создавая цветовую гамму карандашей для век, фирмы-производители учитывают наиболее распространенные цвета глаз и волос.

Эти карандаши используются для проведения контуров вдоль нижних и верхних ресниц. Карандаши для глаз мягче, чем карандаши для бровей.

Карандаши должны быть остро заточены. Поскольку грифель карандашей очень мяг-

кий, выполнить это требование не всегда просто. Идеальный инструмент для поддержания карандашей в порядке - специальные точилки.

2. Растушевоочные карандаши. В большинстве случаев это двусторонние карандаши с аппликатором. Они хороши тем, что могут использоваться как контуры и как тени для век одновременно.

3. Карандаши для внутренней подводки глаз. Эти карандаши должны быть исключительно мягкими, чтобы не поранить внутренний нежный край века. Их можно использовать и в качестве карандаша-подводки.

4. Жидкая подводка с тонкой острой кисточкой (лайнер) или фломастер - эффективное и удобное средство. Патрон выглядит так же, как тушь для ресниц и наполнен жидкостью. Кисточка (как в туши) вставлена в гильзу.

5. Порошкообразные айлайнеры спрессованы в блоки и могут составлять комплект из двух и более цветов. Их наносят на веко с помощью кисточки, смоченной в воде. Айлайнерами иногда называют инструменты для оформления контура глаз (кисточки, фломастеры и другие).

Продолжение в № 29

Как побороть усталость

Если во время совещания вы и дело клюете носом, на это возможно, какие-то невидимые силы высасывают из вас энергию. Если вам удастся их возможно, предыдущей ночью распознавать, то вы сможете вам не удалось поспать неоспривиться с ними. Вот восемь ходимые восемь часов. Может возможных причин усталости:

1. Слишком много углеводов
Если в том, что вы едите на обед, много углеводов и мало протеина, вы можете почувствовать усталость уже днем. Это происходит потому, что углеводы повышают уровень, вырабатываемого мозгом серотонина - химического вещества, оказывающего успокаивающее воздействие. Согласно исследованиям, протейн, ограничивая производство серотонина, может противодействовать сонливости, вызываемой углеводами.



2. Сокращение корпоративных налогов. Но бывают дни, когда вы чувствуете страшную усталость без видимых причин. Прошлой ночью вы отлично отдохнули и самый важный отрезок сна - сон с быстрым движением глаз - не был нарушен. Однако всего 11 часов утра, а вам хочется свернуться калачиком под столом и немножко вздремнуть.

Продолжение в № 29