

ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

№03  
(272)

ТВ-программа с 25 по 31 января 2021 года

# ТЕЛЕК

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

36

КАНАЛОВ  
ТВ

ПЛАНИРУЕМ  
ПОСАДКИ,  
ПРОДУМЫВАЕМ  
ГРЯДКИ

стр. 16

СОВЕТЫ  
ПО ВЫБОРУ  
ТЕРМОБЕЛЬЯ

стр. 17

КАК РАССТАТЬСЯ,  
НЕ РАССТАВАЯСЬ?

стр. 4

КУЛИНАРНАЯ  
АЗБУКА  
НА БУКВУ «П»

стр. 8

ЧЕСНОК:  
АРОМАТНЫЙ  
ПОМОЩНИК  
ЗДОРОВЬЯ

стр. 9

# СВЕТЛАНА КОЛПАКОВА

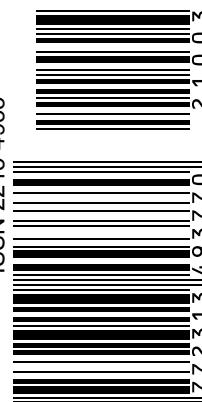
Я НУЖДАЮСЬ В РЕБЁНКЕ ДАЖЕ  
БОЛЬШЕ, ЧЕМ ОН ВО МНЕ

стр. 5

12+

Фото Михаила Рыжова

ISSN 2213-4933



9 772313 493770 21003

**LEOMAX**

Оформи заказ по телефону  
**8 (800) 500-1845**  
и **ВЫИГРАЙ**  
**100000 рублей!\***

Хочешь получить скидку 1000 рублей?\*

Включай телевизор и заказывай товары, не выходя из дома! Кнопка пульта твоего ТВ:

**ПРОМОКОД: 1000**

МТС 34, МГТС 34, Орион Экспресс 24, Триколор 21, акадо 29, Билайн 59, Ростелеком 38, Ростелеком 40, нtv, плюс 403

ЭКСПЕРТЫ ТЕЛЕКАНАЛА И ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ СТИЛИСТЫ ДАДУТ СОВЕТЫ И ПОМОГУТ СДЕЛАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ВЫБОР

\* За первый заказ на сумму от 2999 рублей

Супер набор посуды «Здоровья клад», 6 предметов

лот 25244 **1799.-**

- Можно варить, тушить, пассеровать, готовить на пару.
- Стерилизовать банки.

В комплекте: ковш (Ø18 см; 1,2 л), кастрюля (Ø20 см; 2 л), 2 крышки, 2 решетки для приготовления на пару (Ø16 см и Ø18 см).

Материал: нержавеющая сталь, закаленное стекло, пластик.

Набор алмазной мозаики с картинками Святых, 2 шт.

лот 28293-01 1. Набор «Матрона Московская», 2 шт. **999.-**

лот 28293-02 2. Набор «Николай Чудотворец», 2 шт. **999.-**

лот 28293-03 3. Набор «Пресвятая Богородица Донская», 2 шт. **999.-**

В наборе: клейкий холст (30×40 см), стразы, лоток, карандаш для нанесения страз, клей, подарочная упаковка. При покупке вы получите сразу 2 набора.

Икона-медальон «Матрона Московская» + 2-я в ПОДАРОК!

лот 68901-01 **999.-**

Икона-медальон выполнена в цвете розового золота, украшена 36 кристаллами. Размер иконы-медальона: 2,4×2,8 см. Длина цепи: 50 см + 5 см (доп. звенья). Материал: сплав недорогих металлов, гальваническое покрытие розовым золотом. Вставки: кристаллы. Застежка: магнитная на иконе-медальоне и «английский» замок на цепочке (крючок с застежкой). Упаковка: бархатный мешочек.

Матрас-топпер «Соната Комфорт»

лот 27848 от **1699.-**

- Анатомический эффект.
- Гипоаллергенный и экологичный.
- Не поглощает влагу и запахи.
- Сохраняет форму и устойчив к деформации.

Толщина: 5 см. Материал: стеганный чехол – 100% ПЭ; наполнитель – холкон. Расцветка в ассортименте. Размеры: 70×200 см, 90×200 см, 120×200 см, 140×200 см, 160×200 см (укажите при заказе).

Электродуховка «Русская печь+»

лот 24280 **3999.-**

- За счет особой циркуляции горячего воздуха блюда получаются как из русской печи.
- Просто, быстро, экономично и вкусно.

Материал: сталь. Мощность: 625 Вт. Напряжение: 220 В. В комплекте: 2 противня, электродуховка, шнур питания, инструкция. Цвет: красный, черный. Размер: 40,5×25,5×31 см. Вес: 6 кг.

Швейная машинка «Помощница»

лот 19266 ~~1999~~ **1490.-**

- Поможет подшить, подрубить, прострочить и сшить что-то новое.
- Компактный размер.

В комплекте: 6 шпулек, 1 запасная игла, 1 нитевдеватель, инструкция. Управление: электромеханическое. Работает от адаптера DC 6V или от 4 батареек типа AA (в комплект не входят). Мощность: 6 Вт. Скорость шитья: 400 стежков/мин.

Нательная икона «Николай Чудотворец»

лот 59621-01 **990.-**

Материал: сплав недорогих металлов, золотое покрытие. Тип плетения цепочки: «панцирное». Размер подвески: 1,8×3,4 см. Длина цепи: 51 см + 4,5 см (доп. звенья). В комплекте: икона, цепочка, бархатный мешочек.

Простыня на резинке «Нежные сны»

лот 27839 от **799.-**

Материал: 100% хлопок. Цвет: мятный, розовый, желтый, оливковый, белый, персиковый, кофейный, синий. Размеры: 90×200 см, 140×200 см, 160×200 см, 180×200 см, 200×200 см.

Лимонадница «Муза»

лот 28463 **1999.-**

- Выполнена из высококачественного стекла, украшенного рельефной окантовкой.
- Для красивой подачи на стол морсов, соков и других напитков.
- Удобный кран позволит налить напиток аккуратно.

Материал корпуса: стекло. Высота: 460 мм с крышкой. Объем: 2 л.

Платье «Жизель»

лот 89373 ~~2490~~ **1990.-**

- Приятный для тела материал не ограничивает свободу движений.
- Свободный крой платья легко скроет все особенности фигуры.
- Произведено в России.

Материал: 60% вискоза, 35% ПЭ, 5% эластан. Размер: 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62, 64. Длина по спинке для 50-го размера: 115 см.

Ниспадающий платок «Светлый праздник», 2 шт.

лот 88427 **999.-**

- Благодаря особому крою не спадает при поклонах.
- Белье, украшенное кружевом платок идеален для посещения храма.

Материал: 100% ПЭ (вуальная ткань, кружево). Размер: 129×100 см.

Комплект постельного белья «Хаски»

лот 17605 от **1999.-**

Материал: 100% хлопок (бязь). Наволочка (2 шт.): 70×70 см. Размеры: 1,5-спальный, 2-спальный, Евро.

Набор «Чайный гриб»

лот 44338 **999.-**

- Поможет оздоровить организм и поддержать его защитные свойства.
- В комплекте: чайный гриб, стеклянная банка (3 л) с дозатором, инструкция.

Усилитель звука «Чудо-слух»

лот 41319 ~~1999~~ **999.-**

- Может усиливать звуки до 30 дБ в радиусе до 10 м.
- Практически незаметен благодаря размеру и цвету.

Материал: металл, пластик. В комплекте: портативный усилитель звука, 2 батарейки типа AG3 (1,5 В), ушные вкладыши разного размера (4 шт.), пластиковый контейнер для хранения, инструкция. Размер: 19×13×11 мм. Вес: 3 г.

Сушилка «Так удобно»

лот 19272 **3499.-**

- Вертикальная складная конструкция сушилки экономит пространство.
- Одновременно можно разместить до 50 вещей.

Материал: сталь (окрашенная), пластик. Размер (в собранном виде): 173,5×70×23 см, ширина в рабочем состоянии: 66 см. Максимальная нагрузка: 15 кг.

Комплект штор «Дивный сад»

лот 27796-01 ~~2999~~ **1999.-**

Материал: атлас. Размер: 145×260 см (2 шт.).

Мультивтерка «Витаминка» 3 в 1

лот 28897 **999.-**

- Растягиваются, принимая форму и размер любой посуды.
- Герметично закрывают емкость.
- Можно использовать на таких продуктах, как арбуз, лимон и др.

В наборе: Ø19,5 см – 2 шт., Ø15,5 см – 2 шт., Ø13,5 см – 2 шт., Ø11 см – 2 шт., Ø9 см – 2 шт., Ø6,5 см – 2 шт. Материал: силикон.

Жилет меховой из овечьей шерсти

лот 80867 **1399.-**

- Одежда из овечьей шерсти согреет вас дома и на даче в холодную погоду.
- Поможет при проблемах со спиной.

Материал: ворс (50% овечья шерсть, 50% полиамид). Размеры: М (42-44), L (46-48), XL (50-52), XXL (54-56).

Самоччищающаяся швабра «Проце простого» с ведром

лот 18945-01 **1790.-**

- Отмоет поверхности из любого материала.
- Поворачивается на 360°, проникает даже в труднодоступные места.
- Универсальная система отжима и полоскания.
- Не нужно пачкать руки, нет нагрузки на спину.

Материал: пластик, металл, микрофибра. Длина ручки: 131 см. Размер насадки: 33×12×0,6 см. Объем ведра: 3,3 л. В комплекте: швабра, ведро, 2 сменные насадки из микрофибры, инструкция.

Покрывало «Дивный сад»

лот 27796-02 **1999.-**

Материал: атлас. Наполнитель: синтепон. Размер: 200×220 см.

Электрический измельчитель «Молния»

лот 22634-01 ~~1999~~ **1699.-**

- Простое управление одним нажатием.
- 3 в 1: заменит блендер, миксер и мясорубку.

Материал: пластик, нержавеющая сталь. Напряжение: 220 В. Мощность: 300 Вт. Объем чаши: 1,8 л. В комплекте: измельчитель, одинарный нож, двойной нож.

Пояс эластичный согревающий «Сила верблюда»

лот 47556 **799.-**

- Изготовлен из эластичных волокон, покрытых с одной стороны верблюжьей шерстью, с другой – хлопком.
- Пояс тонкий, его можно носить под одеждой.
- Можно носить под одеждой.

Материал: 38% верблюжья шерсть, 47% хлопок, 9% латекс, 6% полиэфир. Размер: 54-58, 60-64, 64-68.

Изолирующая лента «Супер Фикс» + ПОДАРОК!

лот 16466-02 **990.-**

- Можно использовать даже под водой.
- Заклеит, уплотнит и отремонтирует практически все.

Прочно контактирует с поверхностями из ПВХ, акрила, стали, меди, алюминия, дерева, керамики, стекла и со многими другими материалами. Материал: клей, ПВХ. Размер: 20×150 см.

Авточехлы «Новая жизнь»

лот 17220-01 **2990.-**

- Специальная ткань «винилукс» защитит ваши сиденья от грязи и протирания.
- В комплекте: 2 чехла для передних сидений, 5 чехлов для подголовников, 2 чехла для заднего сиденья с молнией по центру для подлокотника, сумка для хранения.

Подходят для кресел любой модификации (размеры уточняйте по телефону у оператора).

Набор ножей «Сила гранита», 6 предметов

лот 22462 **990.-**

- Лезвия из высококачественной нержавеющей стали с покрытием Granitex, бакелитовые ручки.
- Продукты не прилипают к поверхности лезвий.

В комплекте: поварской нож (длина лезвия: 20 см); разделочный нож (длина лезвия: 20 см); нож для хлеба (длина лезвия: 20 см); универсальный нож (длина лезвия: 12,5 см); нож для овощей (длина лезвия: 9 см); овощечистка. Не подходят для мытья в посудомоечной машине!

Вальгусный корректор «Вальгус Стоп»

лот 91966 **699.-**

- Внутри – алюминиевая пластина, которая плотно прилегает к стопе и фиксирует большой палец в правильном положении.
- Угол наклона сустава можно регулировать застежками «велкро».
- Выполнен из эластичного полиэстера.

Материал: 100% ПЭ, алюминий. Размер: 24,5×13,5 см.

Светильник «Суперсвет», 2 шт.

лот 18868 **990.-**

- Датчик движения.
- Легкий монтаж там, где нет проводов.

Материал: ПВХ. Ø светильника: 9 см. Яркость: 180 Лм. Работает от 3 батареек AAA (в комплект не входят). Датчик движения/освещения: дальность срабатывания до 10 м. Крепление: двухсторонний скотч. В комплекте: светильник, 2 шт.

Умные очки «Анти-блик»

лот 18502 **990.-**

- Убирают блики на воде во время рыбалки.
- Улучшают видимость на дороге днем и ночью при вождении.
- Защищают глаза во время работы с опасными инструментами.
- Можно надевать поверх обычных очков с диоптриями.

Материал: оправа и линзы: ПВХ. В комплекте: очки, чехол, салфетка для ухода. Длина дужек: 13 см. Размер очков: 15×5×5 см (в сложенном виде).

Электрическая ножеочка LEOMAX «Острые грани» (беспроводная), 2 шт.

лот 21703 **999.-**

- Наточит ножи, ножницы, отвертки и другие инструменты.
- Есть поддон для опилок.

Материал: пластик, металл. Работает от 4 батареек типа AA (в комплект не входят). Размер: 6×8,5×14 см.

Специальные носки без резинки «Комфорт», 2 пары + 2 пары в ПОДАРОК!

лот 45988 **999.-**

Комплекты на выбор: Коричневый + Черный, Светло-серый + Черный, Синий + Черный

- Предупреждают тяжесть и усталость в ногах.
- Не нарушают кровообращение.
- Рекомендованы при возрастных проблемах с голеностопом.

Материал: 87% хлопок, 13% ПЭ. Синий. Размер: 35-37, 38-40, 41-43, 44-46. Дополнительно 2 пары в ПОДАРОК!

Беспроводной прожектор «Ястреб»

лот 18930 **990.-**

- Работает без перерыва до 10 часов, без подключения к электросети.
- Освещает площадь до 40 кв. м.
- Заряжается за 3 часа от дневного света.
- Яркость 600 Лм. 48 светодиодов.

Материал: ударопрочный пластик. Радиус действия датчика движения: до 5 м, угол 120°. Размер: 123×95×47 мм. Автоматически отключается через 15 секунд. В комплекте: прожектор, крепление (винт – 1 шт.), инструкция.

Видеорегистратор-зеркало

лот 17663-01 **2199.-**

- Не закрывает обзор.
- Включается автоматически.
- Устанавливается на любое зеркало заднего вида.

Диагональ экрана: 2,4 дюйма (6 см). Функции: непрерывная запись, циклическая запись, встроенный динамик, запись звука, ночная съемка, режим фотосъемки. Максимальное разрешение видеозаписи: 1280×720 пикселей. Максимальный объем карты памяти: до 32 Гб (в комплект не входит). Широкий угол обзора в 140°. Размер зеркала (Д×Ш): 30×8 см. В комплекте: видеорегистратор-зеркало, крепление на зеркало (2 резинки), автомобильное зарядное устройство, инструкция.

Дрель-шуруповерт «Профи» 26 в 1 (трансформер)

лот 19169-01 **1590.-**

- Встроенная подсветка освещает рабочую зону.
- Работает от аккумулятора.
- Ручка дрели-шуруповерта способна поворачиваться на 180°.
- 26 бит в комплекте заменят множество инструментов.

В комплекте: дрель-шуруповерт с аккумулятором, зарядное устройство, биты плоские – 5 шт., биты крестовые – 4 шт., биты шестигранные – 4 шт., биты четырехгранные – 2 шт., шпатель-сверла – 2 шт., насадки-насадки – 8 шт., бита-переходник – 1 шт., кейс для хранения, инструкция. Материал: ударопрочный пластик, металл.

**ОРИГИНАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО. ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК!**

\*\*Срок проведения акции с 20 января по 20 мая 2021 г. Максимальное количество денежных призов – 25 по 4000 руб. Получение призов до 30.09.2021 г. переводом через «Почту России». Организатор акции и дистрибьютор: ООО «Товары Почтой». ОГРН 1187746282789, 105318, г. Москва, ул. Ибрагимова, дом 31, корпус 47, кабинет 104, 1 этаж. E-mail: catalog@leomax.ru. Товары, подлежащие сертификации, сертифицированы.

Получить наш бесплатный каталог вы можете, позвонив по тел. **8 (800) 500-1845** (круглосуточно, звонки бесплатные по всей территории РФ). Возможно изменение цен в одностороннем порядке. \*\*О правилах проведения акции, количестве призов, сроках, месте и о порядке их получения читайте на сайте [www.leomax.ru](http://www.leomax.ru)

## Анна Банщикова стала сценаристом ради «Ищейки»



На Первом канале – премьера нового, пятого сезона одного из самых популярных сериалов – «Ищейка». Главная героиня, следователь Александра Кушнир (ее, как и в предыдущих сезонах, играет Анна Банщикова), снова берется за расследование самых сложных дел.

Работа над пятым сезоном детектива стартовала еще в середине декабря 2019 года, но в связи с эпидемиологической ситуацией была приостановлена на несколько месяцев. И наконец в июле творческая группа проекта смогла завершить съемки многосерийного фильма. Большая часть их велась в хорошо знакомом всем поклонникам сериала Геленджике. Многие сюжетные повороты Анна Банщикова предложила сама. Актриса настолько погрузилась в интригующую историю «Ищейки», что стала частью сценарной группы проекта.

Фото пресс-службы Первого канала



## Никифоров завершает кинобоксёрскую карьеру

В этом году телеканал НТВ покажет боевик «Хозяин». Главную роль в нем сыграет Денис Никифоров, получивший популярность после выхода фильма «Бой с тенью», в котором он сыграл боксера Артёма Колчина. В «Хозяине» ему снова досталась роль короля ринга. Герой Никифорова – известный в прошлом боксер Егор Таранцев – приезжает в родной городок на похороны матери. Там между ним и бандой преступников происходит драка, где один из нападавших погибает. Это была самооборона, но полиция и товарищи убитого так не считают... – Мне понравился герой, его честность и порядочность, – рассказал нам актер. – Он попал в жуткий замес, и теперь ему придется все расхлебывать самому...

Практически все экшен-сцены, как и в других проектах, Денис Никифоров исполнял без помощи дублера. Однако, по словам актера, этим сериалом он решил завершить свою боксерскую кинокарьеру, чтобы двигаться дальше к новым ролям.

Фото телеканала НТВ

## Сергей Лазарев и Влад Топалов снова споют вместе

Сергей Лазарев и Влад Топалов зимние каникулы проводят на острове Бали вместе со своими родными и друзьями. Кстати, оба артиста отметили, что впервые отдыхают в одной компании.

Самое интересное, что за время отпуска Сергей и Влад обсудили возможность совместной работы и решили, что новому совместному дуэту – быть.

– В этом году группе «Smash!!» исполняется 20 лет! – напомнил нам Сергей Лазарев. – По этому случаю мы вот тут с Владиславом Михайловичем решили тряхнуть дуэтной стариной и записать что-нибудь новенькое. А может, бахнуть песню «Belle 20 лет спустя»... Пока рассматриваем все варианты.

Фото Вадима Тараканова



## Павел Майков отправится в отпуск

На телеканале ТНТ в феврале состоится премьера сериала «Отпуск». Это история о том, как россияне отдыхают на курортах Краснодарского края. По сюжету семья Беляевых из Норильска в одиннадцатый раз приезжает отдыхать в городок, где они снимают дом у дяди Бори. Но в этот раз все иначе: у Бориса появилась невеста, а в семье Беляевых – разлад и множество проблем.

Роли в этом проекте исполняют Павел Майков и Татьяна Догилева (они играют зятя и тещу), Демис Карибидис, Арарат Кещян. Впервые на экране появится Валя Карнаухова, 19-летняя звезда видеосервиса «TikTok», более известная как Валя Карнавал с 11 миллионами подписчиков.

Фото телеканала ТНТ



Всем на заметку:

# ДЕРЖИМ САХАР В НОРМЕ!



Альформин – это на 100% натуральный комплекс, созданный специально для людей с проблемами сахара в крови, который борется одновременно с несколькими проблемами без нагрузки на организм, привыкания и вреда для здоровья.

Варанин А.В., специалист по здоровому образу жизни

Для Вас ПОДАРОК\* при покупке

Если Вы заметили проблемы с сахаром в крови – это сигнал того, что надо срочно заняться собой! Ведь ситуация страшна своими последствиями, в числе которых проблемы с сердцем и сосудами, зрением, почками и расшатанные нервы. Поэтому сегодня я хочу рассказать Вам об Альформине. Это на 100% натуральный комплекс, созданный специально для людей с такими проблемами, который заботится о состоянии сахара и способствует предотвращению негативных последствий практически без вреда и побочных эффектов.

В состав Альформина входят натуральные вещества, которые наш организм не способен вырабатывать самостоятельно в нужном количестве. Это в первую очередь природный полисахарид Инулин. С его помощью удается добиться хороших результатов. Макроэлемент Магния цитрат способствует стабилизации работы нервной и кровеносной системы, которые страдают от таких проблем. А L-глутамин способствует выработке собственного инсулина и замедляет скорость поглощения пищи, способствуя поддержанию уровня сахара в крови после приема пищи.



Альформин прекрасно сочетается с различными препаратами и не вызывает побочных эффектов. И самое главное, он дает организму, который страдает, те вещества, которые ему необходимы и которые помогают привести его в норму, сохранив самое ценное – здоровье.

Заинтересовались?

Звоните по бесплатному телефону:

8 (800) 200-35-07

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

\* При покупке курса Альформин. Акция действует с 20.11.2020 по 01.03.2021 г. ИП Шукин Александр Васильевич, г. Москва, Петровско-Разумовский пр., 24. ОГРНИП 317774600406728. Регистрационный номер декларации о соответствии: ЕАЭС № RU Д-РУ АЕ09.В.00722/19 от 27.08.2019 г. Не является лекарством, не является БАД. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по т. 8 (800) 200-35-07. РЕКЛАМА

## Геладринк® – кладезь для активного долголетия!

Для молодости и красоты

Геладринк ПЛЮС



Поддержка организма в холодный сезон, питание и защита всех тканей суставно-связочного аппарата, уход за кожей и волосами.

Порошок

Для выносливости и силы

Геладринк ФОРТЕ



Уменьшит риск травматизма, не даст «замёрзнуть» и засохнуть» коже и хрящевым тканям суставов и позвоночника.

Порошок, капсулы

Для гибкости и подвижности

Геладринк ФАСТ



Настоящий помощник «когда ни согнуться, ни разогнуться, ни ступить, ни наступить», при дискомфорте и скованности по утрам и после нагрузок.

Капсулы

Для тонуса и бодрости

Кальцидринк®

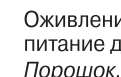


Восполнение минерального баланса костных тканей, укрепление волос и ногтей, профилактика старения, оптимальная поддержка при стрессе.

Порошок

Для активного долголетия

Геладринк АРТРОДИЕТ®



Оживление суставов и сосудов, питание для позвоночника.

Порошок, капсулы



Суставы любят Геладринк!

www.geladrink.ru

Продается в аптеках!

apteka.ru + ЕАПТЕКА.RU

С любовью из Чехии!

СОГР №RU.77.99.11.003.Е.000005.01.15; СОГР №RU.77.99.11.003.Е.000003.01.15; СОГР №RU.77.99.11.003.Е.000004.01.15; СОГР №RU.77.99.19.003.Е.000002.01.15; СОГР №RU.77.99.32.003.Е.003065.02.15. АО НПК «Катрен» ОГРН 1025403638875, 141402, г. Химки, Ватулинское ш., влад. 22. Лиц. № ФС-99-02-007598 от 26.12.19 г. ООО «Аптека»; г. Москва, Фрунзенская наб., д. 42, цок. этаж, пом. 1, комн. 2; Лиц.: № ЛО-77-02-010433 от 13.08.19 г.; ОГРН: 1147746631988. БАД.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

**СЕКРЕТ УСПЕХА**

**Ваше резюме в центре внимания**

Если вы хотите сделать поиски работы быстрыми и результативными, то размещения стандартного объявления на соответствующем сайте маловато. Мы предлагаем вам несколько эффективных способов выделиться из толпы соискателей и привлечь внимание работодателя к вашему резюме.



**КОРОТКО И ИНФОРМАТИВНО**

Большинство хедхантеров прочитали миллион резюме, наполненных избитыми фразами. Многословие вызывает у них нешуточное раздражение. Перечитайте свое резюме и безжалостно уберите все «общие» места вроде «коммуникабельности» и «владения ПК». Оставьте только конкретику: навыки, полезные для работы в должности, и реальные достижения.

**ПОДРОБНЕЕ «О СЕБЕ»**

Наполните раздел информацией, которая будет связана с вашей профессиональной деятельностью, вместо «люблю читать и вышиваю крестиком». Например, в резюме на место няни +100 к имиджу профессионала может добавить такое наполнение раздела: «Постоянно обновляю копилку развивающих игр и упражнений для дошкольников. Имею двоих детей, которые успешно поступили в престижные вузы».

**ПЕРСОНАЛЬНОЕ СОПРОВОДИТЕЛЬНОЕ ПИСЬМО**

Найдите в соцсетях или на сайте компании контактное лицо, отвечающее за подбор персонала, и обратитесь к нему лично. Персональное сопроводительное письмо провоцирует человека более внимательно отнестись к вашей кандидатуре, демонстрирует вашу заинтересованность и уважение.

Вы пережили головокружительный роман с коллегой, соседом или однокурсником, но чувства остыли, вы расстались, и теперь вынуждены каждый день видеться с человеком, от которого предпочли бы держаться подальше, чтобы не беречь раны.

**М**ы поможем вам выработать стратегию, как вести себя в этой неловкой ситуации. Вам потребуются самодисциплина, позитивное отношение к жизни и твердое намерение двигаться дальше.

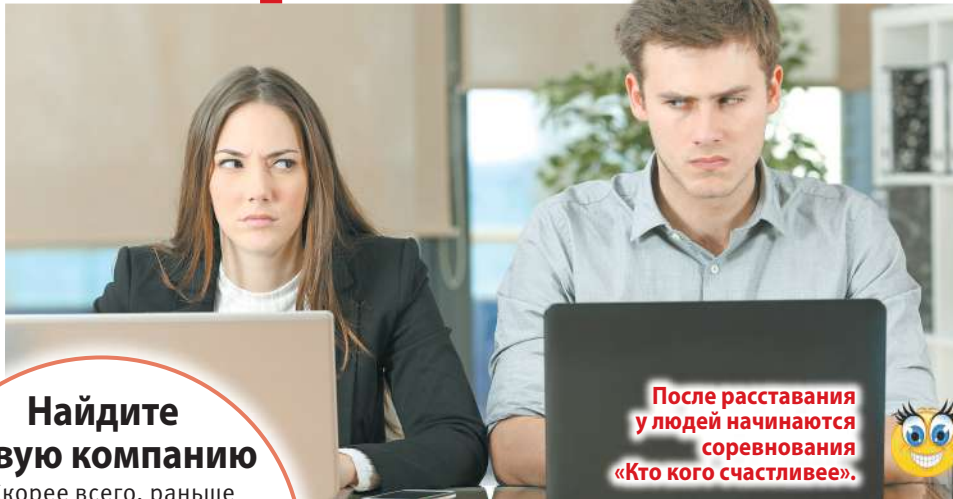
**Смоделируйте возможные ситуации**

Прокрутите в уме или проговорите с психологом как можно больше возможных «острых» ситуаций общения: например, вы остались вдвоем в лифте. Заранее отретепируйте свою реакцию, чтобы меньше переживать при встрече с бывшим. Возможно, будет уместным сказать: «Привет, неловкая ситуация, правда?» А можно подождать другого лифта. Чем больше ситуаций вы мысленно проигрываете, тем увереннее будете себя чувствовать.

**Возьмите отпуск**

Смена обстановки и впечатлений позволит отвлечься. Возможно, этого хватит, чтобы прийти в себя и спокойнее отнестись к присутствию бывшего.

# Расстаёмся, не расставаясь



**Найдите новую компанию**

Скорее всего, раньше вы общались с бывшим и его знакомыми. Лучше постепенно сменить компанию. Присмотритесь к тем, с кем вам всегда приятно было общаться: однокурсники, знакомые по фитнесу или хобби.

**Придумайте способ увеличить дистанцию**

Если нет никакой возможности переехать, сменить место работы и т.п., нужно сделать все, чтобы увеличить дистанцию между вами. Изучите график человека и планируйте свой день, чтобы меньше пересекаться. Избегайте мест, где бывший бывает регулярно, выбирайте другие маршруты. На общих мероприятиях постарайтесь размещаться вне зоны видимости человека и так, чтобы его не видеть. Попросите шефа поменять ваш график, перевести вас в другой отдел, на удаленку.

**Сконцентрируйтесь на работе или учёбе**

Легальный способ сократить общение и не беречь раны – погрузиться в работу. Если вы работаете или занимаетесь в одном помещении, ваши глаза должны быть прикованы к ежедневнику, экрану компьютера и т.п. Если есть возможность, берите сверхурочные. Постоянная занятость поможет избежать навязчивых мыслей. Если вы встретились на дне рождения общего друга, уделите все внимание имениннику. Концентрация на делах или других людях поможет выбросить бывшего из головы и ограничить свои фантазии на тему «Как он на меня смотрит?» или «С кем флиртует?».

**Не обсуждайте ситуацию ни с кем**

Расспросы неминуемы, и чтобы не стать источником сплетен, самое лучшее сказать: «Я не хочу обсуждать эту ситуацию» и просто сменить тему.

**Не старайтесь вызвать ревность**

После разрыва есть непреодолимое желание доказать бывшему, что у вас все хорошо. В ход идет флирт с коллегами или общими друзьями, фото с вечеринок, смена имиджа, рассказы о новых знакомых. Важно понять, что, стремясь вызвать у бывшего ревность и сожаления, вы продолжаете думать о нем, вместо того, чтобы отпустить и двигаться дальше.

**Цифры нагляднее слов**

**20** из **100**

самых богатых женщин мира получили свои состояния после развода с мужьями.

Более **30%** мужчин не удаляют телефон бывших из списка контактов.

Любая женщина переживает из-за разрыва долгих отношений больше года, даже если ее чувства к бывшему партнеру уже давно остыли.

Недавно ученые подтвердили факт, что женщины говорят больше, чем мужчины. В исследовании фигурируют такие цифры: женщины произносят в среднем за день

**20** тысяч слов,

а мужчины – **13** тысяч.

Более **50%** холостяков до **27** лет живут вместе с родителями.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

**БЫВАЕТ И ТАКОЕ**

**Гуляй, студент!**

Вот уже несколько столетий 25 января, в день памяти великомученицы Татианы, в России отмечается День студента. Напомним, именно 25 января 1755 года императрица Елизавета Петровна подписала указ об учреждении Московского университета. За истекшее время традиции праздника значительно поменялись. Во-первых, сейчас Татьянин день отмечает в основном учащаяся молодежь, а изначально праздник поддерживал и преподавательский состав. За одним столом на пирушке сидели и сами студентки, и профессора. Во-вторых, День студента был еще и днем встречи выпускников. Добившиеся успеха специалисты посещали альма-матер и выступали с речами на торжественной части.



**Русская печь – тёплое местечко**

На Руси с печкой связано огромное количество примет и обычаев. Например, возвращаясь из дальнего странствия, человек должен был поздороваться с домочадцами и обязательно прикоснуться ладонью к печке. Провожая кого-то в путь, хозяйка закрывала заслонку, чтобы разговоры об отъезде не достигли чужих ушей. А уж какие умения приписываются печке в сказках! Она и ездит повсюду («По щучьему велению»), и пирожки сама печет («Гуси-лебеди»), и маленького козленка от волка прячет («Волк и семеро козлят»).



**Метеорит, ау!**

Как вы думаете, далеко ли от вас находится ближайший метеорит? Мы вам ответим: совсем рядом, на крыше вашего дома. Причем их там миллиарды! Правда, чтобы разглядеть хотя бы один, вам понадобится мощнейший микроскоп. Размер каждой упавшей на вашу крышу из космоса частички составляет около 400 микрон. Она представляет собой сферу оплавленного при входе в атмосферу вещества с содержанием магния, фосфора или железа.



**Зачем нужен аппендикс?**

Долгие годы считалось, что слепой отросток кишки – бесполезный рудимент, который только и знает, что восплаляется в самый неподходящий момент жизни и грозит перитонитом... Но недавно ученые выяснили, зачем Матушка-природа наградила нас аппендиксом. Согласно новым данным, слепой отросток нужен в качестве безопасного пристанища для полезных бактерий, населяющих кишечник. Они прячутся в слепой отросток и переживают там неблагоприятные условия.

Светлана СИДОРЧУК

Новый сезон популярнейшего ситкома «Ивановы-Ивановы» на СТС порадует не только встречей с полюбившимися персонажами, но и появлением новых героев.

**П**ожалуй, самая заметная среди них – актриса Светлана Колпакова, сыгравшая новую соседку Ивановых. Мы разузнали у нее, легко ли ей было вливаться в сложившийся коллектив, как удавалось совмещать съемки и заботу о маленьком сынишке, а также о том, что она сама предпочитает смотреть как зритель.

## Игра на природе как подарок

– Светлана, наверное, вы долго не раздумывали, соглашаться на съёмки в сериале или нет? Ведь «Ивановы-Ивановы» – с первого сезона хит на СТС.

– Я понимала, что вхожу в уже успешную историю, любимую зрителями. Но при этом понимала, что не хочется все испортить, что нужно сохранить атмосферу. Я знала, куда иду, с каким актерским составом буду работать, а для меня это всегда главный критерий: соглашаться или нет (улыбается). В сериале играет много актеров, с которыми я работаю в театре или снималась не раз, поэтому недолго думала.

– Получается, что в этом сезоне в «Ивановых» появилась мини-версия МХТ имени Чехова?

– Да (улыбается). И когда мне сказали, что еще и Стас Дужников будет сниматься, а мы с ним в МХТ не раз играли любовную

## Светлана КОЛПАКОВА:

# Я нуждаюсь в ребёнке даже больше, чем он во мне

пару, я поняла, что в «Ивановых» не будет притирок. Мы получали удовольствие еще и от того, что играли на природе.

– А вы равнодушны к природе?

– Я люблю бывать на природе. Кроме того, мне казалось, что на открытом воздухе вероятность заразиться и принести домой вирус все-таки меньше. Да и в целом: проводить по двенадцать часов в душном помещении в павильоне или в дачном поселке, где сосны, цветы, зелено, – конечно же, я за второе. Тем более так удачно моя реальная дачная жизнь в карантин переклалась в экранную. Это просто подарок для меня!

## Обманчивый типаж

– Ваша героиня Нина и цветы выращивает, и огородом занимается, в общем, мастерица на все руки. Что у вас от неё?

– Я скорее белоручка (улыбается). Это на экране я такая хозяйка и дачница. Вот мои

родители трудятся на даче как пчелки. А я это не очень люблю, но, наверное, всему свое время. В целом представление обо мне обманчиво: многим кажется, что я люблю деревню, могу и корову подоить, покосить траву, переночевать на сеновале (смеется). Возможно, просто типаж такой, но я городская, не деревенская.

– В одной из серий «Ивановых-Ивановых» ваша героиня худеет с помощью сельдерея и тыквенного супа. У вас бывали похожие периоды?

– После беременности – нет. Но ранее, когда в сериале «Скрытые мотивы» мне дали роль следователя, я решила, что для этого персонажа можно немножко похудеть.

Стала придерживаться питания по группе крови, без фанатизма, конечно. И я действительно похудела: мне очень нравится, как я выгляжу в серии.

але. В тот период мало что ела, кроме овощей и белого мяса. Поняла, что, конечно же, мы – это то, что мы едим. Сразу и кожа изменилась, и ощущения другие, и чувствовала себя хорошо. А когда забеременела, мне хотелось сохранить это по-

дольше, и я продолжала так же питаться. Но в

итоге врачи попросили добавить в рацион определенные продукты, поэтому я перешла на обычное питание.

## Кстати

### Пауза случилась вовремя

– Перед тем как стать матерью, вы готовили себя с помощью специальных курсов и книг?

– Я много читала, даже купила онлайн-курсы – запись лекций с наглядным пособием. Но можно как угодно готовиться, начитаться, надышаться, насмотреться, но никто никогда не скажет, как это произойдет именно с тобой. В итоге лекции и статьи не помогли. Я слушала только врача и свои ощущения.

– Различные курсы и тренинги набрали популярность во время карантина. Вас не раздражало огромное количество информации повсюду?

– Скорее надоедали бесконечные прямые эфиры в инстаграме (улыбается). Но я понимаю, что активные люди таким образом пытались не сойти с ума. Это у меня так обстоятельства сложились, что появилась возможность заниматься ребенком, я радовалась и наслаждалась этим временем. Но была бы я одна и без профессии, конечно, мне было бы тяжело. В этом смысле прямые эфиры, самопробы, онлайн-тренировки стали спасением для многих. И пока все в самоизоляции хвастались прочитанными книгами, просмотренными фильмами и курсами, я, как двоечница, ничего не смотрела, ничего не читала и не проходила. Только носилась как молодая мать (смеется). В общем, хорошо, что случилась эта пауза, она мне была очень нужна.



В отличие от своей героини Нины из сериала «Ивановы-Ивановы», Светлана не умеет выращивать цветы. Зато прекрасно их поливает!

Новый сезон сериала «Ивановы-Ивановы» стартует на СТС 25 января.

## ПОДРОБНОСТИ

# Меньше театра, больше кино

– Успеваете, пока ребёнок спит, изучить киноновинокки?

– Да, а когда сын был совсем маленьким и я гуляла с коляской, ставила планшет на колясочку и смотрела фильмы. Я давно не была в театре как зритель, хотя обычно не пропускаю премьеры, но зато я в курсе всех кинопремьер. Например, «Чики» для меня пре-

красный сериал. Актрисы, конечно, все безупречны и на своем месте, но я бы отдельно выделила Ирину Носову. Она для меня самое точное попадание. И я очень рада за Паулину Андрееву, которая написала сценарий к «Психу». Я играла в ее коротком метре, в дипломном проекте для киношколы «Индустрия». В общем, я сейчас сижу

на всех видеоплатформах и в курсе всех премьер (улыбается).

– В театр, понятно, ребёнку не возмёшь. А на съёмки получается?

– Родители помогают мне, поэтому я больше за то, чтобы сын лучше погулял в парке, чем сидел в актерском вагончике. Я, конечно же, очень переживала, потому что появилась невероятная

привязанность к ребенку. Но уже подписаны договоры, даны обещания, поэтому вынуждена сниматься, хотя на самом деле голова и сердце в другом месте, не на съемочной площадке. Только спустя год меня отпустило. А раньше была катастрофа: «Отпустите меня к ребенку, ничего больше не хочу». Помню, даже плакала в машине по до-

роге на съемки: я ведь на весь день расставалась с сыном. Но здесь важен компромисс: чтобы и работа была, и ребенок все-таки воспитывала я, а не бабушка с дедушкой или няня. Я сама хочу видеть, как взрослеет мой сын, общаться с ним, наблюдать за тем, как он меняется, поэтому сейчас, пока наметился перерыв в съемках, я максимум времени провожу с ребенком. Сегодня я, наверное, нуждаюсь в нем даже больше, чем он во мне.



Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

В Санкт-Петербурге идёт работа над сериалом «Подражатель» для телеканала «Россия» производства кинокомпании Star Media.

**Н**еобычный сюжет, запоминающиеся персонажи, известные актеры и съемки в самых знаковых местах города – все это зрители увидят, когда проект выйдет на телеэкраны. Мы постарались узнать самые интересные подробности сюжета и съемок этого сериала.

## Убийство «под копирку»

По сюжету сериала, в Петербурге происходит убийство, которое детально воспроизводит преступление двадцатилетней давности, совершенное Анастасией Перевезенцевой (ее играет Евгения Крюкова). Новый преступник вскоре и сам объявляет себя ее «подражателем». Руководитель следствия Иван Орехов (эта роль досталась Евгению Дятлову) работает над этим делом вместе со своей ученицей Дарьей Бравединой (эту роль исполняет Полина Филоненко), известной своими нестандартными методами. Она предлагает привлечь к расследованию саму Анастасию – ведь только она может понять логику действий «подражателя».

Роль дочери Ивана Орехова доверили Любови Константиновой, ее мужа играет Никита Волков. В фильме также заняты Максим Дрозд, Анна Банщикова, Роман Агеев и другие известные актеры.

## Главные роли

Кастинг на главные роли, по признанию создателей сериала, был долгим и сложным.

# Евгения Крюкова оказалась между добром и злом



Евгений Дятлов играет следователя.



На съемочной площадке – Анна Банщикова и Евгения Крюкова.



Главную роль исполняет Евгения Крюкова.

– Сначала надо было определиться с исполнительницей главной роли – Анастасии Перевезенцевой, – рассказывает нам продюсер фильма Александр Стариков. – Оказалось непросто найти актрису, которой бы зритель сопереживал, зная неоднозначную историю ее персонажа. Но с первой

пробы Евгения Крюковой мы поняли, что это – стопроцентное попадание в образ! Она красивая, глубокая, талантливая актриса, очень избирательная к выбору ролей. А для нас было важно, чтобы Анастасию Перевезенцеву сыграла такая актриса, которую можно увидеть только в

действительно хорошем кино.

Исполнителя на роль следователя тоже нашли не сразу. Но когда продюсеры увидели пробу Евгения Дятлова, стало очевидно: он идеально подходит для образа Ивана Орехова.

– Я заинтересовался проектом еще на этапе прочтения сценария, – признался нам Евгений Дятлов. – А когда познакомился с режиссером Сергеем Комаровым и узнал, что моими партнерами по площадке станут Евгения Крюкова и Полина Филоненко, сразу же согласился стать частью «Подражателя»...

## Неоднозначная роль

Для Евгении Крюковой эта роль была непростой задачей, с которой она справилась на отлично.

– Мне всегда должен быть интересен мой персонаж, – рассказывает актриса. – Я должна его если не оправдать, то понять. И этот персонаж должен вызывать очень сильные эмоции – такие, как уважение, раздражение, жалость... В данной ситуации я понимаю Анастасию Перевезенцеву, я ее уважаю, она мне безумно интересна – и поэтому я, конечно, с большим интересом занималась изучением этого персонажа... Все, что будет происходить в фильме с Анастасией, будет закономерным, логичным. Мы пытались сделать так, чтобы у нее был достаточно лаконичный образ, не выражавший явных эмоций. Она говорит только тогда, когда ей дают слово, она не позволяет себе ничего лишнего. Задача состояла в том, чтобы сделать персонаж внешне простым – но сложным внутри. И как раз показать эту разницу внутренней и внешней природы, наверное, было самым сложным...

## Правильный подход

В фильме будут и экшен-сцены – ну а какой детектив может обойтись без них?

## Детали

### Острый сюжет + драма

Режиссером-постановщиком фильма стал Сергей Комаров.

– Мне эта история была интересна тем, что в ней очень органично сочетаются остросюжетная и драматическая составляющие, – поясняет нам режиссер. – Все линии героев интересные и яркие, они плотно переплетены между собой. Что касается главной героини Анастасии Перевезенцевой, то это очень неоднозначный персонаж. Но в жизни же не бывает абсолютно хороших или абсолютно плохих людей. Поэтому сказать, положительный она или отрицательный персонаж – сложно. Мы надеемся, что зритель тоже будет переживать разные чувства по этому поводу.

– В фильме будут перестрелки, слезки, погони, драки, – говорит режиссер. – Их немного, но это важная часть истории. Артисты участвовали в подобных сценах сами, однако всегда были под прикрытием профессиональных каскадеров.

– Во время съемок мы творчески подходили к процессу: все вместе разбирали сцены, порой даже корректировали сценарий, исходя из нашего видения конечного результата, – говорит нам Евгений Дятлов. – Уверен, что получится очень яркий проект и зрителю будет интересно разгадывать загадки, которые оставит «подражатель» главным героям!

## ПОДРОБНОСТИ

## Легенды съёмочного Санкт-Петербурга

**В** фильме есть еще один главный герой – Санкт-Петербург. Съёмочными площадками стали легендарная тюрьма «Кресты», построенная в конце XIX века, часовая башня Петропавловского собора, доходный дом К.И. Розенштейна и другие локации.

– Мы изначально очень хотели, чтобы действие сериала разворачивалось в атмосферном Санкт-Петербурге, – говорит нам продюсер Александр Стариков. – Особенно интересно было снимать в легендарных «Крестах». Мы несколько месяцев

ждали разрешения на съемки, и как только получили его – приступили к работе на территории тюрьмы.

Под впечатлением от съемок в этом месте осталась и Евгения Крюкова.

– Я очень хотела сниматься в «Крестах», волновалась, что что-то будет не так, что-

то сорвется в последний момент, – вспоминает актриса. – Этот объект был энергетически сложным. Кто только не был заключен в

этих стенах: от Константина Рокоссовского до Владимира Набокова! Кто-то отбыл

срок за жестокое преступление, кто-то – за политические убеждения... И стены «Крестов» все это хранят в себе.

**П**роходили съемки и еще в одном уникальном месте – в Петропавловской крепости.

– В силу специфики сцены нам требовался доступ к механизму часов Петропавловской крепости, – говорит продюсер Александр Стариков. – Мы благодарны администрации, что она пошла нам навстречу. Мы дали гарантии, что никак не повредим механизмы, и нас допустили, позволили воплотить все задуманное.

Валерия ХВАЩЕВСКАЯ



Режиссер фильма Сергей Комаров на съемочной площадке.

Тарас Кузьмин – актёр, сыгравший гинеколога Олега Чернова в сериале «Женский доктор» на Домашнем (а также известный по проектам «Сельский детектив. Ловушка для мертвеца», «Эра медведей», «Взрывная волна», «Тайна кумира»).

Он рассказал нам о своих вкусовых предпочтениях, объяснил, почему считает завтрак главным приемом пищи, и поделился фирменным рецептом, который при всей своей простоте никогда не подведет.

## От завтрака зависит настроение

– Тарас, какое место в вашей жизни занимает еда?

– Я считаю, что еда – одна из самых значимых частей нашей жизни, и что любой прием пищи имеет сакральное значение. Ведь люди во время совместной трапезы лучше узнают друг друга, становятся ближе и теснее. Это происходит потому, что в этот момент они делятся друг с другом чем-то сокровенным. От еды очень зависит мое настроение, и особенно от завтрака. Я уверен: как начнется мой день, так он и пройдет. Иногда я даже стараюсь пропустить завтрак, чтобы не испортить себе настроение и не омрачить весь день. А иногда я перед сном лежу и размышляю: что бы такого приготовить на завтрак?

– В вашей семье кто обычно готовит?

– Завтраками обычно приходится заниматься мне – и, как говорят мои дети, я готовлю потрясающие омлеты! За обед отве-

## Тарас КУЗЬМИН:

# Во время еды люди становятся ближе



## Рецепт от звезды

### Легендарная рыба

– Нужно купить хорошую красную рыбу, а точнее – хорошего лосося, семгу. Это, конечно, дорого, и часто готовить это блюдо не получается. Но зато испортить хорошего лосося практически невозможно, и ваши гости точно не останутся равнодушными! Итак, рыбку поливаем лимончиком, посыпаем солью и перцем, посыпаем внутрь травушку – петрушечку и укропчик – и все, больше ничего с ней делать не надо, да и нельзя! Затем ставим рыбу в духовку – и потрясающий вкуснейший лосось готов! Вот такой у меня секрет. Главное – никому не говорите, как просто это блюдо готовится. Наоборот, рассказывайте, что все сложно, выгоняйте всех из кухни под предлогом, что сейчас будете заниматься волшебством и колдовством. А сами просто положите лосося в духовку. Вот такой вот вам рецепт от Тараса Кузьмина. Приятного аппетита!



чает жена, а ужинаем мы тем, что, как говорится, под руку попало.

## Острый эксперимент

– Вспомните блюдо, которое вас больше всего удивило.

– Больше всего меня удивило блюдо, которое я попробовал в Таиланде. Это был суп том ям. Я, конечно, ел его и раньше – в ресторанах Твери, Москвы, Питера – но отведав тайский том ям, остался под очень

сильным впечатлением. Я решил подстраховаться и заказал «медиум» – то есть средней остроты суп. После первой же ложки я покрылся потом, облился слезами, и лицо мое покраснело. Но остановиться и не есть было невозможно, потому что суп оказался невероятно вкусным! Мозг просто кипел! И я, заедая эту остроту рисом – потому что вода совершенно не помогает, а делает только хуже, – доел это блюдо. Впечатления остались незабываемые: меня до сих пор передергивает, ког-

да я вспоминаю этот суп! И знаете, я бы с удовольствием повторил такой эксперимент! И думаю, что при следующей поездке в Таиланд или в какую-либо другую восточную страну я обязательно закажу себе том ям – только на этот раз не средний, а самый острый!

## Борщ по сборному рецепту

– Какие продукты являются вашими постоянными спутниками?

– Это молоко, которое очень любят дети, да и я тоже. Сыр, яйца, сосиски и хлеб. Это все то, что позволяет быстро сфантазировать какое-либо блюдо. Например, мож-

но на скорую руку приготовить омлет с сосисками. Это блюдо мы с детишками тоже очень любим и периодически им себя балуем.

– Что обычно готовите, если приходят родные или друзья?

– Так часто совпадает, что наши гости приходят как раз в то время, когда мы готовим огромную кастрюлю борща. Его делает моя жена по какому-то

удивительному рецепту. Она перемешала несколько техник приготовления в одну, и ее борщ состоит примерно из 25 ингредиентов – там и чернослив, и грибы... Этот борщ любят все наши родные и друзья, и зачастую именно он становится главным блюдом вечера.

– А вы сами что-то готовите для гостей?

– Есть у меня один рецепт... Это запеченная рыба. Про нее ходят семейные легенды: говорят, что никто так хорошо рыбу не готовит, как я!

Елена СОКОЛОВА



## ПОДРОБНОСТИ



## В детстве и сейчас

– А какие блюда больше всего запомнились из детства?

– В детстве я был очень капризным в плане еды: у меня была какая-то брезгливость, и я многие блюда отторгал исключительно по внешним признакам. До сих пор в недоумении: почему я очень долгое время – лет до десяти – не ел жареную картошку? Потом я ее, конечно, распробовал, и теперь это одно из моих самых любимых блюд. Сейчас я с грустью вспоминаю те потерянные десять лет жизни, когда я мог бы

есть вкуснейшую жареную картошку, приготовленную мамой или тетей. А к картошке – соленые огурчики, маринованный перчик... Как это было вкусно!

– В каком возрасте вы научились готовить и любите ли это делать сейчас?

– Помню, что свое первое блюдо я приготовил для мамы – на 8 Марта или на день рождения. Я решил, что мне нужно обязательно ее чем-то удивить, нашел кулинарную книгу и приготовил фаршированные поми-

доды с сыром и чесноком. Мне было лет шесть или семь, я залил помидорами всю кухню, а чеснок, скорее всего, пошел в помидоры вместе с очистками... В общем, как сказала мама, блюдо получилось фантастическое, ей все очень понравилось. Но с тех пор у меня самого как-то утихло желание готовить... Однако во время пандемии, когда вдруг все остановилось, сидя дома, захотелось какого-то творчества. А так как приготовление еды – это очень творческий процесс, то я стал периодически готовить. Кстати, я заметил, что зачастую очень хорошо готовят люди, связанные с творческими профессиями.

Мы продолжаем публиковать нашу азбуку. Сегодня для вас мы собрали со всего света рецепты на букву «П». Несмотря на то что география этих блюд обширна, каждое из них без проблем можно приготовить на любой кухне.

**П** опробуйте что-нибудь из предложенного нами, и наверняка вам понравится.

# Меню на букву «П» от паркина до пёркельта

## Пелло

Индийская кухня. На 4 персоны

**ИНГРЕДИЕНТЫ:** 600 г свинины, 1 луковица, 250 г риса, 6 кружков ананаса, 30 г сливочного масла, 1 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. лимонного сока, 1 ст. л. сахара, 0,5 ч. л. кориандра, 3 бутона гвоздики, по щепотке корицы и кардамона, соль по вкусу.

**Калорийность (на 100 г): 186 ккал.**

**СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:**

- 1 Рис сварить до готовности.
- 2 Мясо нарезать небольшими кубиками, лук – мелко, 2 кружка ананаса – мелкими кусочками.
- 3 Мясо обжарить в сотейнике на растительном масле до золотистой корочки, добавить лук, кориандр, гвоздику, жарить, помешивая, еще 7-10 минут.
- 4 Влить 1 стакан горячей воды, тушить на слабом огне под крышкой до мягкости.
- 5 Рис смешать с кусочками ананаса.
- 6 Целые кружки ананаса полить лимонным соком, посыпать сахаром и слегка подрумянить на сливочном масле.
- 7 Содержимое сотейника выложить в форму для запекания, сверху выложить рис, на рисе разложить кружки ананаса.
- 8 Запекать в разогретой до 180 градусов духовке 10-12 минут.



## Паркин

Шотландская кухня. На 8 персон

**ИНГРЕДИЕНТЫ:** 100 г пшеничной муки, 100 г овсяной муки, 100 г сливочного масла, 100 г меда, 100 г коричневого сахара, 1 яйцо, 6 ст. л. молока, 2 ч. л. молотого имбиря, 1 ч. л. корицы.

**Калорийность (на 100 г): 323 ккал.**

**СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:**

- 1 В ковше распустить мед, сахар и масло, не доводя до кипения, остудить.
- 2 Яйцо слегка (до однородности) взбить, смешать с молоком, вмешать в медовую массу.
- 3 Добавить оба вида муки и пряности, замесить однородное тесто, выложить в форму для запекания.
- 4 Запекать в разогретой до 150-160 градусов духовке до готовности (от 1 часа, коржик должна слегка отстать от стенок формы).
- 5 Дать паркину полностью остыть в форме, затем нарезать на квадраты.



## Пучеро

Аргентинская кухня.

На 4 персоны

**ИНГРЕДИЕНТЫ:** 600 г говядины, 1 телячья нога (разрубленная на 4 части), 100 г копченого бекона, 2 моркови, 1 луковица, 1 крупный помидор, 2 початка молодой кукурузы, 150 г мякоти тыквы, по 2 шт. картофеля и батата, молотый черный перец, соль по вкусу.

**Калорийность (на 100 г): 188 ккал.**

**СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:**

- 1 Говядину и телячью ногу залить водой, довести до кипения, снять пену, варить 1,5-2 часа.
- 2 Овощи почистить, нарезать крупно (кроме лука). Добавить в бульон морковь, лук, картофель, батат, кукурузу, тыкву, посолить.
- 3 Через 10 минут добавить помидор.
- 4 Бекон обжарить на сухой сковороде до шкварок, добавить в суп вместе с вытопившимся жиром, перемешать, снять пучеро с огня.
- 5 При подаче поперчить.



\*\*\*

– А это мое фирменное блюдо!  
– Это же просто кусок хлеба, по которому размазан кетчуп!  
– Я предпочитаю называть это «моим фирменным блюдом».



\*\*\*

– Дорогой, мне не спалось ночью, и я решила помыть холодильник. И тут на меня напали!  
– Кто?!  
– Колбаса, пирожки с мясом и пирожные!

## Пёркельт

Венгерская кухня.

На 4 персоны

**ИНГРЕДИЕНТЫ:** 700 г говядины, 50 г свиного смальца (можно заменить растительным маслом), 1 луковица, 2-3 зубчика чеснока, 2 болгарских перца, 1 крупный помидор, пучок зелени, 1 ст. л. паприки, молотый черный перец, соль.

**Калорийность (на 100 г): 163 ккал.**

**СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:**

- 1 Мясо нарезать крупными кубиками.
- 2 Лук нарезать крупными перьями, чеснок – тонкими слайсами, перец – квадратами, помидор – дольками (предварительно сняв шкурку).
- 3 Смалец растопить в глубоком сотейнике, обжарить мясо до золотистой корочки, вынуть из сотейника, отложить.
- 4 В том же сотейнике обжарить до легкой золотистости лук, добавить чеснок, жарить еще 1-2 минуты, вернуть в сотейник мясо.
- 5 Добавить перец и помидор, посыпать паприкой, влить 1 стакан горячей воды, довести до кипения, убавить огонь до минимального и тушить под крышкой 2,5-3 часа.
- 6 Посолить, поперчить, перемешать, снять с огня и дать постоять 10 минут.
- 7 При подаче посыпать рубленой зеленью.



## Кстати

Рецептов пучеро в Аргентине примерно столько же, сколько у нас рецептов борща. А все потому, что блюдо готовят буквально из всего. Говядину может заменить свинина или птица, бекон – копченые ребрышки или сырокопченая колбаса и т.д. Сильно варьируется и овощной набор. Иногда в пучеро добавляют бобовые – фасоль, нут – или рис. Часто пучеро подают в виде трех отдельных блюд: мясо, овощи и бульон.

Все дело в происхождении пучеро – ведь в Аргентину это блюдо «приехало» из испанской кухни, где изначально было «супом бедняков». Необретательные излишними доходами граждане собирали в большой горшок («пучеро» в переводе с испанского «горшок») все мясные остатки и обрезки, добавляли овощи, которые были под рукой, и получали в результате не самое изысканное, но вкусное и сытное блюдо. Вот такой вкусный суп «из всего».







**ПЕРВЫЙ**



23.30 Вечерний Ургант. (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.25 «Доброе утро»
- 09.50 Жить здорово! (16+)
- 10.55 Модный приговор (6+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Время покажет. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Давай поженимся! (16+)
- 16.00 Мужское / Женское. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.40 На самом деле. (16+)
- 19.45 Пусть говорят. (16+)
- 21.00 Время
- 21.30 «ИЩЕЙКА»: НОВЫЙ СЕЗОН.** (16+)
- 22.30 «Док-ток». (16+)
- 23.30 Вечерний Ургант. (16+)
- 00.10 Познер. (16+)
- 01.10 Время покажет. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Время покажет. (16+)
- 03.30 Мужское / Женское. (16+)

**РОССИЯ 1**



09.55 О самом главном. (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
- 12.40 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «МОРОЗОВА».** (12+)
- На стройке обнаружен труп молодой женщины - бухгалтера Нины. Накануне она не вернулась домой с корпоратива.
- 17.00 Вести
- 17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
- 18.40 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «СКЛИФОВСКИЙ».** (12+)
- 23.35 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)
- 02.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ».** (12+)
- 04.05 «ОБЪЕКТ 11».** (16+)

**НТВ**



08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)

- 04.35 «ПАСЕЧНИК».** (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)
- Бандиты захватывают сухогруз, перевозящий экспериментальную партию акустических взрывных устройств.
- 10.00 Сегодня
- 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.25 ДНК. (16+)
- 18.30 «БАЛАБОЛ».** (16+)
- 19.00 Сегодня
- 19.40 «БАЛАБОЛ».** (16+)
- 21.20 «РЕАЛИЗАЦИЯ».** (16+)
- 23.30 Сегодня
- 23.45 Основано на реальных событиях. (16+)
- 01.20 Место встречи. (16+)
- 03.10 Миграция. (12+)
- 03.50 «ОТДЕЛ 44».** (16+)

**СТС**



19.45 «НОЧЬ В МУЗЕЕ». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.10 «Спирит. Дух свободы». (6+)
- 07.00 «Том и Джерри». (0+)
- 07.30 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ».** (12+)
- 19.45 «НОЧЬ В МУЗЕЕ».** (12+)
- США - Великобритания, 2006 г. Фантастическая комедия. В ролях: Бен Стиллер, Джейк Черри. Бывшая жена Ларри считает, что общение с отцом, не имеющим работы и всё время меняющим съёмное жильё, повредит развитию сына.
- 21.55 «ТИХООКЕАНСКИЙ РУБЕЖ-2».** (12+)
- 00.05 «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
- 01.05 «КОМНАТА СТРАХА».** (18+)
- 03.05 «СЕМЬ ЖИЗНЕЙ».** (16+)
- 04.55 «6 кадров». (16+)
- 05.15 «Золотые колосья». (0+)
- 05.35 «Попался, который кусался». (0+)
- 05.45 Ералаш. (0+)

**ТНТ ГУБЕРНИЯ**



01.30 «ЛЮДИ ИКС: ПЕРВЫЙ КЛАСС». (16+)

- 07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
- 08.00 «САШАТАНЯ».** (16+)
- 10.00 «Бородина против Бузовой». (16+)
- 11.00 «ОЛЬГА».** (16+)
- 13.00 «САШАТАНЯ».** (16+)
- 16.00 «Однажды в России». (16+)
- 20.00 «САШАТАНЯ».** (16+)
- 21.00 «ПОЛЕТ».** (16+)
- В зале вылета сотрудники московской строительной фирмы понимают, что перепутали аэропорт, и спустя некоторое время узнают, что их самолет разбился сразу после взлета. Пережитый стресс и близость смерти заставляют их переосмыслить свою жизнь.
- 22.00 «Где логика?» (16+)
- 23.00 «Stand up». (16+)
- 00.00 «БОРОДАЧ».** (16+)
- 01.00 «Такое кино!» (16+)
- 01.30 «ЛЮДИ ИКС: ПЕРВЫЙ КЛАСС».** (16+)
- 03.45 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.30 «ТНТ. Best». (16+)

**РЕН**



20.00 «КАРАТЭ-ПАЦАН». (12+)

- 05.00 «Территория заблуждений». (16+)
- 06.00 «Документальный проект». (16+)
- 07.00 «С бодрим утром!»
- 08.30 12.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 Засекреченные списки. (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
- 13.00 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 Документальный спецпроект. (16+)
- 17.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 «КАРАТЭ-ПАЦАН».** (12+)
- 22.45 «Водить по-русски»
- 23.30 «Неизвестная история»
- 00.30 «ЖЕЛЕЗНЫЙ РЫЦАРЬ».** (16+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

<b>ПЯТНИЦА</b>	<b>ЧЕ!</b>	<b>ОТР</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 «Орел и решка. Перегрузка». (16+)</li> <li>07.05 «Орел и решка. Россия». (16+)</li> <li>07.40 «Орел и решка. Чудеса света-3». (16+)</li> <li>08.40 «Орел и решка. Ивлева VS Бедняков». (16+)</li> <li>09.40 «Планета Земля». (16+)</li> <li>10.40 «Мир наизнанку. Вьетнам». (16+)</li> <li>13.25 «Мир наизнанку. Африка». (16+)</li> <li>16.15 «Мир наизнанку. Китай». (16+)</li> <li>23.00 «ШЕРЛОК». (16+)</li> <li>00.55 «Пятница News». (16+)</li> <li>01.25 «Близнецы». (16+)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 Улётное видео. (16+)</li> <li>08.10 «БРАТАНЫ». (16+)</li> <li>08.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)</li> <li>09.30 Дорожные войны 2.0. (16+)</li> <li>11.30 Улётное видео. (16+)</li> <li>13.00 +100500. (16+)</li> <li>14.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)</li> <li>Россия, 2009 г.</li> <li>Комедийный сериал. В ролях: Георгий Дронов, Екатерина Волкова.</li> <li>16.30 KVN Best. (16+)</li> <li>18.30 Улётное видео. (16+)</li> <li>20.30 +100500. (16+)</li> <li>23.00 Опасные связи. (18+)</li> <li>01.00 «БРАТАНЫ». (16+)</li> <li>02.45 Улётное видео. (16+)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 00.30 «Гамбургский счёт». (12+)</li> <li>06.30 «Тайна смерти Тутанхамона». (12+)</li> <li>07.30 «Хит-микс RU.TV». (12+)</li> <li>08.20 15.15 «Календарь». (12+)</li> <li>09.10 16.30 «Врачи». (12+)</li> <li>09.35 16.05 «Среда обитания». (12+)</li> <li>10.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 19.00 20.00 Новости</li> <li>10.10 22.05 «ИНКАССАТОРЫ». (16+)</li> <li>12.10 13.20 20.05 01.00 «ОТРАЖЕНИЕ».</li> <li>17.20 18.05 «ОСТРОВ НЕУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)</li> <li>19.20 23.50 «Правда?» (12+)</li> </ul>
<b>Ю</b>	<b>МИР</b>	<b>ПОБЕДА</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 «Папа попал». (12+)</li> <li>09.25 «Барышня-Крестьянка». (16+)</li> <li>16.00 «Модель ХЛ». (16+)</li> <li>17.50 «Мастершеф». (16+)</li> <li>Популярное кулинарное шоу продолжает искать лучшего повара страны. Участников поединка ждут новые испытания, которые определяют: кто на кухне профессионал, а кто только себя таким считает.</li> <li>21.15 «Я стесняюсь своего тела». (16+)</li> <li>23.00 «Немножко разведённый». (16+)</li> <li>00.30 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)</li> <li>02.15 «Взвешенные люди». (16+)</li> <li>03.45 «МастерШеф Дети». (12+)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>05.00, 10.10 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)</li> <li>10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 Новости</li> <li>11.15, 04.55 «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА». (12+)</li> <li>13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)</li> <li>14.10, 17.15, 03.45 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)</li> <li>16.15 Мировое соглашение. (16+)</li> <li>18.15, 19.25 «ЧУЖОЙ РАЙОН-3». (16+)</li> <li>21.40 «Игра в кино». (12+)</li> <li>22.25 Шоу «Назад в будущее». (16+)</li> <li>23.25 Всемирные игры разума. (12+)</li> <li>00.15 «МАРГАРИТА НАЗАРОВА». (16+)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>05.30 «Путь к Победе» (16+)</li> <li>06.30 «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ» (16+)</li> <li>08.10 «КОНВОЙ PQ-17» (16+)</li> <li>11.40 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (12+)</li> <li>13.10 «ХРОНИКА ПИКИРУЮЩЕГО БОМБАРДИРОВЩИКА». (12+)</li> <li>14.30 «ЭТО БЫЛО В РАЗВЕДКЕ». (12+)</li> <li>16.00 «ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ». (16+)</li> <li>17.40 «ПОД ЛИВНЕМ ПУЛЬ». (16+)</li> <li>19.30 «РАЗВЕДЧИЦЫ». (16+)</li> <li>23.00 «Путь к Победе». (16+)</li> <li>00.10 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)</li> <li>02.10 «ДВА БОЙЦА». (12+)</li> <li>03.20 «МАЛЬЧИШКИ ЕХАЛИ НА ФРОНТ». (12+)</li> <li>04.40 «Неизвестная война. «22 июня, 1941». (16+)</li> </ul>

**ДЕТСКИЕ**

<b>КАНАЛ DISNEY</b>	<b>КАРУСЕЛЬ</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)</li> <li>05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)</li> <li>05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)</li> <li>07.40 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>08.30 «Китти не кошка». (6+)</li> <li>08.55 «Лунтик и его друзья». (0+)</li> <li>09.30 «Союзмультфильм» представляет: «Самый маленький гном». (0+)</li> <li>10.15 «Подлинный крокодил». (0+)</li> <li>10.20 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)</li> <li>10.45 «Лабораториум». (0+)</li> <li>11.10 «Фиксики». (0+)</li> <li>11.45 «Роботы-поезда». (0+)</li> <li>12.15 «Тобот Атлон». (6+)</li> <li>12.45 «Дикие скричеры». (6+)</li> <li>13.10 «Ниндзяго». (6+)</li> <li>13.35 «Тайны Медовой долины». (0+)</li> <li>13.55 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)</li> <li>14.00 Навигатор. Новости. (0+)</li> <li>14.10 «Семья Трепликовых». (0+)</li> <li>14.30 «Четверо в кубе». (0+)</li> <li>15.40 Зелёный проект. (0+)</li> <li>16.00 Курьёз не всерьёз! (0+)</li> <li>16.05 «Ангел Бэби». (0+)</li> <li>16.40 «Барби». (0+)</li> <li>17.00 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)</li> <li>17.10 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</li> <li>18.20 «Лео и Тиг». (0+)</li> <li>18.25 «Зебра в клеточку». (0+)</li> <li>19.15 «Пластинки». (0+)</li> <li>19.20 «Сказочный патруль». (0+)</li> <li>20.15 «Май Литтл Пони: Пони Лайф». (0+)</li> <li>20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</li> <li>20.45 «Три кота». (0+)</li> <li>22.00 «Бен 10». (12+)</li> <li>22.30 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (0+)</li> <li>23.15 «Гормиты». (6+)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 Ранние пташки. (0+)</li> <li>06.55 «Жужжалка». (0+)</li> <li>07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)</li> <li>07.30 «Жужжалка». (0+)</li> <li>07.40 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>08.30 «Китти не кошка». (6+)</li> <li>08.55 «Лунтик и его друзья». (0+)</li> <li>09.30 «Союзмультфильм» представляет: «Самый маленький гном». (0+)</li> <li>10.15 «Подлинный крокодил». (0+)</li> <li>10.20 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)</li> <li>10.45 «Лабораториум». (0+)</li> <li>11.10 «Фиксики». (0+)</li> <li>11.45 «Роботы-поезда». (0+)</li> <li>12.15 «Тобот Атлон». (6+)</li> <li>12.45 «Дикие скричеры». (6+)</li> <li>13.10 «Ниндзяго». (6+)</li> <li>13.35 «Тайны Медовой долины». (0+)</li> <li>13.55 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)</li> <li>14.00 Навигатор. Новости. (0+)</li> <li>14.10 «Семья Трепликовых». (0+)</li> <li>14.30 «Четверо в кубе». (0+)</li> <li>15.40 Зелёный проект. (0+)</li> <li>16.00 Курьёз не всерьёз! (0+)</li> <li>16.05 «Ангел Бэби». (0+)</li> <li>16.40 «Барби». (0+)</li> <li>17.00 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)</li> <li>17.10 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</li> <li>18.20 «Лео и Тиг». (0+)</li> <li>18.25 «Зебра в клеточку». (0+)</li> <li>19.15 «Пластинки». (0+)</li> <li>19.20 «Сказочный патруль». (0+)</li> <li>20.15 «Май Литтл Пони: Пони Лайф». (0+)</li> <li>20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</li> <li>20.45 «Три кота». (0+)</li> <li>22.00 «Бен 10». (12+)</li> <li>22.30 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (0+)</li> <li>23.15 «Гормиты». (6+)</li> </ul>

**ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ**

<b>DISCOVERY CHANNEL</b>	<b>VIASAT HISTORY</b>	<b>NATIONAL GEOGRAPHIC NG</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 Спасатели-тяжеловесы. (16+)</li> <li>06.45, 07.10 Битвы кладбищенских скелетов. (12+)</li> <li>07.35 Крутой тюнинг. (12+)</li> <li>08.25, 08.50 Короли аукционов. (12+)</li> <li>09.15, 09.41 Как это устроено? (12+)</li> <li>10.06 Махинаторы. (12+)</li> <li>10.57 Разрушители легенд. (12+)</li> <li>11.48 Миллиардер под прикрытием. (12+)</li> <li>13.30 Как это сделано? Спецвыпуск: турбо. (12+)</li> <li>14.21 Музейные загадки. (12+)</li> <li>15.12 Крутой тюнинг. (12+)</li> <li>16.03, 16.29 Гаражное золото. (12+)</li> <li>16.54 Железная дорога Австралии. (12+)</li> <li>17.45, 02.10 Махинаторы. (12+)</li> <li>18.36, 19.02 Короли аукционов. (12+)</li> <li>19.27, 19.53 Как это устроено? (12+)</li> <li>20.18 Крутой тюнинг. (12+)</li> <li>21.09, 21.35 Выгодная рухлядь. (12+)</li> <li>22.00 Автомой Майка Брюера. (12+)</li> <li>22.26 Супермеханик Энт Энстед. (12+)</li> <li>22.51, 23.17 Женская автомастерская. (12+)</li> <li>23.42 Музейные загадки. (12+)</li> <li>00.33 Железная дорога Австралии. (12+)</li> <li>01.24 Разрушители легенд. (16+)</li> <li>02.56, 03.19 Как это сделано? (12+)</li> <li>03.42, 04.05 Битвы за контеинеры. (16+)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>06.00, 06.40, 07.25, 08.15, 09.00 Музейные тайны. (12+)</li> <li>09.45 Генрих VIII: человек, монарх, чудовище. (12+)</li> <li>10.35 Шелковый путь между Востоком и Западом. (12+)</li> <li>11.30 Один дикий день. (12+)</li> <li>12.20 Расшифровка тайн. (12+)</li> <li>13.05 Последний поход викингов. (12+)</li> <li>14.00 Древние суперстроения. (12+)</li> <li>15.00 Кельты: кровью и железом. (12+)</li> <li>16.05 Боевые корабли. (12+)</li> <li>16.55 Поля сражений. (12+)</li> <li>18.30 Генрих VIII: человек, монарх, чудовище. (12+)</li> <li>19.20 Критская операция. (12+)</li> <li>20.10 Расшифровка тайн. (12+)</li> <li>21.00 Вена: империя, династия и мечта. (12+)</li> <li>22.00 Новые тайны терракотовых воинов. (12+)</li> <li>22.50 Королевская семья, британская аристократия и нацисты. (16+)</li> <li>23.45 Последний поход викингов. (12+)</li> <li>00.40 Древние суперстроения. (12+)</li> <li>01.35 Кельты: кровью и железом. (12+)</li> <li>02.40 Боевые корабли (12+)</li> <li>03.30, 04.20 Тайны музеев. (12+)</li> <li>05.05 Запретная история. (12+)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 Инстинкт выживания. (16+)</li> <li>06.05 Фабрика еды. (16+)</li> <li>06.45 Инстинкт выживания. (16+)</li> <li>07.30 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+)</li> <li>08.25 Авто-SOS. (16+)</li> <li>09.15 Ледяная дорога. (16+)</li> <li>10.05 Настоящий суперкар. (16+)</li> <li>10.55 Суперсооружения: чудеса инженерии. (16+)</li> <li>11.45 Инстинкт выживания. (16+)</li> <li>12.35 Армстронг. (16+)</li> <li>13.25 Дикий тунец: Север против Юга. (16+)</li> <li>14.15 Авто-SOS. (16+)</li> <li>15.05 Злоключения за границей. (16+)</li> <li>15.50 Расследования авиакатастроф. (16+)</li> <li>16.45 Армстронг. (16+)</li> <li>17.35 Путешествия с Гордоном Рамзи: Священная долина Перу. (16+)</li> <li>18.25, 18.50 Фабрика еды. (16+)</li> <li>19.15, 20.10 Расследования авиакатастроф. (16+)</li> <li>21.00 Партизанская золотая лихорадка: Военные трофеи. (16+)</li> <li>21.50 Контрабанда с Марианной Ван Зеллер: Фальшивомонетки. (16+)</li> <li>22.40 Авто-SOS. (16+)</li> <li>23.30 Сборник «Игр разума». (16+)</li> <li>00.20, 01.15 Расследования авиакатастроф. (16+)</li> <li>02.00, 02.45 Авто-SOS. (16+)</li> <li>03.30 Контрабанда с Марианной Ван Зеллер: Фальшивомонетки. (16+)</li> </ul>

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМОСТИ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Сериллы (0+) рекомендуется детям любого возраста. (6+) не рекомендуется детям до 6 лет. (12+) не рекомендуется детям до 12 лет. (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет. (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет.

**РОССИЯ** **РОССИЯ К**  
Культура



08.20 «СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ»

06.30 07.00 07.30 10.00 15.00  
19.30 23.40 Новости  
06.35 «Пешком...»  
07.05 «Другие Романовы»  
07.35 18.40 00.00 «Настоящая война престолов»  
**08.20 «СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ»**  
10.15 «Наблюдатель»  
11.10 00.45 XX век  
12.00 «Роман в камне»  
**12.25 22.15 «ИДИОТ»**  
13.20 Линия жизни  
14.15 Больше, чем любовь  
15.05 Новости. Подробно  
15.20 «Агора»  
**16.25 «ТАЙНИК У КРАСНЫХ КАМНЕЙ»**  
17.30 01.35 Классики. Иегуди Менухин  
19.45 Главная роль  
20.05 «Правила жизни»  
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»  
20.50 «Бутовский полигон»  
21.35 «Сати. Нескучная классика...»  
23.10 «Иосиф Бродский»

**ТВЦ** **ТВЦ**



11.50 ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ. (12+)

06.00 «Настроение»  
**08.10 «ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА».** (16+)  
10.00 «Виктор Павлов. Голубиная душа». (12+)  
10.55 Городское собрание. (12+)  
11.30 События  
**11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ».** (12+)  
13.40 «Мой герой». (12+)  
14.30 События  
14.50 Город новостей  
**15.10 «СЛЕДСТВИЕ ЛЮБВИ».** (16+)  
16.55 Хроники московского быта. (12+)  
17.50 События  
**18.10 «ИСЧЕЗАЮЩИЕ СЛЕДЫ».** (16+)  
22.00 События  
22.35 Специальный репортаж. (16+)  
23.05 «Знак качества». (16+)  
00.00 События. 25-й час  
00.35 Петровка, 38. (16+)  
00.55 «Женщины Игоря Старыгина». (16+)  
01.35 «Знак качества». (16+)

**ТВ-3** **ТВ-3**



23.00 «СЕКРЕТНЫЙ АГЕНТ». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)  
09.30 «Слепая». (16+)  
11.50 Гадалка. (16+)  
14.40 Мистические истории. (16+)  
15.45 Гадалка. (16+)  
17.25 «Слепая». (16+)  
20.15 «ЛЮЦИФЕР». (16+)  
Люцифер арестован по подозрению в убийстве проповедника. Но с помощью Аменадиэля ему удается скрыться. Дэвид рассказывает Хлое всю правду о деле Пальметте.  
**23.00 «СЕКРЕТНЫЙ АГЕНТ».** (16+)  
01.15 «Знахарки». (16+)  
02.00 Сверхъестественный отбор. (16+)  
02.45 Не ври мне. (12+)  
03.30 «Городские легенды». (16+)  
05.00 «Тайные знаки». (16+)  
05.45 «Мультфильмы». (0+)

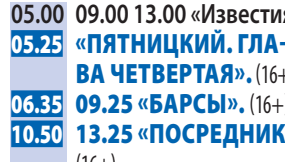
**ДОМАШНИЙ** **ДОМАШНИЙ**



12.25 «Понять. Простить». (16+)

06.30 «б кадров». (16+)  
06.50 По делам несовершеннолетних. (16+)  
07.55 Давай разведёмся! (16+)  
09.05 Тест на отцовство. (16+)  
11.15 «Реальная мистика». (16+)  
12.25 «Понять. Простить». (16+)  
13.30 «Порча». (16+)  
14.00 «Знахарка». (16+)  
**14.35 «ЦЫГАНКА».** (16+)  
**23.30 «ПОДКИДЫШИ».** (16+)  
Руслан оставляет коляску с младенцем под подъездом тёщи и тестя.  
01.35 «Порча». (16+)  
02.05 «Знахарка». (16+)  
02.30 «Понять. Простить». (16+)  
03.20 «Реальная мистика». (16+)  
04.15 Тест на отцовство. (16+)  
05.50 Домашняя кухня. (16+)  
06.15 «б кадров». (16+)

**5** **5-й КАНАЛ**

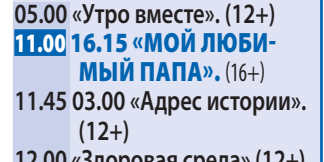


05.00 09.00 13.00 «Известия»  
**05.25 «ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ».** (16+)  
**06.35 09.25 «БАРСЫ».** (16+)  
**10.50 13.25 «ПОСРЕДНИК».** (16+)  
**15.00 17.45 «УЛЬТИМАТУМ».** (16+)  
17.30 03.20 «Известия»  
**19.10 «СЛЕД».** (16+)  
**23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3».** (16+)  
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»  
**00.30 «СЛЕД».** (16+)  
**01.15 03.30 «ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)

**ЗВЕЗДА**

06.00 «Сегодня утром». (12+)  
08.00 13.00 18.00 21.15  
Новости дня  
**08.20 «НЕПОБЕДИМЫЙ».** (0+)  
**09.50 10.05 13.15 14.05 «ОТДЕЛ С.С.С.Р».** (16+)  
10.00 14.00 Военные новости  
18.30 «Спецрепортаж». (12+)  
18.50 «Афганистан». (12+)  
19.40 «Скрытые угрозы». (12+)  
20.25 «Загадки века». (12+)  
21.25 «Открытый эфир». (12+)  
23.05 «Между тем». (12+)  
**23.40 «БАЛТИЙСКОЕ НЕБО».** (0+)

**ТВ ГУБЕРНИЯ** **ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ**



05.00 «Утро вместе». (12+)  
**11.00 16.15 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА».** (16+)

11.45 03.00 «Адрес истории». (12+)  
12.00 «Здоровая среда» (12+)  
13.00 «Точка.ру». (12+)  
13.30 «Формула здоровья». (12+)  
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)  
14.15 21.45 22.30 «Современники. Наше время». (12+)  
14.30 «День вместе». (12+)  
15.00 04.15 «Мастер-класс». (12+)  
15.45 «Собрание сочинений». (12+)  
17.00 «Компас потребителя». (12+)  
17.15 «Заметные люди» (12+)  
18.00 «Территория успеха». (12+)  
18.30 «Мастера». (12+)  
18.45 22.00 02.45 «Полицейский вестник». (12+)  
19.00 21.00 02.00 «Вечер вместе». (12+)  
19.45 22.15 00.45 04.00 «Область спорта». (12+)  
20.00 01.00 «Такие разные». (12+)  
**22.45 «НАШИ СОСЕДИ».** (0+)  
00.15 «Живые символы планеты». (12+)

**СПОРТ**

**МАТЧ!** **МАТЧ! ТВ** **EUROSPORT** **EUROSPORT 1**  
06.00 08.55 12.00 13.45 15.10 16.45 18.30 Новости  
06.05 12.05 14.45 18.35 22.20 00.45 Все на Матч!  
09.00 Профессиональный бокс. (16+)  
10.30 Зимние виды спорта. Обзор. (0+)  
11.30 01.30 Хоккей. НХЛ. Обзор. (0+)  
12.45 13.50 «Конор Макгрегор: Печально известный». (16+)  
15.15 Еврофутбол. Обзор. (0+)  
16.15 16.50 «В КЛЕТКЕ». (16+)  
19.25 Хоккей. «Йокерит» (Хельсинки) - «Авангард» (Омск). КХЛ  
21.50 Тотальный футбол (12+)  
22.40 Футбол. «Уиком» - «Тоттенхэм». Кубок Англии. 1/16 финала.  
02.00 Футбол. «Атлетик» - «Хетафе». Чемпионат Испании. (0+)  
04.00 Гандбол. «Вылча» (Румыния) - ЦСКА (Россия). Лига чемпионов. Женщины. (0+)  
00.30, 01.00, 04.00 Биатлон. Кубок мира. Антольц. (6+)  
02.00 Горные лыжи. Кубок мира. Флахау. Мужчины. Слалом. 2-я попытка. (12+)  
02.45 Горные лыжи. Кубок мира. Кран-Монтана. Женщины. Супергигант. (12+)  
03.30, 09.30, 10.30, 22.05, 23.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Лахта. (12+)  
05.00 Снукер. UK Snooker. Финал. (6+)  
07.00, 07.30 Лыжное двоеборье. Кубок мира. Лахта. (12+)  
08.00, 08.45 Лыжные гонки. Кубок мира. Лахта. Мужчины. (6+)  
11.30, 12.00, 12.30, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30 Олимпийские игры. Тележурнал (субтитры). (6+)  
17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Олимпийские игры. «Олимпийский форпост». (12+)  
19.00, 20.00, 21.00 Горные лыжи. Кубок мира. Кицбюэль. Мужчины. (12+)

**МУЗЫКА**

**МУЗ-ТВ**  
05.00 04.00 Наше. Made in Russia! (16+)  
06.15 11.35 17.55 00.55 PRO-Клип. (16+)  
06.20 11.40 17.00 «10 клипов дня». (16+)  
07.00 Каждое утро. (16+)  
09.00 МУЗ-ТВ Чарт. (16+)  
10.00 Победитель «Битвы фан-клубов». (16+)  
10.30 Check-In. (16+)  
12.25 Pro-обзор. (16+)  
13.00 Золотая лихорадка (16+)  
14.00 Русский чарт. (16+)  
15.00 DFM - Dance chart. (16+)  
16.00 «Женщина года. Моргенштерн». (16+)  
18.00 Русские хиты - чемпионы понедельника. (16+)  
18.30 Pro-новости. (16+)  
19.00 Золотая дюжина. (16+)  
20.00 «Новая волна-2018». (16+)  
22.35 Top 30. (16+)  
01.00 Неспиннер. (16+)

**КИНО И СЕРИАЛЫ**

**TV 1000** **TV 1000** **TV 1000 РУССКОЕ КИНО** **ДОМ КИНО** **ДОМ КИНО** **СУПЕР** **СУПЕР**  
05.00 «ФАНОМ». (16+)  
06.45 «МОНСТРЫ». (16+)  
08.40 «МОНСТРО». (16+)  
10.10 «МОРСКОЙ БОЙ». (12+)  
12.30 «КАПИТАН КРЮК». (12+)  
15.05 «ПИТЕР ПЭН». (12+)  
17.05 «ХОРОШО БЫТЬ ТИХОНЕЙ». (16+)  
19.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ ЧАРЛИ САН-КЛАУДА». (16+)  
20.45 «СЕМЬ ЖИЗНЕЙ». (16+)  
21.00 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ!». (16+)  
22.00 «ВЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ УЛИЦЕ». (12+)  
23.00 «ДУРАК». (16+)  
01.50 «ALL INCLUSIVE, ИЛИ ВСЁ ВКЛЮЧЕНО!». (16+)  
03.40 «ВСЁ ВКЛЮЧЕНО-2». (12+)  
05.35 «ЗОЛУШКА». (16+)  
07.05 «КОЛЛЕКТОР». (16+)  
08.25 «ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ». (12+)  
10.10 «ТЕРРИТОРИЯ». (12+)  
12.55, 13.50 «ПАЛАЧ». (16+)  
14.45 «ДОМОВОЙ». (6+)  
16.35 «ЗАВИСТЬ БОГОВ». (16+)  
19.05, 20.00 «ПАУК». (16+)  
21.00 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ!». (16+)  
22.00 «ВЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ УЛИЦЕ». (12+)  
23.00 «ДУРАК». (16+)  
01.50 «ALL INCLUSIVE, ИЛИ ВСЁ ВКЛЮЧЕНО!». (16+)  
03.40 «ВСЁ ВКЛЮЧЕНО-2». (12+)  
05.45 «КАНИКУЛЫ ПЕТРОВА И ВАСЕЧКИНА, ОБЫКНОВЕННЫЕ И НЕВЕРоятные». (6+)  
07.00 «Ералаш». (6+)  
07.25 «Про Федота-стрельца, удалого молодца». Мультфильм. (12+)  
08.50 «Снежная Королева: Зазеркалье». Мультфильм. (6+)  
10.30 «СВАТЫ». (16+)  
14.20 «БАЛАБОЛ». (16+)  
15.15 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)  
19.15 «СВАТЫ». (16+)  
23.00 «ВЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ УЛИЦЕ». (12+)  
00.50 «ДВА ДНЯ». (16+)  
02.25 «ЕДИНСТВЕННАЯ...» (12+)  
04.00 «ЖАРА». (16+)  
05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)  
11.00, 11.50, 12.45 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)  
13.40, 14.30, 15.20, 16.10, 17.05 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)  
18.00, 18.50, 19.45, 20.40, 21.05, 22.10 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)  
23.00 «ОТЕЛЬ «БЕЛГРАД». (16+)  
01.00 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (16+)  
02.35, 02.55, 03.15, 03.35, 04.00, 04.20, 04.40 «ОСТРОВ» (субтитры). (16+)  
06.00 «Ералаш». (0+)  
08.50 «ПАПИНЫ ДОЧКИ» (субтитры). (0+)  
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ЛЕСТНИЦА В НЕБЕСА». (16+)  
12.00, 20.00, 04.00 «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+)  
13.00, 21.00, 05.00 «ЖИЗНЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)  
14.00, 22.00, 06.00 «АДВОКАТ-ТЕССЫ». (16+)  
15.00, 23.00, 07.00 «БЛИЗКИЕ ЛЮДИ». (16+)  
00.00 «ПРИМАДОННА». (16+)  
01.00 «ПОДРУГА БАНКИРА». (16+)  
04.55 «Ералаш». (0+)

**ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ**

**СПАС**  
05.00, 00.05 День Патриарха. (0+)  
05.10 Простые чудеса. (12+)  
06.00, 06.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)  
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)  
11.00 В поисках Бога. (12+)  
11.30, 20.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)  
12.30 «Главное. С Анной Шафран». Новости на СПАСЕ. (0+)  
15.00, 01.45 Реакция. (12+)  
15.50 Православие в Сербских землях. (0+)  
16.45 Киев-Столыпино-Киев. (0+)  
17.50 «ФИЛЕР». (16+)  
19.30, 02.25 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)  
21.30 «СВЕРСТНИЦЫ». (12+)  
СССР, 1959 г. В ролях: Лидия Федосеева-Шукшина, Людмила Крылова  
23.10 Прямая линия жизни. (0+)  
00.20 Белые ночи на СПАСЕ. (12+)  
00.55 Сербия. Болгария. Цикл: Планета православия. (0+)  
03.25 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (12+)  
04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)  
04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

**Православный календарь**

**25 января**  
Седмица 34-я по Пятидесятнице. Мц. Татианы с нею в Риме пострадавших.  
Свт. Саввы, архиеп. Сербского. Прп. Мартинаана Белоезерского. Мч. Мертия. Мч. Петра Авессаломита (Анийского). Прп. Евпраксии Тавенской. Икон Божией Матери, именуемых «Акафистная» и «Млекопитательница».  
Поста нет.

«Когда душа познает Любовь Божию Духом Святым, тогда ясно чувствует, Что Господь нам Отец, Самый Родной, Самый Близкий, Самый Дорогой, Самый Лучший, и нет большего счастья, как любить Бога всем умом и сердцем, и ближнего, как самого себя. И когда эта любовь есть в душе, тогда все радует душу».  
Прп. Силуан Афонский

7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1 РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ ГУБЕРНИЯ	РЕН
 16.00 Мужское / Женское. (16+)	 11.30 «Судьба человека с Корчевниковым». (12+)	 16.25 ДНК. (16+)	 20.00 «НОЧЬ В МУЗЕЕ-2». (12+)	 08.30 «САШАТАНЯ». (16+)	 20.00 «ЛЫСЫЙ НЯНЬКА: СПЕЦЗАДАНИЕ». (16+)	
05.00 «Доброе утро» 09.00 Новости 09.25 «Доброе утро» 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор (6+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Время покажет. (16+) 15.00 Новости (с субтитрами) 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.00 Мужское / Женское. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.40 На самом деле. (16+) 19.45 Пусть говорят. (16+) 21.00 Время 21.30 «ИЩЕЙКА»: НОВЫЙ СЕЗОН. (16+) 22.30 «Док-ток». (16+) 23.30 Вечерний Ургант. (16+) 00.10 «Цена Освобождения». К 100-летию Юрия Озерова. (12+) 01.10 Время покажет. (16+) 03.00 Новости 03.05 Время покажет. (16+)	05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России 09.55 О самом главном. (12+) 11.00 Вести 11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+) 12.40 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.30 Вести. Местное время 14.55 «МОРОЗОВА». (12+) На офисной парковке в машине обнаружен убитый ножом в грудь руководитель фирмы. 17.00 Вести 17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+) 18.40 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 21.05 Вести. Местное время 21.20 «СКЛИФОВСКИЙ». (12+) 23.35 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+) 02.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+) 04.05 «ОБЪЕКТ 11». (16+)	04.35 «ПАСЕЧНИК». (16+) 08.00 Сегодня 08.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: СМЕРЧ». (16+) 10.00 Сегодня 10.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: СМЕРЧ». (16+) 13.00 Сегодня 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие 14.00 Место встречи 16.00 Сегодня 16.25 ДНК. (16+) 18.30 «БАЛАБОЛ». (16+) Давний Санин осведомитель Дынин решил остепениться и завел собственное дело - частное детективное агентство. 19.00 Сегодня 19.40 «БАЛАБОЛ». (16+) 21.20 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+) 23.30 Сегодня 23.45 Основано на реальных событиях. (16+) 01.25 Место встречи. (16+) 03.15 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+) 03.45 «ОТДЕЛ 44». (16+)	06.00 05.50 Ералаш. (0+) 06.15 «Спирит. Дух свободы». (6+) 07.00 «Том и Джерри». (0+) 07.35 «Босс-молокосос. Снова в деле». (6+) 08.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+) 09.00 «ПСИХОЛОГИНИ». (16+) 10.05 Уральские пельмени. (16+) 10.55 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+) 13.05 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+) 18.30 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+) 20.00 «НОЧЬ В МУЗЕЕ-2». (12+) 22.05 «ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ. БРАТСТВО КОЛЬЦА». (12+) 01.40 Русские не смеются. (16+) 02.35 «ЧУДО НА ГУДЗОНЕ». (16+) 04.00 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+) 05.35 «Капризная принцесса». (0+)	07.00 «ТНТ. Gold». (16+) 08.00 «Битва дизайнеров». (16+) 08.30 «САШАТАНЯ». (16+) 10.00 «Бородина против Бузовой». (16+) 11.00 «ОЛЬГА». (16+) 13.00 «САШАТАНЯ». (16+) 16.00 «Однажды в России». (16+) 20.00 «САШАТАНЯ». (16+) 21.00 «ПОЛЕТ». (16+) Герою этой серии Игорю Жабенко придется заново собирать свою жизнь и бороться с зависимостями. 22.00 «Импровизация. Дайджесты-2021». (16+) 23.00 «Женский стендап». (16+) 00.00 «БОРОДАЧ». (16+) 01.00 «ОПТОМ ДЕШЕВЛЕ». (12+) 03.00 «Comedy Баттл». (16+) 03.55 «Открытый микрофон». (16+) 05.35 «ТНТ. Best». (16+)	05.00 «Территория заблуждений». (16+) 06.00 «Документальный проект». (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 15.00 Засекреченные списки. (16+) 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+) 13.00 «Загадки человечества». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 17.00 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 02.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «ЛЫСЫЙ НЯНЬКА: СПЕЦЗАДАНИЕ». (16+) 21.55 «Водить по-русски». (16+) 23.30 «Знаете ли вы, что?» 00.30 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)	

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР
05.00 «Орел и решка. Перегрузка». (16+) 07.15 «Орел и решка. Россия». (16+) 08.05 «Мир наизнанку. Вьетнам». (16+) 10.45 «На ножах». (16+) 19.00 «Черный список-2». (16+) Новый сезон реалити-шоу о качестве сервиса с новым ведущим! Плохому сервису придется несладко! 23.00 «ШЕРЛОК». (16+) 00.55 «Пятница News». (16+) 01.25 «На ножах. Отели». (16+) 03.25 «Орел и решка. Неизданное». (16+)	06.00 Улётное видео. (16+) 06.10 «БРАТАНЫ». (16+) 08.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 09.30 Дорожные войны 2.0. (16+) 11.30 Улётное видео. (16+) 13.00 +100500. (16+) 14.30 «ВОРОНИНЫ». (16+) 16.30 KVN Best. (16+) 18.30 Улётное видео. (16+) 20.30 +100500. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) Сотни людей становятся жертвами измен. Многие из них живут в неведении и обмане годами. 01.00 «БРАТАНЫ». (16+) 02.45 Улётное видео. (16+)	06.00 00.30 «Активная среда». (12+) 06.25 17.05 02.45 «Пять причин поехать в...» (12+) 06.50 17.20 18.05 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+) 08.20 15.15 «Календарь». (12+) 09.10 16.30 «Врачи». (12+) 09.35 16.05 «Среда обитания». (12+) 10.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 19.00 20.00 22.00 Новости 10.10 22.05 «ИНКАССАТОРЫ». (16+) 12.10 13.20 00.05 01.00 «ОТРАЖЕНИЕ» 19.20 23.50 «ПравДа?». (12+)
Ю	МИР	ПОБЕДА
05.10 «Папа попал». (12+) 07.40 «Модель XL». (16+) 09.20 «Барышня-Крестьянка». (16+) Богатая и бедная девушки на три дня поменяются всем - домами, одеждой, друзьями и даже привычками. Обеспеченные киевлянки познакомятся с простыми жительницами русского села... 15.40 «Модель XL». (16+) 17.40 «МастерШеф». (16+) 21.15 «Я стесняюсь своего тела». (16+) 23.00 «Немножко разведённые». (16+) 00.30 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+) 02.15 «Взвешенные люди». (16+) 03.45 «МастерШеф Дети». (12+)	06.15, 10.10 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+) 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 Новости 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 14.10, 17.15, 03.45 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) 16.15 Мировое соглашение. (16+) 18.15, 19.25 «ЧУЖОЙ РАЙОН-3». (16+) 21.40 Телегра «Игра в кино». (12+) 22.25 Шоу «Назад в будущее». (16+) 23.25 Всемирные игры разума. (12+) 00.15 «МАРГАРИТА НАЗАРОВА». (16+) 04.40 «ВЫХОЖУ ТЕБЯ ИСКАТЬ». (16+)	05.30 «Путь к Победе». (16+) 06.30 «ПОД ЛИВНЕМ ПУЛЬ». (16+) 08.20 «РАЗВЕДЧИЦЫ». (16+) 11.50 «ВТОРЖЕНИЕ». (12+) 13.20 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+) 15.30 «ЖИВИ И ПОМНИ». (16+) Драма, Россия, 2008 г. 17.20 «ПИСЬМО». (16+) 17.40 «ПОД ЛИВНЕМ ПУЛЬ» 19.30 «РАЗВЕДЧИЦЫ». (16+) 23.00 «Путь к Победе». (16+) 00.10 «ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ». (16+) 01.40 «О ТЕХ, КОГО ПОМНЮ И ЛЮБЛЮ». (12+) 03.00 «НА СЕМИ ВЕТРАХ». (12+) 04.40 Неизвестная война. «Битва за Москву». (16+)

## ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
05.00 Музыка на Канале Disney. (6+) 05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+) 05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+) 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+) 06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+) 06.50 «Чудеса на виражах». (0+) 07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+) 07.50 «Пёс Пэт». (6+) 08.00 Доброе утро с Микки. (0+) 11.00 «Пёс Пэт». (6+) 11.20 «Кунг-фу Панда: Лапки судьбы». (6+) 12.00 «Зак Шторм - Суперпират». (6+) 13.00 «Финес и Ферб». (6+) 14.00 «С приветом по планетам». (12+) 14.30 «Гравити Фолз». (12+) 15.30 «Кунг-фу Панда: Лапки судьбы». (6+) 16.00 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+) 17.05 «Приключения Кота в сапогах». (6+) 17.35 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 19.30 «Большой кошачий побег». (6+) 21.25 «Отель Трансильвания». (12+) 22.40 «ВОЛШЕБНИКИ ИЗ ВЭЙВЕРЛИ ПЛЭЙС». (6+) 00.00 «ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ!» (6+) 01.20 «СОБАКА ТОЧКА КОМ». (6+) 02.30 «Стражи Галактики». (12+) 03.40 «Амфибия». (12+) 04.25 Музыка на Канале Disney. (6+)	05.00 Ранние птички. (0+) 06.55 «Жужжалка». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Жужжалка». (0+) 07.40 «Маша и Медведь». (0+) 08.30 «Китти не кошка». (6+) 08.55 «Лунтик и его друзья». (0+) 09.30 «38 попугаев». (0+) 10.15 «Бесконечная такса». (0+) 10.20 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+) 10.45 «Лапы, морды и хвосты. О собаках». (0+) 11.10 «Фиксики». (0+) 11.45 «Роботы-поезда». (0+) 12.15 «Тобот Атлон». (6+) 12.45 «Дикие скричеры!» (6+) 13.10 «Ниндзяго». (6+) 13.35 «Тайны Медовой долины». (0+) 13.55 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+) 14.00 Навигатор. Новости. (0+) 14.10 «Семья Трефликов». (0+) 14.30 «Четверо в кубе». (0+) 15.40 «Танцоры». (0+) 16.00 Курьёз не всерьёз! (0+) 16.05 «Ангел Бэби». (0+) 16.40 «Барби». (0+) 17.00 «Кинди Кидс» (0+) 17.10 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 18.20 «Лео и Тиг. Волшебные песни!» (0+) 18.25 «Оранжевая корова». (0+) 19.15 «Пластелинка». (0+) 19.20 «Сказочный патруль». (0+) 20.15 «Май Литтл Пони: Пони Лайф». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Три кота». (0+) 22.00 «Бен 10». (12+) 22.30 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (0+) 23.15 «Гормити». (6+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC NG
06.00 Спасатели-тяжеловесы. (16+) 06.45, 07.10 Битвы кладбищенских скелетов. (12+) 07.35 Крутой тюнинг. (12+) 08.25, 04.05 Короли аукционов. (12+) 08.50 Грязные деньги. (12+) 09.15, 09.41 Как это устроено? (12+) 10.06, 17.45, 02.10 Махинаторы. (12+) 10.57, 01.24 Разрушители легенд. (16+) 11.48, 05.14 Автомобиль Майка Брюера. (12+) 12.14 Супермеханик Энт Энстед. (12+) 12.39, 13.05, 04.28, 04.51 Женская автомастерская. (12+) 13.30 Как это сделано? Спецвыпуск: турбо. (12+) 14.21 Музейные загадки. (12+) 15.12 Крутой тюнинг. (12+) 16.03, 16.29 Гаражное золото. (12+) 16.54 Железная дорога Австралии. (12+) 18.36, 19.02 Короли аукционов. (12+) 19.27, 19.53 Как это устроено? (12+) 20.18 Крутой тюнинг. (12+) 21.09, 21.35 Выгодная рухлядь. (12+) 22.00 Взрывная история (12+) 22.51 Семейка Осборнов - правда или ложь. (16+) 23.42 Музейные загадки. (12+) 00.33 Железная дорога Австралии. (12+) 02.56, 03.19 Как это устроено? (12+) 03.42 Битвы за контейнеры. (12+)	06.15, 06.40 Даты, вошедшие в историю. (12+) 07.10, 07.55, 08.45, 09.30 Музейные тайны. (12+) 10.15 Генрих VIII: человек, монарх, чудовище. (12+) 11.05 Вена: империя, династия и мечта. (12+) 11.55 Один дикий день. (12+) 12.50 Расшифровка тайн. (12+) 13.35 Последний поход викингов. (12+) 14.30 Сканирование Нила. (12+) 15.25 Кельты: кровью и железом. (12+) 16.30 Боевые корабли. (12+) 17.20 Поля сражений. (12+) 18.30 Генрих VIII: человек, монарх, чудовище. (12+) 19.20 Критская операция. (12+) 15.12 Крутой тюнинг. (12+) 16.03, 16.29 Гаражное золото. (12+) 16.54 Железная дорога Австралии. (12+) 18.36, 19.02 Короли аукционов. (12+) 19.27, 19.53 Как это устроено? (12+) 20.18 Крутой тюнинг. (12+) 21.09, 21.35 Выгодная рухлядь. (12+) 22.00 Взрывная история (12+) 22.51 Семейка Осборнов - правда или ложь. (16+) 23.42 Музейные загадки. (12+) 00.33 Железная дорога Австралии. (12+) 02.56, 03.19 Как это устроено? (12+) 03.42 Битвы за контейнеры. (12+)	04.55 Авто-SOS. (16+) 05.00 Осушить океан. (16+) 06.00 Инстинкт выживания. (16+) 06.05 Фабрика еды. (16+) 06.45 Инстинкт выживания. (16+) 07.35 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+) 08.25 Авто-SOS. (16+) 09.15 Ледяная дорога. (16+) 10.05 Настоящий суперкар. (16+) 10.55 Суперсооружения: чудеса инженерии. (16+) 11.45 Инстинкт выживания. (16+) 12.35 Партизанская золотая лихорадка: Военные трофеи. (16+) 13.25 Дикий туец: Север против Юга. (16+) 14.20 Авто-SOS. (16+) 15.05 Злоключения за границей. (16+) 15.55 Расследования авиакатастроф. (16+) 16.45 Партизанская золотая лихорадка: Военные трофеи. (16+) 17.35 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+) 18.30, 18.55 Фабрика еды. (16+) 19.20, 20.10 Расследования авиакатастроф. (16+) 21.00, 03.30 Нотр-Дам: гонка против ада. (16+) 21.50 Спасти Нотр-Дам. (16+) 22.40 Авто-SOS. (16+) 23.30 Сборник «Игр разума». (16+) 00.20, 01.10 Расследования авиакатастроф. (16+) 02.00, 02.45 Авто-SOS. (16+)

**РОССИЯ К**  
Культура



15.50 «Сати. Нескучная классика...»

- 06.30 07.00 07.30 10.00 15.00  
19.30 23.40 Новости
- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 20.05 «Правила жизни»
- 07.35 18.40 00.00 «Настоящая война престолов»
- 08.25 Легенды мирового кино
- 08.50 16.30 «ТАЙНИК У КРАСНЫХ КАМНЕЙ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.45 ХХ век
- 12.25 22.15 «ИДИОТ»
- 13.20 «Живая вселенная»
- 13.50 «Игра в бисер»
- 14.30 «Я не боюсь, я музыкант»
- 15.05 Новости. Подробно
- 15.20 «Передвижники»
- 15.50 «Сати. Нескучная классика...»
- 17.40 01.55 Классики. Эмиль Гилельс
- 19.45 Главная роль
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 Искусственный отбор
- 21.35 «Белая студия»
- 23.10 «Иосиф Бродский»

**ТВЦ**



08.40 «ВОЗВРАЩЕНИЕ СВЯТОГО ЛУКИ». (0+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «ВОЗВРАЩЕНИЕ СВЯТОГО ЛУКИ». (0+)
- 10.40 «Всеволод Санаев. Оптимистическая трагедия». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 17.50 События
- 14.50 Город новостей
- 15.10 «СЛЕДСТВИЕ ЛЮБВИ». (16+)
- 16.55 Хроники московского быта. (12+)
- 18.10 «ИСЧЕЗАЮЩИЕ СЛЕДЫ». (16+)
- 22.00 События
- 22.35 «Осторожно, мошенники!» (16+)
- 23.05 «Инна Макарова. Люблю, но не прощу». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 Петровка, 38. (16+)
- 00.55 «Прощание. Михаил Козаков». (16+)

**ТВ-3**



23.00 «СМЕРТНЫЙ ПРИГОВОР». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.50 Гадалка. (16+)
- 14.40 Мистические истории. (16+)
- 15.45 Гадалка. (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 20.15 «ЛЮЦИФЕР». (16+)
- Хлоя и Люцифер начинают расследование убийства, видеозапись которого была выложена в сеть. Они и не предполагали, что через некоторое время им придется столкнуться с подобным же преступлением. Детективы приходят к выводу, что имеют дело с серийным убийцей.
- 23.00 «СМЕРТНЫЙ ПРИГОВОР». (16+)
- 01.15 «Знахарки». (16+)
- 02.00 Сверхъестественный отбор. (16+)
- 02.45 Не ври мне. (12+)
- 03.30 «Городские легенды». (16+)
- 05.00 «Тайные знаки». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

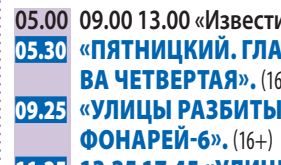
**ДОМАШНИЙ**



06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.00 Давай разведёмся! (16+)
- 09.10 Тест на отцовство. (16+)
- 11.20 «Реальная мистика». (16+)
- 12.25 «Понять. Простить». (16+)
- 13.30 «Порча». (16+)
- 14.00 «Знахарка». (16+)
- 14.35 «ЦЫГАНКА». (16+)
- 23.30 «ПОДКИДЫШИ». (16+)
- Дирижёр Юрий Гордеев возвращается в родной город после гастролей и узнаёт, что его подруга беременна.
- 01.35 «Порча». (16+)
- 02.05 «Знахарка». (16+)
- 02.30 «Понять. Простить». (16+)
- 03.20 «Реальная мистика». (16+)
- 04.10 Тест на отцовство. (16+)
- 05.50 Домашняя кухня. (16+)
- 06.15 «6 кадров». (16+)

**5** 5-й КАНАЛ



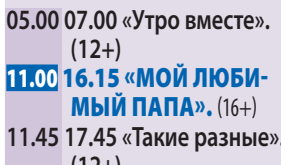
05.00 09.00 13.00 «Известия»

- 05.00 09.00 13.00 «Известия»
- 05.30 «ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ». (16+)
- 09.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-6». (16+)
- 11.25 13.25 17.45 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-7». (16+)
- 17.30 03.25 «Известия»
- 19.10 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
- 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 01.15 03.35 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

**ЗВЕЗДА**

- 06.00 «Сегодня утром». (12+)
- 08.00 13.00 18.00 21.15  
Новости дня
- 08.15 «Сделано в СССР». (6+)
- 08.30 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
- 08.50 «Колеса Страны Советов». (0+)
- 09.40 10.05 13.15 14.05  
«БРАТ ЗА БРАТА». (16+)
- 10.00 14.00 Военные новости
- 18.50 «Афганистан». (12+)
- 19.40 «Легенды армии. (12+)
- 20.25 «Улика из прошлого». (16+)
- 21.25 «Открытый эфир». (12+)
- 23.05 «Между тем». (12+)

**ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ**



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 16.15 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА». (16+)
- 11.45 17.45 «Такие разные». (12+)
- 12.45 18.45 «Полицейский вестник». (12+)
- 13.00 15.45 20.45 «Мастера». (12+)
- 13.15 «Адрес истории». (12+)
- 13.30 03.45 «Открытая наука». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30  
«Губернские новости». (12+)
- 14.15 «Область спорта». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 04.15 «Мастер-класс». (12+)
- 17.00 01.15 «Заметные люди». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Вечер вместе». (12+)
- 19.45 21.45 03.00 «Документальное кино». (12+)
- 20.00 22.30 02.45 «Народные деньги». (12+)
- 20.15 22.00 03.15 «Футбол губернии». (12+)
- 22.45 «ПОЛНОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)
- 00.45 «Живые символы планеты». (12+)

**СПОРТ**

- 06.00 08.55 12.00 13.45 15.10  
16.45 18.30 21.55 Новости
- 06.05 14.45 22.05 01.00 Все на Матч!
- 09.00 Профессиональный бокс. Д. Гарсия - Э. Моралес. Трансляция из США. (16+)
- 10.00 Еврофутбол. Обзор. (0+)
- 11.00 15.15 Зимние виды спорта. Обзор. (0+)
- 12.05 «МатчБол»
- 12.45 Смешанные единоборства. (16+)
- 13.50 «Тайны боевых искусств». (16+)
- 16.15 16.50 18.35 «В КЛЕТКЕ». (16+)
- 19.40 «ЛЕГИОНЕР». (16+)
- 22.55 Баскетбол. «Барселона» (Испания) - «Зенит» (Россия). Евролига. Мужчины
- 02.00 Футбол. «Эммен» - ПСВ. Чемпионат Нидерландов. (0+)
- 04.00 Баскетбол. «Химки» (Россия) - «Бавария» (Германия). Евролига. Мужчины. (0+)
- 00.05, 13.30, 20.45 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Лахта. (12+)
- 00.30, 01.00, 01.30 Лыжное двоеборье. Кубок мира. Лахта. (12+)
- 02.00, 03.30, 04.15 Лыжные гонки. Кубок мира. Лахта. (6+)
- 02.45, 16.30, 17.00 Биатлон. Кубок мира. Антхольц. Женщины. (6+)
- 05.00 Снукер. «Мастерс». (6+)
- 07.00, 08.15, 09.30, 17.45, 18.45 Горные лыжи. Кубок мира. Мужчины. (12+)
- 10.30, 11.00 Олимпийские игры. Cycling Show. (12+)
- 11.35, 14.30, 21.35, 23.50 Горные лыжи. Кубок мира. Женщины. (12+)
- 12.20, 15.20 Горные лыжи. Кубок мира. Кронплац. Женщины. Слалом-гигант. Прямая трансляция. (12+)
- 19.35, 22.35 Горные лыжи. Кубок мира. Шладминг. Мужчины. Слалом. Прямая трансляция. (12+)
- 22.05 Горные лыжи. Кубок мира. Слалом. (12+)

**КИНО И СЕРИАЛЫ**

- 06.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ ЧАРЛИ САН-КЛАУДА». (16+)
- 08.05 «Пингвины Мадагаскара». Мультфильм. (6+)
- 09.40 «ХОРОШО БЫТЬ ТИХОНЕЙ». (16+)
- 11.35 «ЗНАКОМЬТЕСЬ, ДЖО БЛЭК». (16+)
- 14.55 «СЕМЬ ЖИЗНЕЙ». (16+)
- 17.10 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ ЧАРЛИ САН-КЛАУДА». (16+)
- 19.00 «МОНСТРО». (16+)
- 20.25 «КИНГ КОНГ». (16+)
- США, Германия, Новая Зеландия, 2005 г. В ролях: Наоми Уоттс, Джек Блэк, Эдриен Броуди, Томас Кречман, Энди Серкис
- 23.45 «АНАКОНДА». (16+)
- 01.30 «ИСТОРИЯ ОДНОГО ВАМПИРА». (16+)
- 03.20 «ДРАКУЛА». (16+)
- 05.35 «ЗАВИСТЬ БОГОВ». (16+)
- 08.20 «ДУРАК». (16+)
- 10.40 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ». (16+)
- 13.10, 14.05 «ПАУК». (16+)
- 15.05 «ЛЕГКО НА ПОМИНЕ». (12+)
- 16.35 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (12+)
- 19.05, 20.25 «ПАУК». (16+)
- 21.05 «ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ». (12+)
- Армения, Россия, 2016 г. В ролях: Константин Лавроненко, Виктор Степанян, Мария Миронова, Татев Овакимян, Микаэл Погосян
- 23.00 «ЗАВОД». (18+)
- Россия, 2018 г. В ролях: Денис Шведов, Андрей Смоляков, Владислав Абашин
- 01.15 «САРАНЧА». (18+)
- 03.40 «ПАСАЖИРКА». (16+)
- 05.40 «КАНИКУЛЫ ПЕТРОВА И ВАСЕЧКИНА, ОБЫКНОВЕННЫЕ И НЕВЕРОЯТНЫЕ». (6+)
- 07.00 «Ералаш». (6+)
- 07.25 «Белка и Стрелка. Звёздные собаки». Мультфильм. (6+)
- 08.55 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 10.30 «СВАТЫ». (16+)
- 14.20 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 15.15 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 19.15 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД». (16+)
- 00.30 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПИВОГО». (12+)
- Италия, 1980 г.
- 02.25 «КОРОЛЁВ». (16+)
- 04.25 «АМЕРИКАНСКИЙ ДЕДУШКА». (16+)
- 05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 11.00, 11.55, 12.40, 13.35, 14.30, 15.20, 16.15, 17.00  
«ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
- 18.00, 18.50, 19.35, 20.30, 21.20, 22.05 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
- 23.00 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (16+)
- Комедия, Россия, 2015 г. В ролях: Дмитрий Нагиев, Полина Гагарина, Роман Ладнев, Константин Крюков, Михаил Галустян
- 00.40 «СМЕШАННЫЕ ЧУВСТВА». (16+)
- Комедия, Россия, 2014 г. В ролях: Александр Ревва, Павел Деревянко
- 02.15, 02.40, 03.05, 03.30, 03.50, 04.10, 04.30  
«ОСТРОВ». (субтитры). (16+)

**МУЗЫКА**

- 05.00 Сделано в 90-х. (16+)
- 05.55 13.55 16.25 01.30 PRO-Клип. (16+)
- 06.00 11.35 16.30 «10 самых горячих клипов дня». (16+)
- 06.40 08.35 15.00 18.30 Пронности. (16+)
- 07.00 Каждое утро. (16+)
- 09.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 10.00 «10 самых». (16+)
- 10.30 Check-In на МУЗ-ТВ. (16+)
- 12.20 Караокинг. (16+)
- 14.00 TOP Чарт Европы плюс. (16+)
- 15.25 Битва фанклубов. (16+)
- 17.15 Лайкер. (16+)
- 19.00 МУЗ-ТВ Чарт. (16+)
- 20.00 «Золотой Граммофон-2018». (16+)
- 23.15 Top 30. (16+)
- 01.35 Наше. Made in Russia! (16+)
- 03.00 Неспиннер. (16+)

- 01.35 «СЕРДЦЕЕДКИ». (16+)
- 04.05 «ДЕТИ СЕКСУ НЕ ПОМЕХА». (16+)
- 06.00 «СТАРСКИ И ХАТЧ». (12+)
- 07.55 «ТАКИЕ РАЗНЫЕ БЛИЗНЕЦЫ». (12+)
- 09.30 «МАРЛИ И Я». (12+)
- 11.45 «ОДНОКЛАССНИКИ». (12+)
- 13.35 «КАДРЫ». (12+)
- 15.45 «ГОЛАЯ ПРАВДА». (16+)
- 17.35 «УПРАВЛЕНИЕ ГНЕВОМ». (12+)
- 19.30 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
- Комедия, Россия, 1995 г.
- 21.20 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
- Комедия, Россия, 1997 г.
- 23.15 «БЕЛЫЕ ЦЫПОЧКИ». (12+)
- 06.00, 05.35 Голливуд за кадром. (16+)
- 06.30 «НА ЧЕСАПИКСКИХ БЕРЕГАХ». (16+)
- 07.15, 11.00, 17.10 Правила моей пекарни. (16+)
- 08.10, 14.35 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
- 09.05, 12.40, 18.05 Проект Подиум. (16+)
- 09.55, 13.30, 18.55  
Правила моей кухни. (16+)
- 11.55, 21.40, 03.05 «ДУБЛЬ ДВА». (16+)
- 15.30, 16.20, 20.00, 20.50, 23.55, 00.45 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
- 22.25, 02.20 «НОВЫЙ АМСТЕРДАМ». (16+)
- 23.10, 01.35 «НЕРЕАЛЬНЫЙ ХОЛОСТЯК». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00  
«СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ЛЕСТНИЦА В НЕБЕСА». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ЖИЗНЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)
- 14.00, 22.00 «АДВОКАТЕСЫ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «БЛИЗКИЕ ЛЮДИ». (16+)
- 00.00, 01.00 «ПОДРУГА БАНКИРА». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2006 г. В ролях: Кристина Бабушкина, Нана Кикинадзе, Ольга Сидорова, Михаил Хомяков
- 06.00 «ДЫШИ СО МНОЙ». (16+)
- 06.00 «Ералаш». (0+)
- 08.50 «ПАПИНЫ ДОЧКИ» (субтитры). (0+)
- 15.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- Сериал. Мистический триллер, Россия, 2011 г. Елена пытается вернуть Виктора с помощью шантажа. Юля договаривается о встрече с одноклассницей Кристины Панфиловой. Марию по ночам мучают кошмары. Во время прогулки по лесу она встречает странного рыбака. Ребята пытаются раздобыть новую информацию, на этот раз с помощью адвоката Авдеевых...
- 21.10 6 кадров. (16+)
- 01.00 «РАНЕТКИ». (12+)
- 04.55 «Ералаш». (0+)

**ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ**

- 05.00, 00.15 День Патриарха. (0+)
- 05.10, 04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 06.00, 06.30, 14.00, 14.30  
Монастырская кухня. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Зачем Бог?! (12+)
- 11.30, 20.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
- 12.30 Люди будущего. (16+)
- 13.00 Дорога. (0+)
- 15.00, 00.30 Реакция. (12+)
- 15.50 Восход победы. Память блокады и крымская лувшук. (0+)
- 16.50 Сербия. Болгария Цикл Планета православия. (0+)
- 17.50 «СВЕРСТНИЦЫ». (12+)
- 19.30, 01.10 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
- 21.30 Память. Документальный фильм Аркадия Мамонова. (0+)
- Фильм о блокаде Ленинграда, о новом частном музее «Ленрезерв» и сохранении памяти о подвиге Советского народа.
- 22.35 «ДВА ФЕДОРЫ». (0+)
- 02.05 В поисках Бога. (12+)
- 02.30 Простые чудеса. (12+)
- 03.15 Святая Нина. Просветительница Грузии. Цикл: День Ангела. (0+)
- 03.45 Крест Святой Нины. Цикл: Святые христианского мира. (0+)
- 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

**Православный календарь**

26 января  
Неделя 34-я по Пятидесятнице. Глас 8.  
Мчч. Ермила и Стратоника.



Прп. Иринарха, затворника Ростовского. Прп. Елеазара Анзерского. Мчч. Петра Анийского (Авессаломита). Прп. Иакова, еп. Низибийского.

Поста нет.

« Главная цель жизни нашей – живое общение с Богом. Для этого и Сын Божий воплотился, чтобы вернуть нам такое богообщение, потерянное грехопадением. Через Господа Иисуса Христа, Сына Божия, мы вступаем в общение с Отцом и таким образом достигаем своей цели. Свт. Феофан Затворник

7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1 РОССИЯ	НТВ	СТС СТС	ТНТ ГУБЕРНИЯ	РЕН
 <p>19.45 Пусть говорят. (16+)</p>	 <p>23.35 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)</p>	 <p>00.00 Захар Прилепин. Уроки русского. (12+)</p>	 <p>20.00 «НОЧЬ В МУЗЕЕ. СЕКРЕТ ГРОБНИЦЫ». (6+)</p>	 <p>11.00 «ОЛЬГА». (16+)</p>	 <p>20.00 «ФОРРЕСТ ГАМП». (16+)</p>
<p>05.00 «Доброе утро» 09.00 Новости 09.25 «Доброе утро» 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор (6+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Время покажет. (16+) 15.00 Новости (с субтитрами) 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.00 Мужское / Женское. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.40 На самом деле. (16+) 19.45 Пусть говорят. (16+) 21.00 Время 21.30 «ИЩЕЙКА»: НОВЫЙ СЕЗОН. (16+) 22.30 «Док-ток». (16+) 23.30 Вечерний Ургант. (16+) 00.10 «Блокада. Дети». (12+) 01.10 Время покажет. (16+) 03.00 Новости 03.05 Время покажет. (16+) 03.30 Мужское / Женское. (16+)</p>	<p>05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России 09.55 О самом главном. (12+) 11.00 Вести 11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+) 12.40 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.30 Вести. Местное время 14.55 «МОРОЗОВА». (12+) Камеры наблюдения в супермаркете фиксируют, как жена местного политика ворует еду. 17.00 Вести 17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+) 18.40 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 21.05 Вести. Местное время 21.20 «СКЛИФОВСКИЙ». (12+) 23.35 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+) 02.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+) 04.05 «ОБЪЕКТ 11». (16+)</p>	<p>04.30 «ПАСЕЧНИК». (16+) 08.00 Сегодня 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+) 10.00 Сегодня 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+) 13.00 Сегодня 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие 14.00 Место встречи 16.00 Сегодня 16.25 ДНК. (16+) 18.30 «БАЛАБОЛ». (16+) Когда Саня сопровождает Машу в детский магазин, бандиты пытаются совершить ограбление. 19.00 Сегодня 19.40 «БАЛАБОЛ». (16+) 21.20 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+) 23.30 Сегодня 23.45 Поздняков. (16+) 00.00 Захар Прилепин. Уроки русского. (12+) 00.35 Мы и наука. Наука и мы. (12+) 01.35 Место встречи. (16+) 03.20 Их нравы. (0+) 03.45 «ОТДЕЛ 44». (16+)</p>	<p>06.00 05.50 Ералаш. (0+) 06.15 «Спирит. Дух свободы». (6+) 07.00 «Том и Джерри». (0+) 07.35 «Босс-молокосос. Снова в деле». (6+) 08.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+) 09.00 «ПСИХОЛОГИНИ». (16+) 10.00 «ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ. БРАТСТВО КОЛЬЦА». (12+) 13.40 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+) 18.30 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+) 20.00 «НОЧЬ В МУЗЕЕ. СЕКРЕТ ГРОБНИЦЫ». (6+) 21.55 «ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ. ДВЕ КРЕПОСТИ». (12+) 01.35 Дело было вечером. (16+) 02.25 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+) 04.20 «6 кадров». (16+) 05.00 «Наследство волшебника Бахрама». (0+) 05.20 Мультфильмы. (0+)</p>	<p>07.00 «ТНТ. Gold». (16+) 08.00 «Новое утро». (16+) 08.30 «САШАТАНЯ». (16+) 10.00 «Бородина против Бузовой». (16+) 11.00 «ОЛЬГА». (16+) 13.00 «САШАТАНЯ». (16+) 16.00 «Однажды в России». (16+) 20.00 «САШАТАНЯ». (16+) 21.00 «ПОЛЕТ». (16+) Каждая серия драмы Петра Тодоровского младшего посвящена одной человеческой истории - истории персонажа, которому удалось обмануть смерть. С этого момента каждый из героев сериала решает начать жить по-новому. 22.00 «Двое на миллион». (16+) 23.00 «Stand up». (16+) 00.00 «БОРОДАЧ». (16+) 01.00 «ОПТОМ ДЕШЕВЛЕ-2». (12+) 02.55 «Comedy Баттл». (16+) 03.50 «Открытый микрофон». (16+) 05.35 «ТНТ. Best». (16+)</p>	<p>05.00 «Территория заблуждений». (16+) 06.00 10.00 «Документальный проект». (16+) 07.00 «С бодрим утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Знаете ли вы, что?» (12+) 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+) 13.00 23.30 «Загадки человечества». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Неизвестная история». (16+) 17.00 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «ФОРРЕСТ ГАМП». (16+) 22.45 «Смотреть всем!» (16+) 00.30 «ВО ВЛАСТИ СТИХИИ». (16+)</p>

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР
<p>05.00 «Орел и решка. Перегрузка». (16+) 07.25 «Орел и решка. Россия». (16+) 08.15 «Мир наизнанку. Вьетнам». (16+) 10.05 «Мир наизнанку. Индонезия». (16+) 11.00 19.00 «На ножах». (16+) 20.00 «Битва шефов». (16+) 23.00 «ШЕРЛОК». (16+) 00.55 «Пятница News». (16+) 01.25 «На ножах. Отели». (16+) 03.10 «Орел и решка. Неизданное». (16+)</p>	<p>06.00 Улётное видео. (16+) 06.10 «БРАТАНЫ». (16+) Россия, 2009 г. Криминальный боевик. В ролях: Алексей Кравченко, Сергей Селин. 08.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 09.30 Дорожные войны 2.0. (16+) 11.30 Улётное видео. (16+) 13.00 +100500. (16+) 14.30 «ВОРОНИНЫ». (16+) 16.30 КВН Best. (16+) 18.30 Улётное видео. (16+) 20.30 +100500. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 01.00 «БРАТАНЫ». (16+) 02.50 Улётное видео. (16+)</p>	<p>06.00 00.30 «Вспомнить всё». (12+) 06.25 17.05 02.45 «Пять причин поехать в...» (12+) 06.50 17.20 18.05 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+) 08.20 15.15 «Календарь». (12+) 09.10 16.30 «Врачи». (12+) 09.35 16.05 «Среда обитания». (12+) 10.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 19.00 20.00 22.00 Новости 10.10 22.05 «МИНКАССАТОРЫ». (16+) 12.10 13.20 20.05 01.00 «ОТРАЖЕНИЕ» 19.20 23.50 «ПравДа?». (12+)</p>
Ю	МИР	ПОБЕДА
<p>05.10 «Папа попал». (12+) 07.40 «Модель XL». (16+) 09.35 «Барышня-Крестьянка». (16+) 15.05 «Модель XL». (16+) Во всём мире всё популярнее становятся девушки Plus Size. Наконец-то, реальные женщины со всей России получили невероятный шанс стать супермоделями! 17.25 «Мастершеф». (16+) 21.15 «Я стесняюсь своего тела». (16+) 23.00 «Немного разведенья». (16+) 00.30 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+) 02.10 «Взвешенные люди». (16+) 03.45 «МастерШеф Дети». (12+)</p>	<p>05.00, 04.40 «ВЫХОЖУ ТЕБЯ ИСКАТЬ». (16+) 08.50, 10.10, 18.15, 19.25 «ЧУЖОЙ РАЙОН-3». (16+) 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 Новости 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 14.10, 17.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+) 16.15 Мировое соглашение. (16+) 21.40 «Игра в кино». (12+) 22.25 Шоу «Назад в будущее». (16+) 23.25 Всемирные игры разума. (12+) 00.15 «Дорога 101». К снятию Блокады Ленинграда. (16+) 01.15 «МАРГАРИТА НАЗАРОВА». (16+)</p>	<p>05.30 «Путь к Победе» (16+) 06.30 «ПОД ЛИВНЕМ ПУЛЬ». (16+) 08.20 «РАЗВЕДЧИЦЫ». (16+) 11.50 «Ударная сила. Оружие Победы». (12+) 12.30 «ЛЕНИНГРАД». (16+) 16.10 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+) 17.50 «КРИК ТИШИНЬ». (12+) Военная драма, Россия, 2019 г. В ролях: Владимир Меньшов, Надежда Маркина, Людмила Егорова 19.30 «РАЗВЕДЧИЦЫ». (16+) 23.00 «Путь к Победе» (16+) 00.10 «СОБИБОР». (16+) 02.00 «БЕЛЫЙ ВЗРЫВ». (12+) 03.10 «ВТОРЖЕНИЕ». (12+) 04.40 Неизвестная война. «Блокада Ленинграда». (16+)</p>

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
<p>05.00 Музыка на Канале Disney. (6+) 05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+) 05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+) 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+) 06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+) 06.50 «Чудеса на виражах». (0+) 07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+) 07.50 «Пёс Пэт». (6+) 08.00 Доброе утро с Микки. (0+) 11.00 «Пёс Пэт». (6+) 11.20 «Кунг-фу Панда: Лапки судьбы». (6+) 12.00 «Зак Шторм - Суперпират». (6+) 13.00 «Финес и Ферб». (6+) 14.00 «С приветом по планетам». (12+) 14.30 «Гравити Фолз». (12+) 15.30 «Кунг-фу Панда: Лапки судьбы». (6+) 16.00 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+) 17.05 «Приключения Кота в сапогах». (6+) 17.35 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 19.30 «Лило и Стич». (0+) 21.25 «Отель Трансильвании». (12+) 22.40 «ВОЛШЕБНИКИ ИЗ ВЭЙВЕРЛИ ПЛЭЙС». (6+) 00.00 «ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ!». (6+) 01.20 «СОБАКА ТОЧКА КОМ». (6+) 02.30 «Стражи Галактики». (12+) 03.40 «Амфибия». (12+) 04.25 Музыка на Канале Disney. (6+)</p>	<p>05.00 Ранние пташки. (0+) 06.55 «Жужжалка». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Жужжалка». (0+) 07.40 «Маша и Медведь». (0+) 08.30 «Китти не кошка». (6+) 08.55 «Лунтик и его друзья». (0+) 09.30 «Союзмультфильм» представляет: «38 попугав». (0+) 10.15 «Ноги осьминога». (0+) 10.20 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+) 10.45 «Игра сумом». (0+) 11.00 «Бурёнка Даша». (0+) 11.10 «Фиксики». (0+) 11.45 «Роботы-поезда». (0+) 12.15 «Тобот Атлон». (6+) 12.45 «Дикие скричеры» (6+) 13.10 «Ниндзяго». (6+) 13.35 «Тайны Медовой долины». (0+) 13.55 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+) 14.00 Навигатор. Новости. (0+) 14.10 «Семья Трефликов». (0+) 14.30 «Четверо в кубе». (0+) 15.40 «Вкусняшки шоу». (0+) 16.00 Курьёз не всерьёз! (0+) 16.05 «Ангел Бэби». (0+) 16.40 «Барби». (0+) 17.00 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+) 17.10 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 18.20 «Лео и Тиг» (0+) 18.25 «Зebra в клеточку». (0+) 19.15 «Сказочники». (0+) 19.20 «Сказочный патруль». (0+) 20.15 «Май Литтл Пони: Пони Лайф». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Три кота». (0+) 22.00 «Бен 10». (12+) 22.30 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (0+) 23.15 «Гормити». (6+)</p>

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC NG
<p>06.00 Спасатели-тяжеловесы. (16+) 06.45, 07.10 Битвы кладбищенских скелетов. (12+) 07.35 Крутой тунинг. (12+) 08.25, 08.50 Грязные деньки. (12+) 09.15, 09.41 Как это устроено? (12+) 10.06 Махинаторы. (12+) 10.57, 11.48 Взрывная история. (12+) 12.39 Голье и напуганные XL. (16+) 14.21 Как это сделано? Спецвыпуск: турбо. (12+) 15.12 Крутой тунинг. (12+) 16.03 Гаражное золото. (12+) 16.29 Битвы кладбищенских скелетов. (12+) 16.54 Железная дорога Австралии. (12+) 17.45 Махинаторы. (12+) 18.36, 19.02 Короли аукционов. (12+) 19.27, 19.53 Как это устроено? (12+) 20.18 Крутой тунинг. (12+) 21.09, 21.35 Охотники за складами. (16+) 22.00 Голье и напуганные XL. (16+) 22.51 Выжить вместе. (16+) 23.42 Музейные загадки (12+) 00.33 Железная дорога Австралии. (12+) 01.24 Взрывная историю. (12+) 02.10 Махинаторы. (12+) 02.56, 03.19 Как это устроено? (12+) 03.42, 04.05 Короли аукционов. (12+) 04.28 Семейка Осборнов - правда или ложь. (16+) 05.14 Взрывная историю. (12+)</p>	<p>06.00 Даты, вошедшие в историю. (12+) 06.30, 07.15 Музейные тайны. (12+) 08.00, 08.50, 09.40 Запретная история. (12+) 10.25 Генрих VIII: человек, монарх, чудовище. (12+) 11.15 Вена: империя, династия и мечта. (12+) 12.10 Коварная Земля. (12+) 13.00 Расшифровка тайн. (12+) 13.45 Последний поход викингов. (12+) 14.40 Сканирование Нила. (12+) 15.35 Замки - оплоты силы. (12+) 16.35, 17.30 Последние часы Помпеев: новые загадки. (12+) 18.25 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+) 19.20 Тайна Колья Судьбы. (6+) 20.10 Расшифровка тайн. (12+) Сезон: 1. США, 2019 г. 21.00 Вена: империя, династия и мечта. (12+) 22.00 Невидимые города Италии. (12+) Сезон: 1. Великобритания, 2016 г. 22.50 В поисках «Восточного экспресса». (12+) 23.40 Последний поход викингов. (12+) 00.35 Сканирование Нила. (12+) 01.30, 02.25 Замки - оплоты силы. (12+) 03.25, 04.10 Тайны музеев. (12+) 05.00 Запретная история. (12+)</p>	<p>04.55 Авто-SOS. (16+) 05.00 Осушить океан. (16+) 06.00, 06.45 Инстинкт выживания. (16+) 07.30 Путешествия с Гордоном Рамзи: Горы Марокко. (16+) 08.25 Авто-SOS. (16+) 09.15 Ледяная дорога. (16+) 10.05 Настоящий суперкар. (16+) 10.55, 11.20 Сделать за один день. (16+) 11.45 Инстинкт выживания: Кислородное голодание. (16+) 12.35 Нотр-Дам: гонка против ада. (16+) 13.25 Дикая туеца: Север против Юга. (16+) 14.15 Авто-SOS. (16+) 15.05 Злоключения за границей. (16+) 15.55 Расследования авиакатастроф. (16+) 16.45 Нотр-Дам: гонка против ада. (16+) 17.35 Путешествия с Гордоном Рамзи: Горы Марокко. (16+) 18.25, 18.50 Фабрика еды. (16+) 19.15, 20.10 Расследования авиакатастроф. (16+) 21.00 Дикая туеца: Север против Юга. (16+) 21.50 Спасти Титаник: сокровища с глубины. (16+) 22.40 Авто-SOS. (16+) 23.30 Сборник «Игр разума». (16+) 00.20, 01.10 Расследования авиакатастроф. (16+) 01.55, 02.40 Авто-SOS. (16+) 03.30 Дикая туеца: Север против Юга. (16+)</p>

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Сериалы (0+) рекомендуется детям любого возраста. (6+) не рекомендуется детям до 6 лет. (12+) не рекомендуется детям до 12 лет. (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет. (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет.

РОССИЯ К  
Культура



10.15 «Наблюдатель»

- 06.30 07.00 07.30 10.00 15.00  
19.30 23.40 Новости  
06.35 «Пешком...»  
07.05 20.05 «Правила жизни»  
07.35 18.40 «Настоящая война престолов»  
08.25 Легенды мирового кино  
**08.50 16.30 «ТАЙНИК У КРАСНЫХ КАМНЕЙ»**  
10.15 «Наблюдатель»  
11.10 01.25 XX век  
12.15 «Дороги мастеров»  
**12.25 22.15 «ИДИОТ»**  
13.20 «Живая вселенная»  
13.50 Искусственный отбор  
14.30 «Я не боюсь, я музыкант»  
15.05 Новости. Подробно  
15.20 «Библейский сюжет»  
15.45 «Белая студия»  
17.35 Цвет времени  
17.45 В.А. Моцарт. Коронационная месса  
19.45 Главная роль  
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»  
20.50 Абсолютный слух  
21.35 «Блокада. Искупление»  
23.10 «Иосиф Бродский»

ТВЦ ТВЦ



08.50 «БУДНИ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (12+)

- 06.00 «Настроение»  
08.15 «Доктор И...» (16+)  
**08.50 «БУДНИ УГОЛОВНО-ГО РОЗЫСКА».** (12+)  
10.40 «Наталья Гундарева. Несладкая женщина». (12+)  
11.30 События  
**11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ».** (12+)  
13.40 «Мой герой». (12+)  
14.30 17.50 События  
14.50 Город новостей  
**15.05 «СЛЕДСТВИЕ ЛЮБВИ».** (16+)  
16.50 Хроники московского быта. (12+)  
**18.10 «ИСЧЕЗАЮЩИЕ СЛЕДЫ».** (16+)  
22.00 События  
22.35 Линия защиты. (16+)  
23.05 «90-е. «Менты»». (16+)  
00.00 События. 25-й час  
00.35 Петровка, 38. (16+)  
00.55 «Приговор. Валентин Ковалёв». (16+)  
01.35 «90-е. «Менты»». (16+)  
02.15 «Дворцовый переворот - 1964». (12+)

ТВ-3 ТВ-3



20.15 «ЛЮЦИФЕР». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)  
09.30 «Слепая». (16+)  
11.50 Гадалка. (16+)  
14.40 Мистические истории. (16+)  
15.45 Гадалка. (16+)  
17.25 «Слепая». (16+)  
**20.15 «ЛЮЦИФЕР».** (16+)  
Люцифер заливает горе от потери брата. Вовремя Хеллоуина на свадьбе происходит стрельба. Невеста мертва, жених ранен в руку. Хлоя начинает расследование, присоединившийся к ней Люцифер вызывает у Хлои удивление.  
**23.00 «ШКАТУЛКА ПРОКЛЯТИЯ».** (16+)  
01.00 «Знахарка». (16+)  
01.45 Сверхъестественный отбор. (16+)  
02.30 Не ври мне. (12+)  
03.15 «Городские легенды». (16+)  
04.45 «Тайные знаки». (16+)  
05.30 «Охотники за привидениями. Битва за Москву». (16+)

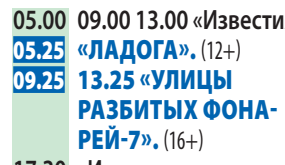
ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ



09.15 Тест на отцовство. (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)  
08.05 Давай разведёмся! (16+)  
09.15 Тест на отцовство. (16+)  
11.25 «Реальная мистика». (16+)  
12.25 «Понять. Простить». (16+)  
13.30 «Порча». (16+)  
14.00 «Знахарка». (16+)  
**14.35 «ЦЫГАНКА».** (16+)  
**19.00 «КЛЕВЕР ЖЕЛАННЫЙ».** (16+)  
Украина, 2019 г. Мелодрама.  
**23.05 «ПОДКИДЫШИ».** (16+)  
01.10 «Знахарка». (16+)  
01.40 «Знахарка». (16+)  
02.10 «Понять. Простить». (16+)  
03.05 «Реальная мистика». (16+)  
03.50 Тест на отцовство. (16+)  
05.30 По делам несовершеннолетних. (16+)  
06.20 «6 кадров». (16+)

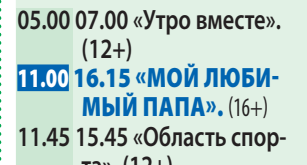
5 5-й КАНАЛ



05.00 09.00 13.00 «Известия»

- 05.25 «ЛАДОГА».** (12+)  
**09.25 13.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-7».** (16+)  
17.30 «Известия»  
**17.45 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-7».** (16+)  
**19.10 «СЛЕД».** (16+)  
**23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3».** (16+)  
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»  
**00.30 «СЛЕД».** (16+)  
**01.15 «ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)  
03.20 «Известия»  
**03.30 «ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)  
**ЗВЕЗДА**  
06.00 «Сегодня утром». (12+)  
08.00 13.00 18.00 21.15  
Новости дня  
08.15 «Сделано в СССР». (6+)  
08.30 18.30 «Специальный репортаж». (12+)  
08.50 «Колеса Страны Советов». (0+)  
**09.40 10.05 13.15 14.05 «БРАТ ЗА БРАТА».** (16+)  
10.00 14.00 Военные новости  
18.50 «Афганистан». (12+)  
19.40 «Последний день». (12+)  
20.25 «Секретные материалы»  
21.25 «Открытый эфир». (12+)  
23.05 «Между тем». (12+)  
**23.40 «БЛОКАДА».** (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 16.15 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА».** (16+)  
11.45 15.45 «Область спорта». (12+)  
12.00 14.15 17.45 «Народные деньги». (12+)  
12.15 22.30 «Документальное кино». (12+)  
12.30 «Адрес истории». (12+)  
12.45 18.00 «Футбол губернии». (12+)  
13.15 «Мастера». (12+)  
13.30 03.45 «Открытая наука». (12+)  
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)  
14.30 «День вместе». (12+)  
15.00 04.15 «Мастер-класс». (12+)  
17.00 01.15 «Заметные люди». (12+)  
18.30 22.00 00.45 «Легенды спорта». (12+)  
19.00 21.00 02.00 «Вечер вместе». (12+)  
19.45 21.45 «Воронежские спасатели». (12+)  
20.00 02.45 «Здоровая среда». (12+)  
**22.45 «И НИКОТО ДРУГОЙ».** (16+)  
00.15 «Живые символы планеты». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

- 06.00 08.55 12.00 13.45 15.10  
16.45 18.55 21.55 Новости  
06.05 12.05 14.45 22.05 01.00  
Все на Матч!  
09.00 Профессиональный бокс. (16+)  
09.50 «ЛЕГИОНЕР». (16+)  
12.45 Смешанные единоборства. (16+)  
13.50 «Тайны боевых искусств». (16+)  
15.15 Зимние виды спорта. Обзор. (0+)  
16.15 16.50 «В КЛЕТКЕ». (16+)  
17.25 Гандбол. «Ростов-Дон» - «Лада» (Тольятти). Суперлига Париматч - Чемпионат России. Женщины  
19.00 Все на хоккей!  
19.25 Хоккей. «Динамо» (Москва) - ЦСКА. КХЛ  
22.55 Футбол. Кубок Испании. 1/8 финала  
02.00 Футбол. «Хиберниан» - «Рейнджерс». Чемпионат Шотландии. (0+)  
04.00 Баскетбол. «Альба» (Германия) - ЦСКА (Россия). Евролига. Мужчины. (0+)

EUROSPORT 1

- 00.30, 01.15, 15.30, 16.15  
Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Лахти. (12+)  
02.00, 02.45 Лыжные гонки. Кубок мира. Лахти. (6+)  
03.30, 04.00, 07.00, 07.30  
Горные лыжи. Кубок мира. Кронплиц. Женщины. (12+)  
05.00, 11.30 Снукер. German Masters-2020. Финал. (6+)  
08.15 Биатлон. Кубок мира. Антхольц. Женщины. Индивидуальная гонка. (6+)  
09.15 Биатлон. Кубок мира. Антхольц. Женщины. Масс-старт. (6+)  
09.45 Биатлон. Кубок мира. Антхольц. Женщины. Эстафета. (6+)  
10.30, 11.00 Лыжное двоеборье. Кубок мира. Лахти. (12+)  
12.25, 16.55, 21.55 Снукер. German Masters. 1-й раунд. Прямая трансляция. (6+)  
20.00 Теннис. WTA 500. Абу-Даби. Финал. (6+)  
21.00 Теннис. «АТР: за кадром». (6+)  
21.30 Снукер. German Masters. 1-й раунд. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000 TV1000

- 05.00 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)  
06.55 «АНАКОНДА». (16+)  
08.30 «КИНГ КОНГ». (16+)  
11.55 «МОНСТРО». (16+)  
13.20 «ИСТОРИЯ ОДНОГО ВАМПИРА». (16+)  
15.15 «ДРАКУЛА». (16+)  
16.55 «ПРИЗРАК ДОМА НА ХОЛМЕ». (16+)  
19.00 «ДРУГИЕ». (16+) США, Испания, Франция, Италия, 2001 г.  
20.55 «ПИАНИСТ». (16+) Франция, Германия, 2002 г. В ролях: Эдриен Броуди, Томас Кретчман, Фрэнк Финлэй, Морин Липман  
23.35 «ОДЕРЖИМОСТЬ». (18+)  
01.35 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)  
03.20 «ДРУГИЕ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

- 05.30 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ!». (16+)  
07.45 «ПЯТНИЦА». (16+)  
09.10 «ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ». (12+)  
11.00 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (12+)  
13.30, 14.30 «ПАУК». (16+)  
15.30 «СРОЧНО ВЫЙДУ ЗАМУЖ». (16+)  
17.25 «КУРЬЕР ИЗ «РАЯ». (12+)  
19.05, 20.05 «ПАУК». (16+)  
21.05 «ВОСЬМЁРКА». (16+)  
Россия, 2013 г. В ролях: Артур Смольянинов, Вильма Кутавичюте  
22.35 «СТОРОЖ». (16+)  
00.30 «УБЕЖАТЬ, ДОГНАТЬ, ВЛЮБИТЬСЯ». (12+)  
02.05 «ДОМОВОЙ». (6+)  
03.55 «ЛЕГОК НА ПОМИНЕ». (12+)

СУПЕР СУПЕР

- 05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)  
11.00, 11.50, 12.45, 13.35, 14.30, 15.15, 16.05, 17.00  
«ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)  
18.00, 18.50, 19.40, 20.30, 21.20, 22.10 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)  
23.00 «СМЕШАННЫЕ ЧУВСТВА». (16+) Комедия, Россия, 2014 г. В ролях: Александр Ревва, Павел Деревянко, Татьяна Космачева, Артем Сучков  
00.50 «МАЛЬЧИК В ДЕВЧОНКЕ». (16+) Комедия, Великобритания, США, Канада, 2006 г. В ролях: Самира Армстронг, Кевин Зегерс, Шерри Миллер  
02.30, 02.50, 03.15, 03.35, 03.55, 04.35 «ОСТРОВ» (субтитры). (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00, 23.55 День Патриарха. (0+)  
05.10, 04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)  
06.00, 06.30, 14.00, 14.30  
Монастырская кухня. (0+)  
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)  
11.00 Святая Нина. Просветительница Грузии. Цикл: День Ангела. (0+)  
11.30, 20.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)  
12.30 «Свое» с Андреем Даниленко». (6+)  
13.00 Не верю! Разговор с атеистом. (16+)  
15.00, 00.10 Реакция. (12+)  
15.50 Память. (0+)  
16.55 Крест Святой Нины. Цикл: Святых христианского мира. (0+)  
17.30 «ДЕТСКОЕ СЧАСТЬЕ». (6+)  
17.40 «ДВА ФЕДОРА». (0+)  
19.30, 00.50 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)  
21.30 Восход победы. Падение блокады и крымская ловушка. (0+)  
22.25 «ЖИЛА-БЫЛА ДЕВОЧКА». (0+)  
01.50 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)  
02.45 В поисках Бога. (12+)  
03.15 Украина, которую мы любим. (12+)  
03.45 Симон Петр. Цикл: Апостолы. (0+)  
04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 Золотая лихорадка. (16+)  
05.55 13.55 16.05 22.55 PRO-Клип. (16+)  
06.00 11.35 «10 самых горячих клипов дня». (16+)  
06.40 08.35 15.00 18.30 Прогнозы. (16+)  
07.00 Каждое утро. (16+)  
09.00 TOP Чарт Европы плюс. (16+)

- 10.00 Победитель «Битвы фан-клубов». (16+)  
10.30 Прогноз по году. (16+)  
12.20 21.20 # ЯНАМУЗТВ (16+)  
14.00 Золотая дюжина. (16+)  
15.25 Битва фанклубов. (16+)  
16.10 Яндекс.Музыка. (16+)  
17.10 Отпуск без путёвки. (16+)  
19.00 Тик-ток чарт. (16+)  
20.00 Live в кайф. (16+)  
23.00 «10 Sexy». (18+)  
00.00 Наше. Made in Russia! (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.10 «МИЛАШКА». (18+)  
02.50 «ИСПОВЕДЬ НЕВИДИМКИ». (12+)  
05.00 «МОШЕННИКИ». (16+)  
06.45 «ПЕНЕЛОПА». (12+)  
08.40 «ГОЛАЯ ПРАВДА». (16+)  
10.30 «НЕ ШУТИТЕ С ЗОХАНОМ!». (16+)  
12.35 «ОДНОКЛАССНИКИ-2». (16+)  
14.25 «ДЮПЛЕКС». (12+)  
16.00 «ДИКАЯ ШТУЧКА». (16+)  
17.50 «ГАМБИТ». (16+)  
19.30 «МАЛЬЧИК В ДЕВЧОНКЕ». (16+) Комедия, фантазия, мелодрама, Великобритания, Канада, 2006 г.  
21.15 «ЗАКОНУ ТУТ НЕ МЕСТО». (12+)  
23.00 «СЕКС ПО ДРУЖБЕ». (16+)

SONY CHANNEL

- 06.00, 05.35 Голливуд за кадром. (16+)  
06.30 «НА ЧЕСАПИКСКИХ БЕРЕГАХ». (16+)  
07.15, 11.00, 17.10  
Правила моей пекарни. (16+)  
08.10, 14.35 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)  
09.05, 12.40, 18.05 Проект Подиум. (16+)  
09.55, 13.30, 18.55 Правила моей кухни. (16+)  
11.55, 21.40, 03.05 «ДУБЛЬ ДВА». (16+)  
15.30, 16.20, 20.00, 20.50, 23.55, 00.45 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)  
22.25, 02.20 «НОВЫЙ АМСТЕРДАМ». (16+)  
23.10, 01.35 «НЕРЕАЛЬНЫЙ ХОЛОСТЯК». (16+)

ФЕНИКС+ КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00  
«СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+) Сериал. Теленовелла, Португалия, 2019 г.  
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ЛЕСТНИЦА В НЕБЕСА». (16+)  
12.00, 20.00, 04.00 «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+)  
13.00, 21.00, 05.00 «ЖИЗНЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)  
14.00, 22.00, 06.00 «ДЫШИ СО МНОЙ». (16+) Сериал. Мелодрама, Россия, 2010 г. В ролях: Наталия Антонова, Виталий Егоров, Наталья Рудова, Артур Ваха, Наталья Ткаченко  
15.00, 23.00, 07.00 «БЛИЗКИЕ ЛЮДИ». (16+)  
00.00, 01.00 «ПОДРУГА БАНКИРА». (16+)

Православный календарь

27 января

Неделя 34-я по Пятидесятнице. Глас 8.

Отдание праздника Богоявления. Равноап. Нины, просветительницы Грузии.



Преподобных отец, в Синае и Раифе избенных: Исаии, Саввы, Моисея и ученика его Моисея, Иеремии, Павла, Адама, Сергия, Домна, Прокла, Ипатия, Исаака, Макария, Марка, Вениамина, Евсевия, Или и иных с ними. Прп. Иосифа Аналитина Раифского. Прп. Феодула. Прп. Стефана.

Постный день. Разрешается рыба.

«Если мы избавим себя от любви к самим себе, то вся любовь останется для Христа и ближних».

Прп. Паисий Святогорец

Начало года – время для планирования дел на ближайшие 12 месяцев.

**Т**ак почему бы не включить в список важных вопросов перепланировку загородного участка? Если вы давненько об этом задумывались, то сейчас самое время прикинуть, что нужно изменить на даче, чтобы сделать ее еще более комфортной для работы и отдыха. И тогда к началу сезона вы подойдете с четким планом действий, который легко воплотится в жизнь.

## Начнём с «коммуникаций»

Как и с ремонтом дома или квартиры, для начала нужно продумать инженерные особенности перепланировки. Для этого необходимо:

### 1 ОЦЕНИТЬ ИСХОДНЫЙ ЛАНДШАФТ.

Основной идеального расположения грядок и строений является ровная местность. Но в реальности, к сожалению, часто случается с точностью до наоборот, ведь земля – живой организм, которому не чужды холмы и склоны. В случае, если участок расположен на склоне, выбирайте южную или юго-восточную часть для начала планирования участка. В такой ситуации сразу запланируйте наличие дренажных систем, замаскированных в специальные террасы, которые и внешне, и функционально сделают участок более удобным в использовании.

# Время строить планы

Настоящий мужчина должен сделать в жизни три вещи: запустить радиоуправляемый вертолёт, испортить чьи-то лучшие годы и вырастить с ней на огороде картошку.



### 2 ПРОДУМАТЬ ПОЛИВ.

Обеспечение растений водой отнимет кучу времени и сил, если не озадачиться этим заранее. Доступ к кранам, насосам, шлангам должен быть простым и понятным. Если же озаботиться проведением системы капельного полива, этот вопрос надолго перестанет вас волновать. Все заботы сведутся к тому, чтобы вовремя заполнять резервуары водой для отстаивания и включать/выключать систему полива.

### 3 ПРОАНАЛИЗИРОВАТЬ ПОСАДКУ ДЕРЕВЬЕВ.

Выбирая место для посадки будущих кустарников и деревьев, нужно учитывать их максимальные габариты в будущем. Если посаженная в этом году яблоня через 5-6 лет заслонит своей кроной от света стационарный цветник или закроет проход по дорожке, пересадить ее будет не так просто. Лучше сразу выбрать место, комфортное и для вас, и для дерева.

## Создадим план посадок

Все начинается на бумаге. Для начала следует нанести на бумагу максимально полную информацию об особенностях вашего участка: его форму, размеры (в удобном для вас масштабе), написать про кислотность почвы, ориентацию участка и т.д.

Затем следует разбить участок на зоны: садовая зона, огородная, жилая, хозяйственная. Вы даже можете примерно сориентироваться, куда будет падать тень от постройки и деревьев, что в дальнейшем поможет при планировании посадок.

Далее, для наглядности, вырезаем из бумаги полоски и подписываем на них названия растений, которые планируем для по-

садки. Отдельно готовим «технические части участка», к которым можно отнести емкости для полива, компоста. Не бойтесь на бумаге искать новые соседства и сочетания. Переставлять бумажки на столе значительно легче, чем передвигать бочки на участке.

После определения мест для всех зон, можно озадачиться выбором сортов и разновидностей культур.

## Эксперименты с грядками

Больше разнообразия в планирование участка можно внести, сочетая разные виды грядок: ровень с землей, приподнятые, углубленные. Уровень определяется особенностями полива: есть ли возможность поливать грядки ежедневно, есть ли система автоматического полива и др. Например, при отсутствии возможности каждый день поливать культуры лучше их углубить, и наоборот.

Формы грядок могут быть абсолютно разными, но самым важным фактором является удобный доступ. При любой длине, ширины пренебрегать все же не стоит. Она не должна быть больше метра, а оптимальная ширина грядки – от 45 до 60 см. Но в этом вопросе каждый садовод решит для себя, какую грядку ему будет удобнее обслуживать.

## Учитываем севооборот

Этот пункт планирования точно игнорировать нельзя! Пренебрегая севооборотом культур, можно не досчитать килограммов потенциально возможного урожая. Очередность возвращения культуры на прежнее место составляет обычно около четырех лет. Поэтому можно поделить всю площадь на четыре части, заранее предполагая очередность посадки культур.

Существуют таблицы севооборота культур, благодаря которым можно понять и запомнить, какие растения хорошо уживаются рядом друг с другом, а какие лучше рассадить подальше, чтобы они друг друга не «обволакивали».

Например, фасоль и перец – не самая дружная комбинация, зато свекла и капуста точно вместе не пропадут.

Более подробно остановимся на этом вопросе в одном из следующих выпусков, т.к. эта тема требует отдельного внимания.

## СОВЕТ

Нестандартные формы грядок помогут не только распланировать огород, но и визуально его расширить. Не бойтесь экспериментировать!

Подготовила  
Валерия ПАШЕЧКИНА



## УЖЕ В ПРОДАЖЕ! ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:

### КАКОЙ ЯБЛОНЕ ПАРША НЕ СТРАШНА

Основная болезнь яблонь – это парша. Она сильно вредит растениям, поражая и листья, и плоды, значительно снижая урожай, ухудшая зимостойкость и общее состояние. Как же с ней бороться?

### КАК ИЗ СЕМЯН ДЕЛАЮТ СПРИНТЕРОВ

Чем больше выбор, тем сложнее остановиться на чем-то одном. Вот и с семенами та же история. Раньше были обычные семена в пакетиках, а теперь есть инкрустированные, спринтерские, с лазерной стимуляцией и прочие. А какие семена брать сейчас? Давайте разбираться.

### СЕМЕНА ПЕРЕД ПОСЕВОМ: ГРЕТЬ, ТРАВИТЬ ИЛИ МОРОЗИТЬ?

Как показывает опыт, даже в стесненных условиях подоконника можно вырастить отменную рассаду. Одним из первых шагов к успеху является правильная подготовка семян к посеву.

ЖУРНАЛ ВЫХОДИТ 1 РАЗ В МЕСЯЦ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» ПП158

Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях и на сайте Почты России <https://podpiska.pochta.ru>



Правильно подобранное термобельё позволит с комфортом заниматься спортом или просто гулять в холодное время года.

**К**ак выбрать термобельё и что учесть при покупке?



### Параметры выбора

- **Условия эксплуатации:** чем выше уровень предполагаемой активности, тем выше должны быть влагоотводящие свойства термобелья.
- **Температурный диапазон «работы» термобелья:** производители указывают его на упаковке.
- **Состав:** белье для активных занятий спортом чаще всего изготавливают из искусственных материалов (полипропилен, полиэстер, полиамид, полиакрил, эластан, нейлон и т.п.), которые отлично транспортируют влагу; белье для статичной нагрузки – из натуральных тканей (хлопок, шерсть, шелк) в сочетании с синтетическими волокнами, которые согревают и при этом отводят влагу.
- **Крой:** термобелье для спорта имеет различные зоны плетения и специальные вставки для более плотного прилегания; белье для спокойного отдыха может быть более простого кроя, но в любом случае белье должно быть анатомическим (крой мужского и женского белья отличается).
- **Размер:** термобелье должно полностью облегать тело, иначе влага не будет отводиться, а просто стекать по поверхности кожи. Поэтому выбирайте белье точно по размеру.

### Как это работает?

Во время физической нагрузки тело выделяет влагу, которая впитывается в ткань обычного белья и снижает его теплозащитные свойства. На испарение этой влаги и согревание организм расходует массу энергии. Для производства термобелья используются материалы со сложной ячеистой структурой. Влага, попадая в ячейки, быстро отводится с поверхности тела, поэтому на согревание выделенной влаги энергия не тратится и температурный баланс тела не нарушается.

# Вам нужно термобельё?

Наконец-то не стыдно надевать пуховик! А то все лето как-то неудобно было...



### Виды термобелья

#### ДЛЯ АКТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ

Для альпинистов, лыжников, туристов, каякеров, яхтсменов и т.п. и зимой и летом рекомендована синтетика. Только синтетическое белье при непрерывной активной нагрузке обеспечит комфорт и тепло. Исключение – термобелье из шерсти мериносных овец, только эта шерсть отлично впитывает и отводит влагу, гипоаллергенна, не вызывает раздражения кожи, но и стоит недешево.

#### ДЛЯ ЗИМНИХ ВИДОВ СПОРТА

Для зимних видов спорта, например, для горных лыж или сноубординга, лучше выбирать различные варианты полиэстерового термобелья с добавками натуральных или искусственных материалов. При чередовании интенсивной нагрузки (катания) и покоя (подъем на подъемнике) важно, чтобы термобелье не только эвакуировало влагу, но и сохраняло тепло.

#### ДЛЯ СТАТИЧНОЙ НАГРУЗКИ

Для рыбаков, любителей спокойных прогулок и просто для повседневной носки подойдет белье, где в составе преобладают натуральные материалы: хлопок, шерсть, шелк. Обратите внимание на обозначения степени тепла конкретной вещи на упаковке.

### КСТАТИ

Термобелье будет «работать», только если вы соблюдаете правило трех слоев в одежде. Первый слой – базовый (термобелье), второй – утепляющий (флис, натуральные ткани), третий – внешний, защитный (мембранные материалы).



Светлана СИДОРЧУК

## Серия специальных выпусков журналов о здоровье

Дорогие читатели! Мы подготовили для вас серию журналов, посвященных самым популярным темам. Наши выпуски – это полезный и актуальный справочный материал, изложенный понятным языком. Его цель – помочь всем желающим разобраться в вопросах функционирования человеческого организма. Мы подскажем, какие симптомы нельзя оставлять без внимания, чтобы не пропустить заболевание. Посоветуем, как сохранить и приумножить имеющиеся запасы здоровья. Расскажем, каким должен быть образ жизни человека, который хочет прожить долго и счастливо.



### На страницах справочников вы найдете:

- доступные методы самодиагностики;
- рекомендации, как действовать во время острых приступов боли, инсульта, инфаркта и др.;
- советы по меню и режиму питания при том или ином заболевании;
- рекомендации по физической нагрузке при том или ином недуге и для его профилактики;
- проверенные рецепты народной медицины;
- ответы на повседневные и острые вопросы по сохранению здоровья.

ЧИТАЙТЕ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

ВСЕ ВЫПУСКИ В ПРОДАЖЕ

16+ Реклама

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ВНИМАНИЕ! Приобрести все выпуски «Планета здоровья спецвыпуск»\* можно также на сайте [WWW.AVANTA.RU](http://WWW.AVANTA.RU) в разделе «Серии издательства КАРДОС» или по телефону **8 800-100-67-14** (будние дни с 9:00 до 18:00, звонок по России бесплатный). Доставка по всей России.

ООО «АВИКС» (Юр. адрес: 105005, г. Москва, ул. Бауманская, д. 7, стр. 1, Э Антресоль 2, пом. 1, к 17, оф. Д1П, ОГРН 1177746345622).

\* При их наличии на складе

**ПЕРВЫЙ**



22.30 Большая игра. (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.25 «Доброе утро»
- 09.50 Жить здорово! (16+)
- 10.55 Модный приговор. (6+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Время покажет. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Давай поженимся! (16+)
- 16.00 Мужское / Женское. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.40 На самом деле. (16+)
- 19.45 Пусть говорят. (16+)
- 21.00 Время
- 21.30 «ИЩЕЙКА»: НОВЫЙ СЕЗОН. (16+)
- 22.30 Большая игра. (16+)
- 23.30 Вечерний Ургант. (16+)
- 00.10 «Иосиф Бродский. Часть речи». (12+)
- 01.10 Время покажет. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Время покажет. (16+)

**РОССИЯ 1**



09.30 Утро России

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
- 12.40 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «МОРОЗОВА». (12+)
- Умирающий на исповеди рассказал о совершенном в молодости жестоком убийстве женщины с ребёнком.
- 17.00 Вести
- 17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
- 18.40 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «СКЛИФОВСКИЙ». (12+)
- 23.35 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)
- 02.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
- 04.05 «ОБЪЕКТ 11». (16+)

**НТВ**



19.00 Сегодня

- 04.30 «ПАСЕЧНИК». (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 10.00 Сегодня
- 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.25 ДНК. (16+)
- 18.30 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 19.00 Сегодня
- 19.40 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 21.20 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)
- 23.30 Сегодня
- 23.45 ЧП. Расследование. (16+)
- 00.20 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (12+)
- Юные влюблённые Костя и Настя волею обстоятельств оказываются на барже, которая должна вывезти людей из блокадного Ленинграда
- 02.10 Место встречи. (16+)
- 03.50 «ОТДЕЛ 44». (16+)

**СТС**



20.00 «ОСОБНЯК С ПРИВИДЕНИЯМИ». (12+)

- 06.00 05.50 Ералаш. (0+)
- 06.15 «Спирит. Дух свободы». (6+)
- 07.00 «Том и Джерри». (0+)
- 07.35 «Босс-молокосос. Снова в деле». (6+)
- 08.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
- 09.00 «ПСИХОЛОГИНИ». (16+)
- 10.00 «ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ. ДВЕ КРЕПОСТИ». (12+)
- 13.35 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- 18.30 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
- 20.00 «ОСОБНЯК С ПРИВИДЕНИЯМИ». (12+)
- 21.45 «ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ. ВОЗВРАЩЕНИЕ КОРОЛЯ». (12+)
- 01.45 Дело было вечером. (16+)
- 02.40 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
- 04.15 «6 кадров». (16+)
- 05.15 «Куда летишь, Витар?» (0+)
- 05.30 «Королевские зайцы». (0+)

**ТНТ ГУБЕРНИЯ**



22.00 «Студия «Союз». (16+)

- 07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
- 08.00 «Перезагрузка». (16+)
- 08.30 «САШАТАНЯ». (16+)
- 10.00 «Бородина против Бузовой». (16+)
- 11.00 «ОЛЬГА». (16+)
- 13.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 16.00 «Однажды в России». (16+)
- 20.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 21.00 «ПОЛЕТ». (16+)
- 22.00 «Студия «Союз». (16+)
- 23.00 «Пятилетие «Stand up». (16+)
- 00.00 «БОРОДАЧ». (16+)
- 01.00 «ПЛЕЙБОЙ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (18+)
- Частный детектив получает запутанное дело. По просьбе своей напарницы сыщик соглашается взяться за работу. Теперь ему под прикрытием предстоит отправиться в Монако...
- 02.55 «ТНТ-Club». (16+)
- 03.00 «Comedy Баттл». (16+)
- 03.50 «Открытый микрофон». (16+)
- 05.35 «ТНТ. Best». (16+)

**РЕН**



20.00 «ДЖЕК РИЧЕР». (16+)

- 05.00 «Документальный проект». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 Засекреченные списки. (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
- 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Знаете ли вы, что?» (12+)
- 17.00 03.05 «Тайны Чапмана». (16+)
- 18.00 02.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 «ДЖЕК РИЧЕР». (16+)
- 22.35 «Смотреть всем!» (16+)
- 00.30 «ПОВЕЛИТЕЛЬ СТИХИЙ». (0+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

**ПЯТНИЦА**

- 05.00 «Орел и решка. Перезагрузка». (16+)
- 07.20 «Орел и решка. Россия». (16+)
- 08.00 «Орел и решка. Чудеса света-3». (16+)
- 09.00 «Орел и решка. Ивлеева VS Бедняков». (16+)
- 10.00 19.00 20.40 «Четыре свадьбы». (16+)
- 22.10 «Мир наизнанку. Камбоджа». (16+)
- 00.45 «Пятница News». (16+)
- 01.20 «На ножах. Отели». (16+)
- 03.05 «Орел и решка. Неизданное». (16+)

**ЧЕ!**

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.10 «БРАТАНЫ». (16+)
- 08.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
- Подборка топовых видеороликов - самое невероятное, что могло произойти на дороге.
- 09.30 Дорожные войны 2.0. (16+)
- 11.30 Улётное видео. (16+)
- 13.00 +100500. (16+)
- 14.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 16.30 КВН Best. (16+)
- 18.30 Улётное видео. (16+)
- 20.30 +100500. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 01.00 «БРАТАНЫ». (16+)
- 02.50 Улётное видео. (16+)

**ОТР**

- 06.00 «Фигура речи». (12+)
- 06.25 17.05 02.45 «Пять причин поехать в...» (12+)
- 06.50 17.20 18.05 «ОСТРОВ НЕУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
- 08.20 15.15 «Календарь». (12+)
- 09.10 16.30 «Врачи». (12+)
- 09.35 16.05 «Среда обитания». (12+)
- 10.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 19.00 20.00 22.00 Новости
- 10.10 22.05 «ИНКАССАТОРЫ». (16+)
- 12.10 13.20 20.05 01.00 «ОТРАЖЕНИЕ»
- 19.20 23.50 «ПравДа?» (12+)

**Ю**

- 05.10 «Папа попал». (12+)
- 07.25 «Модель ХЛ». (16+)
- 09.35 «Барышня-Крестьянка». (16+)
- 15.40 «Модель ХЛ». (16+)
- 17.40 «Мастершеф». (16+)
- Кулинарное шоу продолжает искать лучшего повара страны. Участников поединка ждут новые испытания, которые определяют: кто на кухне профессионал, а кто только себя таким считает.
- 21.15 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 23.00 «Немножко разведённые». (16+)
- 00.20 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
- 02.05 «Взвешенные люди». (16+)
- 03.40 «МастерШеф Дети». (12+)

**МИР**

- 05.00, 04.40 «ВЫХОЖУ ТЕБЯ ИСКАТЬ». (16+)
- 08.50, 10.10, 18.15, 19.25 «ЧУЖОЙ РАЙОН-3». (16+)
- Сериал. Россия, 2013-2014 гг. В ролях: Денис Рожков, Кирилл Полухин, Игорь Головин, Зоя Буряк
- 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 Новости
- 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 14.10, 17.15, 03.45 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 15.05, 04.15 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 16.15 Мировое соглашение. (16+)
- 21.40 «Игра в кино». (12+)
- 23.25 Всемирные игры разума. (12+)
- 00.15 «МАРГАРИТА НАЗАРОВА». (16+)

**ПОБЕДА**

- 05.30 «Путь к Победе». (16+)
- 06.30 «ВЫСОТА 89». (16+)
- 08.20 «РАЗВЕДЧИЦЫ». (16+)
- 11.50 «28 ПАНОФИЛОВЦЕВ». (12+)
- 13.40 «СОБИБОР». (16+)
- 15.40 «О ТЕХ, КОГО ПОМНЮ И ЛЮБЛЮ». (12+)
- 17.00 «ЗАСТАВА ЖИЛИНА». (16+)
- 21.20 «ПРИВЕТ ОТ «КАТЮШИ». (12+)
- Сериал. Военная драма, Россия, 2012 г.
- 23.00 «Путь к Победе». (16+)
- 00.10 «РУБЕЖ». (16+)
- 01.40 «ХРОНИКА ПИКИРУЮЩЕГО БОМБАРДИРОВЩИКА». (12+)
- 03.00 «СОЛДАТЫ». (12+)
- 04.40 Неизвестная война. «Партизаны. Война в тылу врага». (16+)

**ДЕТСКИЕ**

**КАНАЛ DISNEY**

- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
- 05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
- 06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
- 07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 07.50 «Пёс Пэт». (6+)
- 08.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Пёс Пэт». (6+)
- 11.20 «Кунг-фу Панда: Лапки судьбы». (6+)
- 12.00 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)
- 13.00 «Финес и Ферб». (6+)
- 14.00 «С приветом по планетам». (12+)
- 14.30 «Травити Фолз». (12+)
- 15.30 «Кунг-фу Панда: Лапки судьбы». (6+)
- 16.00 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
- 17.05 «Приключения Кота в сапогах». (6+)
- 17.50 «Большой кошачий побег». (6+)
- 19.30 «Лило и Стич-2: Большая проблема Стича». (0+)
- 20.55 «История игрушек» (6+)
- 21.25 «ОТЕЛЬ Трансильвания». (12+)
- 22.40 «ВОЛШЕБНИКИ ИЗ ВЭЙВЕРЛИ ПЛЭЙС». (6+)
- 00.00 «ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ!». (6+)
- 01.20 «СОБАКА ТОЧКА КОМ». (6+)
- 02.30 «Стражи Галактики». (12+)
- 03.40 «Амфибия». (12+)
- 04.25 Музыка на Канале Disney. (6+)

**КАРУСЕЛЬ**

- 05.00 Ранние птицы. (0+)
- 06.55 «Жужжалка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Жужжалка». (0+)
- 07.40 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.30 «Китти не кошка». (6+)
- 08.55 «Лунтик и его друзья». (0+)
- 09.30 «Высокая горка». (0+)
- 09.55 «Чудо-скриница». (0+)
- 10.15 «Урок плавания». (0+)
- 10.20 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)
- 10.45 Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить. (6+)
- 11.10 «Фиксики». (0+)
- 11.45 «Роботы-поезда». (0+)
- 12.15 «Тобот Атлон». (6+)
- 12.45 «Дикие скричеры!» (6+)
- 13.10 «Ниндзяго». (6+)
- 13.35 «Тайны Медовой долины». (0+)
- 13.55 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)
- 14.00 Навигатор. Новости. (0+)
- 14.10 «Семья Трефилов». (0+)
- 14.30 «Четверо в кубе». (0+)
- 15.40 «Трам-пам-пам». (0+)
- 16.05 Курьёз не всерьёз! (0+)
- 16.10 «Ангел Бэби». (0+)
- 16.40 «Барби: Дримтопия». (0+)
- 17.00 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)
- 17.10 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 18.20 «Лео и Тиг» (0+)
- 18.25 «Оранжевая корова». (0+)
- 19.15 «Пластинки». (0+)
- 19.20 «Сказочный патруль». (0+)
- 20.15 «Май Литтл Пони». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Три кота». (0+)
- 22.00 «Бен 10». (12+)
- 22.30 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (0+)
- 23.15 «Гормити». (6+)

**ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ**

**DISCOVERY CHANNEL**

- 06.00 Спасатели-тяжеловесы. (16+)
- 06.45 Битвы кладоискателей. (12+)
- 07.10 Выгодная рухлядь. (12+)
- 07.35 Крутой тюнинг. (12+)
- 08.25, 08.50 Грязные деньги. (12+)
- 09.15, 09.41 Как это устроено? (12+)
- 10.06 Махинаторы. (12+)
- 10.57 Взрывающая историю. (12+)
- 11.48, 12.39 Убитые тачки. (12+)
- 13.30 Как это сделано? Спецвыпуск: турбо. (12+)
- 14.21 Музейные загадки. (12+)
- 15.12 Крутой тюнинг. (12+)
- 16.03, 16.29 Битвы кладоискателей. (12+)
- 16.54 Железная дорога Аляски. (12+)
- 17.45 Махинаторы. (12+)
- 18.36, 19.02 Короли аукционов. (12+)
- 19.27, 19.53 Как это устроено? (12+)
- 20.18 Крутой тюнинг. (12+)
- 21.09, 21.35 Охотники за складами. (16+)
- 22.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 22.51 Выжить вместе. (16+)
- 23.42 Музейные загадки. (12+)
- 00.33 Железная дорога Австралии. (12+)
- 01.24 Взрывающая историю. (12+)
- 02.10 Махинаторы. (12+)
- 02.56, 03.19 Как это устроено? (12+)
- 03.42, 04.05 Короли аукционов. (12+)
- 04.28 Выжить вместе. (16+)

**VIASAT HISTORY**

- 06.00 Даты, вошедшие в историю. (12+)
- 06.25, 07.10 Музейные тайны. (12+)
- 07.55, 08.45, 09.35 Запретная история. (12+)
- 10.25 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+)
- 11.20 Вена: империя, династия и мечта. (12+)
- 12.10 Коварная Земля. (12+)
- 13.00 Расшифровка тайн. (12+)
- 13.45 Последний поход викингов. (12+)
- 14.40 Сканирование Нила. (12+)
- 15.35 Замки - оплоты силы. (12+)
- 16.35 Боевые корабли. (12+)
- 17.25 Поля сражений. (12+)
- 18.20 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+)
- 19.15 Критская операция. (12+)
- 20.10 Расшифровка тайн. (12+)
- 21.00 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 22.00 Невидимые города Италии. (12+)
- 22.45 В поисках «Восточного экспресса». (12+)
- 23.30 Последний поход викингов. (12+)
- 00.25 Сканирование Нила. (12+)
- 01.20 Замки - оплоты силы. (12+)
- 02.15 Боевые корабли. (12+)
- 03.05, 03.55 Тайны музеев. (12+)
- 04.40 Запретная история. (12+)

**NATIONAL GEOGRAPHIC NG**

- 04.55 Авто-SOS. (16+)
- 05.05 Осушить океан: Мексиканский залив. (16+)
- 06.00, 06.45 Инстинкт выживания. (16+)
- 07.35 Путешествия с Гордоном Рамзи: Побережье Гавайев: Хана. (16+)
- 08.25 Авто-SOS. (16+)
- 09.15 Ледяная дорога. (16+)
- 10.05 Настоящий суперкар. (16+)
- 10.55, 11.20 Сделать за один день. (16+)
- 11.45 Инстинкт выживания. (16+)
- 12.35 Дикий тунец: Север против Юга. (16+)
- 13.25 Дикий тунец. (16+)
- 14.15 Авто-SOS. (16+)
- 15.05 Эпоклоключения за границей. (16+)
- 15.55 Расследования авиакатастроф. (16+)
- 16.45 Дикий тунец: Север против Юга. (16+)
- 17.35 Путешествия с Гордоном Рамзи: Побережье Гавайев: Хана. (16+)
- 18.25, 18.50 Фабрика еды. (16+)
- 19.20, 20.10 Расследования авиакатастроф. (16+)
- 21.00 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
- 21.50 В поисках Амелии. (16+)
- 23.35 Сборник «Игр разума». (16+)
- 00.25, 01.15 Расследования авиакатастроф. (16+)
- 02.00, 02.45 Авто-SOS. (16+)
- 03.30 Расследования авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМОСТИ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Сериалы (0+) рекомендуется детям любого возраста. (6+) не рекомендуется детям до 6 лет. (12+) не рекомендуется детям до 12 лет. (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет. (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

РОССИЯ К  
Культура



13.50 Абсолютный слух

- 06.30 07.00 07.30 10.00 15.00  
19.30 23.40 Новости
- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 20.05 «Правила жизни»
- 07.35 18.40 00.00 «Настоящая война престолов»
- 08.25 Легенды мирового кино
- 08.50 16.30 «ТАЙНИК У КРАСНЫХ КАМНЕЙ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.45 ХХ век
- 12.15 «Дороги мастеров»
- 12.25 22.15 «ИДИОТ»
- 13.20 «Живая вселенная»
- 13.50 Абсолютный слух
- 14.30 «Я не боюсь, я музыкант»
- 15.05 Новости. Подробно
- 15.20 «Пряничный домик»
- 15.45 «2 Верник 2»
- 17.40 «Роман в камне»
- 18.10 Э. Элгар. Серенада
- 19.45 Главная роль
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 «Кавказская пленница»
- 21.35 «Энигма»
- 23.10 «Иосиф Бродский»

ТВЦ ТВЦ



08.40 «БЕЗ СРОКА ДАВНОСТИ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «БЕЗ СРОКА ДАВНОСТИ». (12+)
- 10.40 «Александра Завьялова. Затворница». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «СЛЕДСТВИЕ ЛЮБВИ». (16+)
- 16.55 Хроники московского быта. (12+)
- 17.50 События
- 18.10 «ИСЧЕЗАЮЩИЕ СЛЕДЫ». (16+)
- 22.00 События
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Актерские драмы». (12+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 Петровка, 38. (16+)
- 00.55 «Политические тяжеловесы». (16+)
- 01.35 Хроники московского быта. (12+)

ТВ-3 ТВ-3



23.00 «ВИКИНГИ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Вернувшиеся. (16+)
- 12.25 Гадалка. (16+)
- 14.40 Мистические истории. (16+)
- 15.45 Гадалка. (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 20.15 «ЛЮЦИФЕР». (16+)
- Убит известный владелец недвижимости Дино Купер. Куперу принадлежала не только половина Лос-Анджелеса, но и квартал, в котором находился «Лакс». Хлоя и Люцифер начинают расследование.
- 23.00 «ВИКИНГИ». (16+)
- Дружина Хорика, которого поддерживает Рагнар, и Борга, которого поддерживает Ролло, сходятся в кровавой битве. Много храбрых воинов погибает, но ни одна из сторон не одерживает победу. Ролло сдаётся своему брату.
- 03.30 «Властители». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

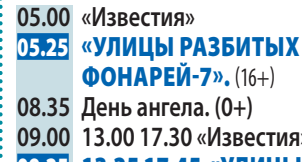
ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ



14.25 «Знахарка». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.25 Давай разведёмся! (16+)
- 09.35 Тест на отцовство. (16+)
- 11.45 «Реальная мистика». (16+)
- 12.50 «Понять. Простить». (16+)
- 13.55 «Порча». (16+)
- 14.25 «Знахарка». (16+)
- 15.00 «ЛЮБОВЬ В РОЗЫСКЕ». (16+)
- 19.00 «О ЧЁМ НЕ РАССКАЖЕТ РЕКА». (16+)
- 23.05 «ПОДКИДЫШИ». (16+)
- 01.10 «Порча». (16+)
- 01.40 «Знахарка». (16+)
- 02.10 «Понять. Простить». (16+)
- 03.05 «Реальная мистика». (16+)
- 03.55 Тест на отцовство. (16+)
- 05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 06.25 «6 кадров». (16+)

5 5-й КАНАЛ



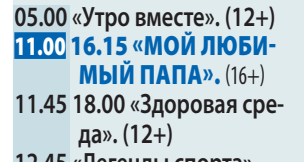
05.00 «Известия»  
05.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-7». (16+)

- 08.35 День ангела. (0+)
- 09.00 13.00 17.30 «Известия»
- 09.25 13.25 17.45 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-7». (16+)
- 19.10 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
- 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 01.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- 03.25 «Известия»
- 03.35 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

★ ЗВЕЗДА

- 06.00 «Сегодня утром». (12+)
- 08.00 13.00 18.00 21.15  
Новости дня
- 08.15 «Сделано в СССР». (6+)
- 08.35 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
- 08.50 «Колеса Страны Советов». (0+)
- 09.40 10.05 13.15 14.05  
«БРАТ ЗА БРАТА». (16+)
- 10.00 14.00 Военные новости
- 18.50 «Афганистан». (12+)
- 19.40 «Легенды космоса». (6+)
- 20.25 «Код доступа». (12+)
- 21.25 «Открытый эфир». (12+)
- 23.05 «Между тем». (12+)
- 23.40 «БЛОКАДА». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)  
11.00 16.15 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА». (16+)

- 11.45 18.00 «Здоровая среда». (12+)
- 12.45 «Легенды спорта». (12+)
- 13.15 15.45 «Воронежские спасатели». (12+)
- 13.30 03.45 «Открытая наука». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30  
«Губернские новости». (12+)
- 14.15 «Документальное кино». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 04.15 «Мастер-класс». (12+)
- 17.00 01.15 «Заметные люди». (12+)
- 17.45 «Область спорта». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Вечер вместе». (12+)
- 19.45 20.45 00.45 «Общее дело». (12+)
- 20.00 22.00 01.00 «Современники. Наше время». (12+)
- 20.15 22.15 03.15  
«Up&Down». (12+)
- 21.45 «Мастера». (12+)
- 22.45 «ГОСУДАРЫНЯ И РАЗБОЙНИК». (12+)
- 00.15 «Живые символы планеты». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 08.55 12.00 13.45 15.10  
16.45 18.30 21.55 Новости
- 06.05 12.05 14.45 18.35 22.05  
01.00 Все на Матч!
- 09.00 Профессиональный бокс. (16+)
- 10.00 «Виктор Царёв. Капитан великой команды». (12+)
- 11.00 «Идеальные соперники. «Алания» и «Спартак». (12+)
- 11.30 «Большой хоккей» (12+)
- 12.45 Смешанные единоборства. (16+)
- 13.50 «Тайны боевых искусств». (16+)
- 15.15 Еврофутбол. Обзор. (0+)
- 16.15 16.50 «В КЛЕТКЕ». (16+)
- 19.25 Хоккей. «Спартак» (Москва) - «Металлург» (Магнитогорск). КХЛ
- 22.35 «Точная ставка». (16+)
- 22.55 Футбол. «Аякс» - «Виллем II». Чемпионат Нидерландов
- 02.00 Баскетбол. «Химки» (Россия) - «Фенербахче» (Турция). Евролига. Мужчины. (0+)
- 01.05, 01.45 Биатлон. Кубок мира. Антхольц. Женщины. (6+)
- 02.30, 03.00, 10.30, 11.00  
Лыжное двоеборье. Кубок мира. Лакти. (12+)
- 03.30, 04.00, 07.00, 07.30  
Горные лыжи. Кубок мира. Шладминг. Мужчины. Слалом. (12+)
- 05.00, 11.30, 15.30, 21.05  
Снукер. German Masters. (6+)
- 08.15 Биатлон. Кубок мира. Антхольц. Мужчины. Индивидуальная гонка. (6+)
- 09.15 Биатлон. Кубок мира. Антхольц. Мужчины. Эстафета. (6+)
- 10.00 Биатлон. Кубок мира. Антхольц. Мужчины. Масс-старт. (6+)
- 12.25 Снукер. German Masters. 1-й раунд. Прямая трансляция. (6+)
- 16.55, 21.55 Снукер. German Masters. 2-й раунд. Прямая трансляция. (6+)
- 20.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Лакти. HS 130. Команды. (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ
- 05.00 Сделано в 90-х. (16+)
- 05.55 13.55 16.25 00.05 PRO-Клип. (16+)
- 06.00 11.35 16.30 «10 клипов дня». (16+)
- 06.40 08.35 15.00 18.30 Про-новости. (16+)
- 07.00 Каждое утро. (16+)
- 09.00 Русский чарт. (16+)
- 10.00 Победитель «Битвы фан-клубов». (16+)
- 10.30 Ждите ответа. (16+)
- 12.20 Лайкер. (16+)
- 14.00 Тик-ток чарт. (16+)
- 15.25 Битва фанклубов. (16+)
- 17.15 # ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 19.00 TOP Чарт Европы плюс. (16+)
- 20.00 Дискотека «Золотые хиты»-2020. (16+)
- 23.05 Прогноз по году. (16+)
- 00.10 Неспипнер. (16+)
- 02.00 Караокинг. (16+)
- 04.00 Наше. Made in Russia! (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV 1000 TV 1000
- 05.00 «ДРАКУЛА». (16+)
- 06.25 «ПИАНИСТ». (16+)
- 09.00 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)
- 10.50 «ПРИЗРАК ДОМА НА ХОЛМЕ». (16+)
- 12.55 «УМИЦА УИЛЛ ХАНТИНГ». (16+)
- 15.10 «ДРУГИЕ». (16+)
- 17.05 «ДИТЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ». (16+)
- 19.00 «МОРСКОЙ БОЙ». (12+)
- 21.20 «РАЙОН № 9». (16+)
- ЮАР, 2009 г. В ролях: Шарлотта Копли, Джейсон Коуп, Натали Болтт, Сильвен Страйк, Элизабет Мкандави
- 23.15 «БЛИЗКИЕ КОНТАКТЫ ТРЕТЬЕЙ СТЕПЕНИ». (6+)
- 01.50 «ПРИЗРАК ДОМА НА ХОЛМЕ». (16+)
- 03.35 «ДИТЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ». (16+)
- TV 1000 РУССКОЕ КИНО
- 05.30 «СТОРОЖ». (16+)
- 07.20 «Урфин Джус и его деревянные солдаты». Мультфильм. (6+)
- 09.05 «ВОСЬМЁРКА». (16+)
- 10.35 «КОЛЛЕКТОР». (16+)
- 11.55 «КУРЬЕР ИЗ «РАЯ». (12+)
- 13.30, 14.25 «ПАУК». (16+)
- 15.25 «ПЯТНИЦА». (16+)
- 17.00 «ВЕЧНАЯ ЖИЗНЬ АЛЕКСАНДРА ХРИСТОФОРОВА». (16+)
- 19.00, 20.00 «ПАУК». (16+)
- 21.00 «ТЕРРИТОРИЯ». (12+)
- Россия, 2014 г.
- 23.45 «ИСТОРИЯ ОДНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+) Россия, 2018 г.
- 01.45 «ЗАВИСТЬ БОГОВ». (16+)
- 03.55 «НЕПРОЩЁННЫЙ». (16+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 05.40 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПЕТРОВА И ВАСЕЧКИНА, ОБЫКНОВЕННЫЕ И НЕВЕРОЯТНЫЕ». (6+)
- 07.00 «Ералаш». (6+)
- 07.25 «Волки и овцы: б-е-е-е-зумное превращение». Мультфильм. (6+)
- 09.00 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
- 10.30 «СВАТЫ». (16+)
- 14.20 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 15.15 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 19.15 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «ПРИХОДИТЕ ЗАВТРА...» (12+)
- 00.50 «ДЕЖА ВЮ». (16+)
- 02.45 Золотая коллекция киностудии Горького. «О ЛЮБВИ». (12+)
- 04.00 «МЕНЯЛЫ». (16+)
- СУПЕР СУПЕР
- 05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 11.00, 11.50, 12.40, 13.35, 14.25, 15.20, 16.15, 17.05  
«ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
- 18.00, 18.50, 19.40, 20.30, 21.20, 22.10 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
- 23.00 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (16+) Комедия, Великобритания, США, Канада, 2006 г. В ролях: Самира Армстронг, Кевин Зегерс, Шерри Миллер, Роберт Джой
- 01.00 «ХОЧУ КАК ТЫ». (16+)
- Фантастическая комедия, США, 2011 г. В ролях: Райан Рейнольдс, Джейсон Бейтман, Лесли Манн
- 02.55, 03.20, 03.45, 04.10, 04.30 «ОСТРОВ» (субтитры). (16+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 01.00 «ДЕТИ СЕКСУ НЕ ПОМЕХА». (16+)
- 03.25 «КАДРЫ». (12+)
- 05.35 «ТАКИЕ РАЗНЫЕ БЛИЗНЕЦЫ». (12+)
- 07.15 «СЕРДЦЕДЕДКИ». (16+)
- 09.35 «УПРАВЛЕНИЕ ГНЕВОМ». (12+)
- 11.25 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
- 13.15 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
- 15.10 «МАРЛИ И Я». (12+)
- 17.20 «ВСЕ ИЛИ НИЧЕГО». (16+)
- 19.30 «ТАКСИ-5». (18+) Боевик, комедия, криминал, приключения, Франция
- 21.20 «МУВИ 43». (18+) Комедия, США, 2013 г.
- 23.05 «МОШЕННИКИ». (16+)
- SONY CHANNEL
- 06.00, 05.30 Голливуд за кадром. (16+)
- 06.30 «НА ЧЕСАПИКИХ БЕРЕГАХ». (16+)
- 07.15, 11.00, 17.10 Правила моей пекарни. (16+)
- 08.10, 14.35 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
- 09.05, 12.40, 18.05 Проект Подиум. (16+)
- 09.55, 13.30, 18.55 Правила моей кухни. (16+)
- 11.55, 21.40, 03.05 «ДУБЛЬ ДВА». (16+)
- 15.30, 16.20, 20.00, 20.50, 23.55, 00.45 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
- 22.25, 02.20 «НОВЫЙ АМСТЕРДАМ». (16+)
- 23.10, 01.35 «НЕРЕАЛЬНЫЙ ХОЛОСТЯК». (16+)
- 03.50 «ТУРИСТ». (16+)
- ФЕНИКС+ КИНО
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00  
«СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ЛЕСТНИЦА В НЕБЕСА». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ЖИЗНЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДЫШИ СО МНОЙ». (16+)
- 15.00, 23.00 «БЛИЗКИЕ ЛЮДИ». (16+) Сериал. Детектив, Россия, 2005 г. В ролях: Сергей Горобченко, Олег Макаров, Андрей Егоров, Наталья Лесниковская
- 00.00, 01.00 «ПОДРУГА БАНКИРА». (16+)
- 07.00 «ЗАПАСНОЙ ИНСТИНКТ». (16+)
- СТС LOVE СТС LOVE
- 06.00 «Ералаш». (0+)
- 08.50 «ПАПИНЫ ДОЧКИ» (субтитры). (0+) Сериал. Комедия, Россия, 2007 г. Оскорбленный обманом семьи отец собирается немедленно ехать в Красноярск. Даша переходит на сторону Папы, отрекаясь от семьи. Веник оказывается втянут в семейные разборки. Теперь под угрозой разрыва и его брак. Антонов вынужден сидеть с Пуговкой в кафе, пока семья Васнецовых выясняет отношения... (16+)
- 15.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 21.10 6 кадров. (16+)
- 01.00 «РАНЕТКИ». (12+)
- 04.55 «Ералаш». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00, 00.30 День Патриарха. (0+)
- 05.10, 04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 06.00, 06.30, 14.00, 14.30  
Монастырская кухня. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Украина, которую мы любим. (12+)
- 11.30, 20.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
- 12.30 Белые ночи на СПАСЕ. (12+)
- 13.05 Простые чудеса. (12+)
- 15.00, 00.45 Реакция. (12+)
- 15.50 Памяти протоиерея Сергия (Махонина), Настоятеля Храма Сошествия Святого Духа в пос. Первомайское (Старо-Никольское), Новая Москва. (0+)
- 17.40 «ПРОВЕРЕНО, МИН НЕТ». (12+)
- Югославия, СССР, 1965 г. В ролях: Ольга Лысенко, Бранко Плеша, Никола Попович
- 19.30, 01.25 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
- 21.30 Паломничество в вечный город. Апостол Петр. (0+)
- 22.25, 23.30 «ЭТО НАШИ ДЕТИ!» 1 и 2 серии. (12+)
- Сериал. Россия, 2015 г.
- 02.25 Прямая линия жизни. (0+)
- 03.20 И будут двое... (12+)
- 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

28 января  
Неделя 34-я по Пятидесятнице. Глас 8.  
Прп. Павла Фивейского.



Прп. Иоанна Куцника. Прмч. Пансофия. Прпп. Прохора и Гавриила (Серб.). Свт. Герасима, патриарха Александрийского. Сщмч. Михаила пресвитера.  
Поста нет.

«Каждую душу ставит Господь в такое положение, окружает такой обстановкой, которая наиболее способствует ее преуспеянию»  
Прп. Варсонофий (Плиханков)

**7 ПЕРВЫЙ**



21.30 «Своя колея». Лучшее. (16+)

05.00 «Доброе утро»  
09.00 Новости  
09.25 «Доброе утро»  
09.50 Жить здорово! (16+)  
10.55 Модный приговор. (6+)  
12.00 Новости (с субтитрами)  
12.15 Время покажет. (16+)  
15.00 Новости (с субтитрами)  
15.15 Давай поженимся! (16+)  
16.00 Мужское / Женское. (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
18.40 «Человек и закон». (16+)  
19.45 Поле чудес. (16+)  
21.00 Время  
21.30 «Своя колея». Лучшее. (16+)  
23.20 Вечерний Ургант. (16+)  
00.15 «Лорел Каньон». (16+)  
02.50 Модный приговор. (6+)  
03.40 Давай поженимся! (16+)

**РОССИЯ 1**



14.55 «Близкие люди». (12+)

05.00 Утро России  
09.00 Вести. Местное время  
09.30 Утро России  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 Вести  
11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)  
12.40 «60 минут». (12+)  
14.00 Вести  
14.30 Вести. Местное время  
14.55 «Близкие люди». (12+)  
17.00 Вести  
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)  
18.40 «60 минут». (12+)  
20.00 Вести  
21.05 Вести. Местное время  
21.20 «СКЛИФОВСКИЙ». (12+)  
23.30 «Дом культуры и смеха. Скоро весна». (16+)  
02.00 «БРАТСКИЕ УЗЫ». (12+)  
Что важнее - любовь или призвание? Ксюше не нужно выбирать. Ведь у неё есть искренне любящий Саша и любимая работа в больнице.

**НТВ**



17.25 Жди меня. (12+)

04.30 «ПАСЕЧНИК». (16+)  
08.00 Сегодня  
08.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: СМЕРЧ». (16+)  
10.00 Сегодня  
10.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: СМЕРЧ». (16+)  
13.00 Сегодня  
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие  
14.00 Место встречи  
16.00 Сегодня  
16.25 ДНК. (16+)  
17.25 Жди меня. (12+)  
18.20 «БАЛАБОЛ». (16+)  
Саян с Кузнецником выступают консультантами на съемках фильма. Маша крутится там же, очень надеется, что ей дадут роль.  
19.00 Сегодня  
19.40 «БАЛАБОЛ». (16+)  
21.20 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)  
23.30 «Своя правда» с Романом Бабаюном. (16+)  
01.20 Квартирный вопрос. (0+)  
02.25 «ОТДЕЛ 44». (16+)

**СТС**



21.00 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)

06.00 Ералаш. (6+)  
06.15 «Спирит. Дух свободы». (6+)  
07.00 «Том и Джерри». (0+)  
07.35 «Босс-молокосос. Снова в деле». (6+)  
08.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)  
09.00 «ПСИХОЛОГИНИ». (16+)  
10.00 «ВЛАСТЕЛИН КОРОЛЯ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (12+)  
14.00 «ОСОБНЯК С ПРИВИДЕНИЯМИ». (12+)  
15.45 Уральские пельмени. (16+)  
16.20 Шоу «Уральских пельменей». (16+)  
21.00 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)  
23.35 «ГРАВИТАЦИЯ». (12+)  
01.20 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ». (18+)  
03.00 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)  
04.55 «6 кадров». (16+)  
05.15 Мультфильмы. (0+)  
05.50 Ералаш. (6+)

**ТНТ ГУБЕРНИЯ**



22.00 «Comedy Баттл». (16+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)  
08.00 «САШАТАНЯ». (16+)  
10.00 «Бородина против Бузовой». (16+)  
11.00 «ОЛЬГА». (16+)  
13.00 «Золото Геленджика». (16+)  
14.00 «САШАТАНЯ». (16+)  
16.00 «Однажды в России». (16+)  
21.00 «Комеди Клуб». (16+)  
22.00 «Comedy Баттл». (16+)  
23.00 «Импровизация. Команды». (16+)  
00.00 «БОРОДАЧ». (16+)  
01.00 «Такое кино!» (16+)  
01.30 «СЕМЬ УЖИНОВ». (12+)  
Ради спасения брака Женя отчаянно предлагает супруге Алене отужинать вместе напоследок. Причем не один раз, а семь, и в необычных ситуациях: при посторонних, молча... Зачем?  
03.05 «Comedy Баттл». (16+)  
03.55 «Открытый микрофон». (16+)  
05.35 «ТНТ. Best». (16+)

**РЕН**



20.00 «ДЖЕК РИЧЕР-2: НИКОГДА НЕ ВОЗВРАЩАЙСЯ». (16+)

04.45 «Военная тайна». (16+)  
06.00 «Документальный проект». (16+)  
07.00 «С бодрим утром!» (16+)  
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)  
11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)  
12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)  
13.00 «Загадки человечества». (16+)  
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)  
15.00 Засекреченные списки. (16+)  
17.00 «Тайны Чапман». (16+)  
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
20.00 «ДЖЕК РИЧЕР-2: НИКОГДА НЕ ВОЗВРАЩАЙСЯ». (16+)  
22.20 «ОДИННАЦАТЬ ДРУЗЕЙ ОУШЕНА». (16+)  
00.40 «ДВЕНАДЦАТЬ ДРУЗЕЙ ОУШЕНА». (16+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

**ПЯТНИЦА**

05.00 «Орел и решка. Перегрузка». (16+)  
07.20 «Орел и решка. Россия». (16+)  
08.10 «Мир наизнанку. Вьетнам». (16+)  
10.00 «Мир наизнанку. Индонезия». (16+)  
16.30 «Мир наизнанку. Индия». (16+)  
20.00 «АПГРЕЙД». (16+)  
22.00 «ЗЕЛЕННЫЙ ШЕРШЕНЬ». (16+)  
00.10 «Пятница News». (16+)  
00.45 «Орел и решка. Незданное». (16+)  
01.35 «Орел и решка. Америка». (16+)

**Ю**

05.05 «Папа попал». (12+)  
07.25 «Модель XL». (16+)  
09.15 «МастерШеф». (16+)  
18.10 «Беременная в 16». (16+)  
В каждом эпизоде мы будем знакомиться с историей одной героини: как случилось, что она забеременела, как воспримут новость о ребенке ее родители и будущий отец, как изменится ее жизнь после родов...  
21.15 «Я стесняюсь своего тела». (16+)  
23.00 «Немножко разведённые». (16+)  
00.20 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)  
02.05 «Взвешенные люди». (16+)  
03.40 «МастерШеф Дети». (12+)

**ЧЕ!**

06.00 Улётное видео. (16+)  
06.10 «БРАТАНЫ!». (16+)  
08.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)  
09.30 Дорожные войны 2.0. (16+)  
11.30 Улётное видео. (16+)  
13.00 +100500. (16+)  
14.30 «ВОРОНИНЫ!». (16+)  
16.30 KVN Best. (16+)  
18.30 Улётное видео. (16+)  
20.30 +100500. (16+)  
23.00 «ЭКИПАЖ». (18+)  
США, 2012 г.  
Драматический триллер. В ролях: Дензел Вашингтон, Келли Райлли.  
01.50 «БРАТАНЫ!». (16+)  
03.30 Улётное видео. (16+)

**МИР**

05.00 «ВЫХОЖУ ТЕБЯ ИСКАТЬ». (16+)  
08.40, 10.20, 17.00 «ЧУЖОЙ РАЙОН-3». (16+)  
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Новости  
10.10 В гостях у цифры. (12+)  
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)  
14.10, 16.20 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)  
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)  
19.15 «Слабое звено». (12+)  
20.15 «Игра в кино». (12+)  
21.00 Всемирные игры разума. (12+)  
21.40 «ВИЙ». (6+)  
23.10 «БЕГЛЕЦЫ!». (16+)  
01.00 «ПРЕФЕРАНС ПО ПЯТИЦАМ!». (16+)  
02.25 «ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА» (12+)  
03.55 Мультфильмы. (0+)

**ОТР**

06.00 17.05 «Потомки». (12+)  
06.40 10.10 «Большая страна». (12+)  
06.50 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ!». (16+)  
08.20 15.15 «Календарь»  
09.10 16.30 «Домашние животные». (12+)  
09.35 16.05 «Среда обитания». (12+)  
10.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 19.00 20.00 Новости  
10.25 22.35 «ЗВЕЗДОПАД». (12+)  
12.10 13.20 20.05 «ОТражение»  
17.35 18.05 «НЕ ЧУЖИЕ». (16+)  
19.20 «За дело!» (12+)  
22.05 «Имею право!» (12+)  
00.05 «ЗАКАЗ». (16+)

**ПОБЕДА**

05.30 «Путь к Победе». (16+)  
06.30 «ЗАСТАВА ЖИЛИНА». (16+)  
10.50 «ДЕНЬ КОМАНДИРА ДИВИЗИИ!». (12+)  
12.20 «ЗДЕСЬ ТВОЙ ФРОНТ». (16+)  
13.40 «ТАНКИ!». (16+)  
15.20 «РУБЕЖ!». (16+)  
17.00 «ЗАСТАВА ЖИЛИНА». (16+)  
21.20 «ПРИВЕТ ОТ «КАТЮШИ!». (12+)  
23.00 «Путь к Победе». (16+)  
00.10 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД!». (12+)  
01.30 «ЕДИНИЧКА!». (16+)  
03.20 «СМЕЛОГО ПУЛЯ БОИТСЯ!». (12+)  
04.40 Незвестная война. «На Востоке». (16+)

## ДЕТСКИЕ

**КАНАЛ DISNEY**

05.00, 04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)  
05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)  
05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)  
06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)  
06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)  
06.50 «Чудеса на виражах». (0+)  
07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)  
07.50 «Пёс Пэт». (6+)  
08.00 Доброе утро с Микки. (0+)  
11.00 «Леонардо: Миссия Мона Лиза». (6+)  
12.45 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)  
17.45 «В гости к Робинсонам». (0+)  
19.30 «Новые приключения Стича». (0+)  
20.45 «Лерой и Стич». (6+)  
22.15 «ПОСЛЕДНИЙ ДРАКОН: В ПОИСКАХ МАГИЧЕСКОЙ ЖЕМЧУЖИНЫ!». (0+)  
00.05 «ДОРОГА ДОМОЙ: НЕВЕРоятные ПУТЕШЕСТВИЯ». (6+)  
01.40 «ДОРОГА ДОМОЙ-2: ПОТЕРЯННЫЕ В САНОФранциско». (6+)  
03.05 «101 далматинец». (6+)  
03.30 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)  
03.55 «Тимон и Пумба». (6+)

**КАРУСЕЛЬ**

07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.30 «Жужжалка». (0+)  
07.40 «Маша и Медведь». (0+)  
08.30 «Китти не кошка». (6+)  
08.55 «Лунтик и его друзья». (0+)  
09.30 «Бременские музыканты». (0+)  
09.50 «По следам бременских музыкантов». (0+)  
10.10 «Кани и Симба». (6+)  
10.20 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)  
10.45 «Студия Каляки-Малыки». (0+)  
11.10 «Фиксики». (0+)  
11.45 «Роботы-поезда». (0+)  
12.15 «Тобот Атлон». (6+)  
12.45 «Дикое скричеры!» (6+)  
13.10 «Ниндзяго». (6+)  
13.35 «Тайны Медовой долины». (0+)  
13.55 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)  
14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)  
14.10 «Семья Трефликов». (0+)  
14.30 «Буба». (6+)  
15.40 «Букабу». (0+)  
15.55 Курьёз не всерьёз! (0+)  
16.00 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)  
16.40 «Приключения Барби в доме мечты». (0+)  
17.00 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)  
17.10 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
18.20 «Лео и Тиг». (0+)  
18.25 «Зебра в клеточку». (0+)  
19.15 «Пластинки». (0+)  
19.20 «Снежный патруль. Хроники чудес». (0+)  
20.10 «Смай Литтл Пони». (0+)  
20.30 «Плохойной ночи, малыши!» (0+)  
20.45 «Оранжевая корова». (0+)  
22.30 «С.О.Б.Е.З.» (6+)  
22.55 «Инфинити Надо». (6+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

**DISCOVERY CHANNEL**

06.00 Спасатели-тяжеловесы. (16+)  
06.45, 07.10 Выгодная рухлядь. (12+)  
07.35 Крутой тюнинг. (12+)  
08.25, 08.50 Грязные деньги. (12+)  
09.15, 09.41 Как это устроено? (12+)  
10.06 Махинаторы. (12+)  
10.57 Взрывая историю. (12+)  
11.48 Золотая лихорадка. (16+)  
12.39 Аляска: последний рубеж. (16+)  
13.30 Как это сделано? Спецвыпуск: турбо. (12+)  
14.21 Музейные загадки. (12+)  
15.12 Крутой тюнинг. (12+)  
16.03, 16.29 Битвы кладовщиков. (12+)  
16.54 Железная дорога Аляски. (12+)  
17.45 Махинаторы. (12+)  
18.36, 19.02 Короли аукционов. (12+)  
19.27, 19.53 Как это устроено? (12+)  
20.18 Крутой тюнинг. (12+)  
21.09, 21.35 Охотники за складами. (16+)  
22.00 Аляска: последний рубеж. (16+)  
22.51 Голые и напуганные. (16+)  
23.42 Музейные загадки. (12+)  
00.33 Железная дорога Австралии. (12+)  
01.24 Взрывая историю. (12+)  
02.10 Махинаторы. (12+)  
02.56, 03.19 Как это устроено? (12+)  
03.42, 04.05 Короли аукционов. (12+)

**VIASAT HISTORY**

06.05, 06.50, 07.35 Музейные тайны. (12+)  
08.20, 09.00, 09.50 Запретная история. (12+)  
10.35 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+)  
11.30 Расшифрованные сокровища. (12+)  
12.20 Коварная Земля (12+)  
13.10 Расшифровка тайн. (12+)  
13.55 По следам вождя гуннов Аттилы. (12+)  
14.45 Сканирование Нила. (12+)  
15.40 Генрих VIII: человек, монарх, чудовище. (12+)  
16.30 Боевые корабли. (12+)  
17.20 Поля сражений. (12+)  
18.20 Последний персидский шах. (12+)  
19.20 Критская операция. (12+)  
20.10 Расшифровка тайн. (12+)  
21.00 Расшифрованные сокровища. (12+)  
22.00 Невидимые города Италии. (12+)  
22.45 Высадка на Луне: величайшая фальшивка в истории. (12+)  
23.40 По следам вождя гуннов Аттилы. (12+)  
00.25 Сканирование Нила. (12+)  
01.25 Генрих VIII: человек, монарх, чудовище. (12+)  
02.15 Боевые корабли (12+)  
03.05 Тайны музеев. (12+)  
03.50 Расшифровка тайн. (12+)  
04.35 Запретная история. (12+)  
05.25 Невероятные изобретения. (12+)

**NATIONAL GEOGRAPHIC NG**

04.55 Авто-SOS. (16+)  
05.00 Осушить океан. (16+)  
06.00, 06.45 Инстинкт выживания. (16+)  
07.35 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+)  
08.25 Авто-SOS. (16+)  
09.15 Ледяная дорога. (16+)  
10.05 Настоящий суперкар. (16+)  
10.55, 11.20 Сделать за один день. (16+)  
11.45 Инстинкт выживания. (16+)  
12.35 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)  
13.25 Дикий тулец. (16+)  
14.20 Авто-SOS. (16+)  
15.05 Злоключения за границей. (16+)  
15.55 Расследования авиакатастроф. (16+)  
16.45 Расследования авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)  
17.35 Путешествия с Гордоном Рамзи: Могучий Меконг Лаоса. (16+)  
18.30, 18.55 Фабрика еды. (16+)  
19.20, 20.10 Расследования авиакатастроф. (16+)  
21.00 Женщины-воины викингов. (16+)  
21.50 Дайан Фосси: Секреты в тумане: Обратная сторона горы. (16+)  
22.45 Авто-SOS. (16+)  
23.35 Сборник «Игр разума». (16+)  
00.25, 01.15 Расследования авиакатастроф. (16+)  
02.00, 02.45 Авто-SOS. (16+)  
03.30 Мумии, заставшие во времени. (16+)

**РОССИЯ К** **РОССИЯ К**  
Культура



13.50 Власть факта

06.30 07.00 07.30 10.00 15.00  
19.30 23.40 Новости  
06.35 «Пешком...»  
07.05 «Правила жизни»  
07.35 Черные дыры. Белые пятна  
08.25 Легенды мирового кино  
**08.55 «ТАЙНИК У КРАСНЫХ КАМНЕЙ»**  
10.20 Шедевры старого кино  
11.55 «Знамя и оркестр, вперед!..»  
**12.25 22.15 «ИДИОТ»**  
13.20 «Живая вселенная»  
13.50 Власть факта  
14.30 «Я не боюсь, я музыкант»  
15.05 Письма из провинции  
15.35 «Энигма»  
16.15 «Первые в мире»  
**16.30 «СУРОВЫЕ КИЛОМЕТРЫ»**  
18.05 Б. Барток. Дивертисмент  
18.45 «Билет в Большой»  
19.45 «Смехоностальгия»  
20.15 «Марек Хальтер»  
21.00 «Красивая планета»  
21.15 Линия жизни  
23.10 «Иосиф Бродский»

**ТВЦ** **ТВЦ**



20.00 «ЗАБЫТОЕ ПРЕСТУПЛЕНИЕ». (12+)

06.00 «Настроение»  
**08.10 «КОМИССАРША».** (12+)  
11.30 События  
**11.50 «КОМИССАРША».** (12+)  
14.30 События  
14.50 Город новостей  
**15.05 «КОМИССАРША».** (12+)  
17.50 События  
**18.10 «ОПАСНЫЙ КРУИЗ».** (12+)  
**20.00 «ЗАБЫТОЕ ПРЕСТУПЛЕНИЕ».** (12+)  
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой  
23.10 «Александр Иванов. Горькая жизнь пересмешника». (12+)  
**00.10 «НЕ ПОСЛАТЬ ЛИ НАМ ГОНЦА?»** (12+)  
**02.00 «ЖЕНЩИН ОБИЖАТЬ НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ».** (12+)  
03.20 Петровка, 38. (16+)  
**03.35 «БУДНИ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА».** (12+)  
05.00 «10 самых...» (16+)  
05.25 «Смех с доставкой на дом». (12+)

**ТВ-3** **ТВ-3**



14.40 Вернувшиеся. (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)  
09.30 «Слепая». (16+)  
11.15 Новый день. (12+)  
11.50 Гадалка. (16+)  
14.40 Вернувшиеся. (16+)  
15.45 Гадалка. (16+)  
17.25 «Слепая». (16+)  
**19.30 «ПАЗАРЫ».** (16+)  
Южная Корея, 2019 г. Триллер. В ролях: Сон Кан-хо, Ли Сон-гюн, Чо Ё-джон, Чхве У-щик. Семья Ким живет в подвале и перебивается случайными заработками. Однажды друг семьи предлагает старшему сыну работу - репетитором английского языка в богатой семье Паков.  
**22.15 «ОМЕНИ».** (16+)  
**00.30 «УИДЖИ: ДОСКА ДЬЯВОЛА».** (16+)  
**02.00 «УИДЖИ: ПРОКЛЯТИЕ ДОСКИ ДЬЯВОЛА».** (16+)  
03.30 «Знахарки». (16+)  
04.15 Сверхъестественный отбор. (16+)  
05.15 Не ври мне. (12+)

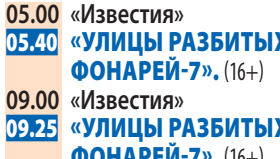
**ДОМАШНИЙ** **ДОМАШНИЙ**



08.10 Давай разведёмся! (16+)

06.30 «б кадров». (16+)  
06.35 По делам несовершеннолетних. (16+)  
08.10 Давай разведёмся! (16+)  
09.20 Тест на отцовство. (16+)  
11.30 «Реальная мистика». (16+)  
12.40 «Понять. Простить». (16+)  
13.45 «Порча». (16+)  
14.15 «Знахарка». (16+)  
**14.50 «ЖЁНЫ НА ТРОПЕ ВОЙНЫ».** (16+)  
**19.00 «БУДЬ ЧТО БУДЕТ».** (16+)  
**23.05 «БЕБИ-БУМ».** (16+)  
01.10 «Порча». (16+)  
01.40 «Знахарка». (16+)  
02.10 «Понять. Простить». (16+)  
03.05 Тест на отцовство. (16+)  
04.45 По делам несовершеннолетних. (16+)  
05.35 Давай разведёмся! (16+)  
06.25 «б кадров». (16+)

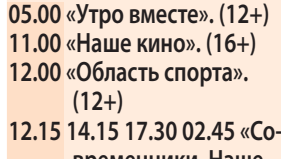
**5** **5-Й КАНАЛ**



05.00 «Известия»  
**05.40 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-7».** (16+)

09.00 «Известия»  
**09.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-7».** (16+)  
**10.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-8».** (16+)  
Россия, 2007 г. Детектив.  
13.00 «Известия»  
**13.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-8».** (16+)  
**18.45 «СЛЕД».** (16+)  
23.45 Светская хроника. (16+)  
**00.45 «СЛЕД».** (16+)  
**01.30 «ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)  
**ЗВЕЗДА**  
06.05 «Сделано в СССР». (6+)  
06.20 «Легенды госбезопасности». (16+)  
**07.20 08.20 «АЛЛЕГРО СО ОГНЕМ».** (12+)  
08.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня  
**09.40 10.05 13.15 14.05 18.40 21.25 «БРАТ ЗА БРАТА-2».** (16+)  
10.00 14.00 Военные новости  
23.10 «Десять фотографий». (6+)  
**00.00 «С ДОНА ВЫДАЧИ НЕТ».** (16+)  
**01.35 «КОЛЬЦО ИЗ АМСТЕРДАМА».** (12+)

**ТВ ГУБЕРНИЯ** **ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ**



05.00 «Утро вместе». (12+)  
11.00 «Наше кино». (16+)

12.00 «Область спорта». (12+)  
12.15 14.15 17.30 02.45 «Современники. Наше время». (12+)  
12.30 16.15 «Общее дело». (12+)  
12.45 00.45 «Мастера». (12+)  
13.00 «Up&Down». (12+)  
13.30 «Открытая наука». (12+)  
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)  
14.30 «День вместе». (12+)  
15.00 «Мастер-класс». (12+)  
15.45 19.45 «Точка зрения ЛДПР». (12+)  
16.30 «Живые символы планеты». (12+)  
17.00 «Формула здоровья». (12+)  
17.45 «Здоровая среда». (12+)  
18.45 03.00 «Собрание сочинений». (12+)  
19.00 «Вечер вместе». (12+)  
20.00 01.00 «Записки из провинции». (12+)  
20.30 01.30 «Звёздное интервью». (12+)  
21.00 02.00 «Точка.ру». (12+)  
21.45 «Малая сцена». (12+)  
**23.30 «ТЕЩА».** (16+)  
**03.15 «СЛОВА».** (12+)

**СПОРТ**

**МАТЧ!** **МАТЧ! ТВ** **EUROSPORT** **EUROSPORT 1**  
06.00 08.55 12.00 14.35 16.45 18.30 22.30 Новости  
06.05 12.05 14.40 18.35 22.35 01.00 Все на Матч!  
09.00 Профессиональный бокс. (16+)  
10.00 Еврофутбол. Обзор. (0+)  
11.00 Все на футбол! Афиша  
11.30 Хоккей. НХЛ. Обзор. (0+)  
13.00 14.55 Лыжный спорт. Кубок мира  
16.15 16.50 «В КЛЕТКЕ». (16+)  
18.55 Мини-футбол. Россия - Армения. Чемпионат Европы-2022. Отборочный турнир  
20.55 Профессиональный бокс. (16+)  
22.55 Футбол. «Лион» - «Бордо». Чемпионат Франции  
02.00 Бобслей и скелетон. Кубок мира. Финал (0+)  
03.00 «The Yard. Большая волна». (12+)  
04.00 Баскетбол. ЦСКА (Россия) - «Бавария» (Германия). Евролига. Мужчины. (0+)  
01.05, 01.50 Биатлон. (6+)  
02.30, 03.00, 07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 19.00, 19.30 Лыжное двоеборье. Кубок мира. (12+)  
03.30, 04.15, 09.00, 09.45, 17.05 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Лахта. (12+)  
05.00, 10.30, 21.05 Снукер. German Masters. (6+)  
11.30, 12.15 Лыжные гонки. Кубок мира. Лахта. (6+)  
13.05 Лыжные гонки. Кубок мира. Фалун. Мужчины. Прямая трансляция. (6+)  
14.30, 15.35, 16.30 Санный спорт. Чемпионат мира. Кенигзее. Прямая трансляция. (12+)  
15.15, 16.10 Горные лыжи. Кубок мира. (12+)  
17.40 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Виллинген. Прямая трансляция. (12+)  
20.00, 20.20, 20.40 Санный спорт. Чемпионат мира. Кенигзее. (12+)  
21.55 Снукер. German Masters. 1/4 финала. Прямая трансляция. (6+)

**МУЗЫКА**

**МУЗ-ТВ**  
05.00 17.15 03.00 Золотая лихорадка. (16+)  
05.55 13.55 17.10 23.35 PRO-Клип. (16+)  
06.00 16.25 «10 самых горячих клипов дня». (16+)  
06.40 08.35 15.00 18.30 Прогнозы. (16+)  
07.00 Каждое утро. (16+)  
09.00 Золотая дюжина. (16+)  
10.00 Победитель «Битвы фан-клубов». (16+)  
10.30 Check-In. (16+)  
11.35 Яндекс.Музыка чарт. (16+)  
12.40 Русские хиты - чемпионы пятницы. (16+)  
14.00 МУЗ-ТВ Чарт. (16+)  
15.25 Битва фанклубов. (16+)  
19.00 Русский чарт. (16+)  
20.00 Руки Вверх! Юбилейный концерт «21». (16+)  
22.40 DFM - Dance chart. (16+)  
23.40 Неспиннер. (16+)

**КИНО И СЕРИАЛЫ**

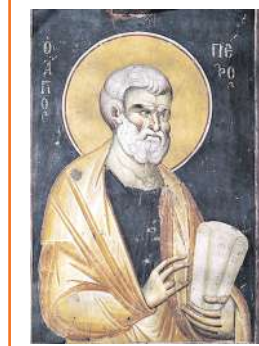
**TV 1000** **TV 1000** **TV 1000 РУССКОЕ КИНО** **ДОМ КИНО** **ДОМ КИНО** **СУПЕР** **СУПЕР**  
05.15 «МОРСКОЙ БОЙ». (12+)  
07.25 «ПРИЗРАК ДОМА НА ХОЛМЕ». (16+)  
09.25 «ЗНАКОМЬТЕСЬ, ДЖО БЛЭК». (16+)  
12.40 «ДИТЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ». (16+)  
14.40 «РАЙОН № 9». (16+)  
16.35 «МОРСКОЙ БОЙ». (12+)  
19.00 «ФАНТОМ». (16+)  
20.35 «МОНСТРЫ». (16+) Великобритания, Мексика, Гватемала, 2010 г. В ролях: Скотт МакНэри, Уитни Эйбл  
22.20 «ДЮНА». (12+) США, Мексика, 1984 г. В ролях: Кайл МакЛоклен, Юрген Прохрон, Франческа Аннис, Патрик Стюарт, Ричард Джордан  
00.55 «СЕМЬ ЖИЗНЕЙ». (16+)  
03.10 «ХОРОШО БЫТЬ ТИХОНЕЙ». (16+)  
05.40 «ДУРАК». (16+)  
07.50 «Урфин Джозеф возвращается». Мультфильм. (12+)  
09.15 «ИСТОРИЯ ОДНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)  
11.15 «ВЕЧНАЯ ЖИЗНЬ АЛЕКСАНДРА ХРИСТОФОРОВА». (16+)  
13.10, 14.05 «ПАУК». (16+)  
15.05 «ЗАВИСТЬ БОГОВ». (16+)  
17.35 «ЧЕЛОВЕК ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)  
19.00, 20.00 «ШАКАЛ». (16+)  
20.55 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+) Россия, 1999 г.  
22.45 «НЕПРОЩЕННЫЙ». (16+) Россия, 2018 г.  
00.50 «КАК ЗНАТЬ...» (18+)  
02.45 «ТЕРРИТОРИЯ». (12+)  
05.30 Золото «Ленфильма». «ТАБАЧНЫЙ КАПИТАН». (12+)  
07.00 «Ералаш». (6+)  
07.25 «Карлик Нос». Мультфильм. (6+)  
09.00 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (6+)  
10.30 «СВАТЫ». (16+)  
14.20 «БАЛАБОЛ». (16+)  
15.15 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)  
19.15 «СВАТЫ». (16+)  
23.00 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+) Россия, 2009 г.  
01.05 «ЖМУРКИ». (18+) Россия, 2005 г.  
03.00 «ЗА ПРЕКРАСНЫХ ДАМ!» (16+)  
04.10 «КОСМОС КАК ПРЕДУСЛОВИЕ». (16+)  
05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)  
11.00, 11.50, 12.45, 13.35, 14.30, 15.20, 16.15, 17.05 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)  
18.00, 18.50, 19.40, 20.35, 21.20, 22.10 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)  
23.00 «ХОЧУ КАК ТЫ». (16+) Фантастическая комедия, США, 2011 г. В ролях: Райан Рейнольдс, Джейсон Бейтман, Лесли Манн, Оливия Уайлд, Алан Аркин  
01.10 «НОЧНАЯ СМЕНА». (18+) Комедия, Россия, 2018 г. В ролях: Владимир Яглыч, Павел Деревянко, Ксения Теплова, Наталья Бардо  
02.50, 03.15, 03.35, 04.00, 04.25 «ОСТРОВ» (субтитры). (16+)  
**КИНОКОМЕДИЯ** **SONY CHANNEL** **ФЕНИКС+КИНО** **СТС LOVE** **СТС LOVE**  
01.00 «ПЕНЕЛОПА». (12+)  
02.50 «СТАРСКИ И ХАТЧ». (12+)  
04.45 «ДИКАЯ ШТУЧКА». (16+)  
06.35 «НЕ ШУТИТЕ С ЗОХАНОМ!». (16+)  
08.40 «ГАМБИТ». (16+)  
10.15 «БЕЛЫЕ ЦЫПОЧКИ». (12+)  
12.15 «ТАКСИ-5». (18+)  
14.10 «ЗАКОНУ ТУТ НЕ МЕСТО». (12+)  
15.55 «МАЛЫШ В ДЕВОЧКЕ». (16+)  
17.40 «ОБМАНУТЬ ВСЕХ». (16+)  
19.30 «НАЦИОНАЛЬНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ». (12+)  
21.05 «СВОДНЫЕ БРАТЯ». (18+) Комедия, США  
22.55 «ДЮПЛЕКС». (12+)  
06.00 «НА ЧЕСАПИКСКИХ БЕРЕГАХ». (16+)  
06.55, 10.40, 17.10 Правила моей пекарни. (16+)  
07.50, 14.15 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)  
08.45, 12.20, 18.05 Проект Подиум. (16+)  
09.35, 13.10, 18.55 Правила моей кухни. (16+)  
11.35 «ДУБЛЬ ДВА». (16+)  
15.30, 16.20 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)  
20.00 «БОЛЬШАЯ РЫБА». (16+) США, 2003 г.  
22.05 «КАК ЗНАТЬ...» (16+)  
00.05 «КЛИК: С ПУЛЬТОМ ПО ЖИЗНИ». (16+)  
01.50 «ЛЕДИ В ФУРГОНЕ». (16+)  
03.40 «ПЕРВЫЙ РЫЦАРЬ». (16+)  
08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+)  
10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ЛЕСТНИЦА В НЕБЕСА». (16+) Сериал. Драма, мелодрама, Россия, 2013 г.  
12.00, 20.00, 04.00 «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+)  
13.00, 21.00, 05.00 «ЖИЗНЬ КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)  
14.00, 22.00, 06.00 «ДЫШИ СО МНОЙ». (16+)  
15.00, 23.00, 07.00 «ЗАПАСНОЙ ИНСТИНКТ». (16+)  
Сериал. Детектив, Россия, 2005 г. В ролях: Максим Аверин, Анна Банщикова, Елизавета Боярская, Павел Баршак, Елена Бондарчук  
00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ВЕРЬ МНЕ». (16+)  
06.00 «Ералаш». (0+)  
08.50 «ПАПИНЫ ДОЧКИ» (субтитры). (0+)  
15.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+) Сериал. Мистический триллер, Россия, 2011 г. В ролях: Татьяна Васильева, Антон Хабаров, Павел Прилучный Ирина Исаева придумывает, как попросить о помощи. Ребята с ужасом обнаруживают, что Каверин исчез. Виктор и не подозревает, что прошлое Галины связано со страшным преступлением. Призраки Тёмы, наконец, рассказывает Юле, что ему от неё нужно...  
21.10 б кадров. (16+)  
01.00 «РАНЕТИКИ». (12+)  
04.50 «Ералаш». (0+)

**ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ**

**СПАС** **СПАС**  
05.00, 00.30 День Патриарха. (0+)  
05.10, 04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)  
06.00, 06.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)  
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)  
11.00 Пилигрим. (6+)  
11.30, 20.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)  
12.30 В поисках Бога. (12+)  
13.00 Завет. (6+)  
15.00, 01.40 Реакция. (12+)  
15.50 Паломничество в вечный город. Апостол Петр. (0+)  
16.50 Патриарх Кирилл. Тайна спасения. (0+)  
17.40 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ». (12+) СССР, 1976 г. В ролях: Леонид Быков, Владимир Конкин, Елена Шанина Они погибли в 1944 году, их было всего восемнадцать человек - комсомольский взвод, остановивший колонну немецких танков.  
19.30, 02.20 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)  
21.30 Путь Пастыря. (0+)  
22.25, 23.30 «ЭТО НАШИ ДЕТИ!» 3 и 4 серии. (12+) Сериал. Россия, 2015 г.  
00.45 «Наши любимые песни». Концерт (12+)  
03.20 Res Publica (субтитры). (16+)  
04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

**Православный календарь**

**29 января**  
Неделя 34-я по Пятидесятнице. Глас 8.  
Поклонение честным веригам апостола Петра.



Прав. Максима, иерея Тотемского. Мчч. Спевсиппа, Елевсиппа, бабки их Леониллы и с ними Неона, Турвона и Иовиллы. Мч. Данакта чтеца. Свт. Гонората, еп. Арльского. Сщмч. Иоанна пресвитера.

Постный день. Разрешается рыба.  
«Веруй, что все случаемое с нами, до самого малейшего, бывает по Промыслу Божью, и тогда ты без смущения будешь переносить все находящее на тебя».  
Прп. Авва Дорофей

7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ ГУБЕРНИЯ	РЕН
 <p>16.55 «Высоцкий. Последний год». (16+)</p> <p>06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»</p> <p>09.00 Умницы и умники. (12+)</p> <p>09.45 Слово пастыря. (0+)</p> <p>10.00 12.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>10.15 11.15 12.15 «Владимир Высоцкий. «Я не верю судьбе...» (16+)</p> <p>12.40 «Живой Высоцкий» (12+)</p> <p>13.10 «Высоцкий. «Где-то в чужой незнакомой ночи...» (16+)</p> <p>14.15 «СТРЯПУХА». (0+)</p> <p>15.40 «Владимир Высоцкий. «И, улыбаясь, мне ломали крылья». (16+)</p> <p>16.55 «Высоцкий. Последний год». (16+)</p> <p>17.50 Сегодня вечером. (16+)</p> <p>21.00 Время</p> <p>21.20 «Сегодня вечером». (16+)</p> <p>23.00 «Правда о «Последнем герое». (12+)</p> <p>00.00 «КРАСИВЫЙ, ПЛОХОЙ, ЗЛОЙ». (18+)</p> <p>01.55 Модный приговор (6+)</p>	 <p>08.35 «По секрету всему свету»</p> <p>05.00 «Утро России. Суббота»</p> <p>08.00 Вести. Местное время</p> <p>08.20 Местное время. Суббота</p> <p>08.35 «По секрету всему свету»</p> <p>09.00 «Тест». Всероссийский потребительский проект. (12+)</p> <p>09.25 «Пятеро на одного»</p> <p>10.10 Сто к одному</p> <p>11.00 Вести</p> <p>11.15 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)</p> <p>12.20 «Доктор Мясников». (12+)</p> <p>13.20 «ГОРОД НЕВЕСТ». (12+)</p> <p>18.00 «Привет, Андрей!» (12+)</p> <p>20.00 Вести в субботу</p> <p>21.00 «СВОИ ЧУЖИЕ РОДНЫЕ». (12+)</p> <p>Татьяна долгие годы успешно руководит фирмой. Она всего в жизни добилась сама и уверена, что любую проблему можно решить</p> <p>01.10 «КАТИНО СЧАСТЬЕ». (12+)</p>	 <p>15.00 Своя игра. (0+)</p> <p>04.40 ЧП. Расследование. (16+)</p> <p>05.05 «<b>ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА ГЕНЕРАЛА</b>». (16+)</p> <p>07.20 Смотр. (0+)</p> <p>08.00 Сегодня</p> <p>08.20 Готовим с Алексеем Зиминим. (0+)</p> <p>08.50 Поедем, поедим! (0+)</p> <p>09.25 Едим дома. (0+)</p> <p>10.00 Сегодня</p> <p>10.20 Главная дорога. (16+)</p> <p>11.00 «Живая еда». (12+)</p> <p>12.00 Квартирный вопрос. (0+)</p> <p>13.00 Секрет на миллион (16+)</p> <p>15.00 Своя игра. (0+)</p> <p>16.00 Сегодня</p> <p>16.20 Следствие вели... (16+)</p> <p>19.00 «Центральное телевидение»</p> <p>20.00 Ты не поверишь! (16+)</p> <p>21.00 «ПЁС». (16+)</p> <p>23.30 «Международная пилорама». (18+)</p> <p>00.20 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)</p> <p>01.50 Дачный ответ. (0+)</p> <p>02.50 «ОТДЕЛ 44». (16+)</p>	 <p>21.00 «ВЕЛИКАЯ СТЕНА». (12+)</p> <p>06.00 05.50 Ералаш. (0+)</p> <p>06.15 «Тролли. Праздник продолжается!» (6+)</p> <p>07.00 «Три кота». (0+)</p> <p>07.30 «Том и Джерри». (0+)</p> <p>08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)</p> <p>08.25 Шоу «Уральских пельменей». (16+)</p> <p>09.00 ПроСТО кухня. (12+)</p> <p>10.00 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)</p> <p>12.35 «НОЧЬ В МУЗЕЕ». (12+)</p> <p>14.45 «НОЧЬ В МУЗЕЕ-2». (12+)</p> <p>16.55 «НОЧЬ В МУЗЕЕ. СЕКРЕТ ГРОБНИЦЫ». (6+)</p> <p>18.55 «Фердинанд». (6+)</p> <p>21.00 «ВЕЛИКАЯ СТЕНА». (12+)</p> <p>22.55 «НОЙ». (12+)</p> <p>01.40 «ГРАВИТАЦИЯ». (12+)</p> <p>03.05 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)</p> <p>05.05 «б кадров». (16+)</p> <p>05.25 «Как грибы с горохом воевали». (0+)</p> <p>05.45 «Крылатый, мохнатый да масляный». (0+)</p>	 <p>22.00 «Секрет». (16+)</p> <p>07.00 «ТНТ Music». (16+)</p> <p>07.30 «ТНТ. Gold». (16+)</p> <p>08.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>09.00 «Мама Life». (16+)</p> <p>09.30 «Битва дизайнеров». (16+)</p> <p>11.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)</p> <p>20.15 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ ПРОТИВ ЗОМБИ». (16+)</p> <p>Наступил в Перми зомби-апокалипсис... Спасти город может только Колян.</p> <p>22.00 «Секрет». (16+)</p> <p>23.00 «Женский стендап». (16+)</p> <p>00.00 «ХОРОШИЙ ГОД». (16+)</p> <p>Воротила Лондонской фондовой биржи, безумно умный, удачливый менеджер и по совместительству большой зануда наследует винодельню в Провансе.</p> <p>02.20 «ТНТ Music». (16+)</p> <p>02.50 «Импровизация». (16+)</p> <p>04.35 «Comedy Баттл». (16+)</p> <p>05.30 «ТНТ. Best». (16+)</p>	 <p>19.45 «ВЕНОМ». (16+)</p> <p>05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>07.15 «<b>ПОВЕЛИТЕЛЬ СТИХИЙ</b>». (0+)</p> <p>09.05 «Минтранс». (16+)</p> <p>10.10 «Самая полезная программа». (16+)</p> <p>11.15 «Военная тайна». (16+)</p> <p>13.15 «<b>СОВБЕЗ</b>». (16+)</p> <p>14.20 Документальный спецпроект. (16+)</p> <p>15.20 Засекреченные списки. (16+)</p> <p>17.25 «<b>ДЭДПУЛ-2</b>». (16+)</p> <p>19.45 «<b>ВЕНОМ</b>». (16+)</p> <p>США - Китай, 2018 г. Фантастический боевик. В ролях: Том Харди, Мишель Уильямс, Риз Ахмед. Пришло время рассказать историю с другой стороны: кто становится суперзлодеем?</p> <p>21.40 «<b>БЕЗУМНЫЙ МАКС: ДОРОГА ЯРОСТИ</b>». (16+)</p> <p>00.00 «<b>ХИЩНИК</b>». (16+)</p> <p>02.00 «<b>ХИЩНИК-2</b>». (16+)</p> <p>03.40 «Тайны Чапман». (16+)</p>		

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ЧЕ	ОТР	ОТР
<p>05.00 «Орел и решка. Перегрузка». (16+)</p> <p>08.00 13.00 «Орел и решка. Чудеса света-3». (16+)</p> <p>10.00 «Планета Земля». (12+)</p> <p>11.00 «Семь миров, одна планета». (12+)</p> <p>12.00 «Идеальная планета». (12+)</p> <p>15.10 «Орел и решка. Девчата». (16+)</p> <p>16.10 «Мир наизнанку. Индия». (16+)</p> <p>19.55 «Мир наизнанку. Индонезия». (16+)</p> <p>23.00 «ЗЕЛЕНЫЙ ШЕРШЕНЬ». (16+)</p> <p>01.10 «Орел и решка». (16+)</p>	<p>06.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>06.10 Каламбур. (16+)</p> <p>07.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)</p> <p>Россия, 2011-2016 гг. Лирическая комедия. В ролях: Александр Якин, Наталья Земцова.</p> <p>12.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)</p> <p>13.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>14.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)</p> <p>16.30 КВН Best. (16+)</p> <p>18.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>20.30 +100500. (16+)</p> <p>00.00 «ЭКИПАЖ». (18+)</p> <p>02.40 «КЛОВЕРФИЛД, 10». (16+)</p> <p>04.10 Улётное видео. (16+)</p>	<p>06.00 16.05 «Большая страна». (12+)</p> <p>07.05 «Хит-микс RU.TV». (12+)</p> <p>08.00 14.45 «Календарь»</p> <p>09.15 «За дело!» (12+)</p> <p>09.55 «СОКРОВИЩА ЕРМАКА». (6+)</p> <p>11.25 «Дом «Э». (12+)</p> <p>11.55 13.05 «НЕ ЧУЖИЕ». (16+)</p> <p>13.15 «Фестиваль». (6+)</p> <p>15.40 «Среда обитания». (12+)</p> <p>17.00 «Скорбное эхо блокады»</p> <p>18.00 «Гамбургский счёт»</p> <p>18.30 «Домашние животные»</p> <p>19.05 «ОТРАЖЕНИЕ». (12+)</p> <p>20.00 «ЗАКАЗ». (16+)</p> <p>21.20 «Культурный обмен»</p> <p>22.00 «ИСКРЕННЕ ВАШ...» (12+)</p> <p>23.25 Концерт Д. Маликова «Чистого листа». (12+)</p>	<p>05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)</p> <p>05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)</p> <p>05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)</p> <p>06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)</p> <p>06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)</p> <p>06.50 «Чудеса на виражах». (0+)</p> <p>07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)</p> <p>07.50 «Пёс Пэт». (6+)</p> <p>08.00 Доброе утро С микки. (0+)</p> <p>11.00 «История игрушек: Забытые времена». (6+)</p> <p>11.30 «Мультиачки: Байки Мэтра». (0+)</p> <p>12.20 «Гравити Фолз». (12+)</p> <p>14.45 «Лило и Стич». (0+)</p> <p>16.30 «Лило и Стич-2: Большая проблема Стича». (0+)</p> <p>17.55 «Диномама». (6+) Однажды Эрни, его сестра Джулия и друг Макс попадают в машину времени и отправляются в прошлое. Они оказываются прямо в гнезде тираннозавра, принявшего детей за своих питомцев. К несчастью, не все динозавры рады появлению непрошенных гостей.</p> <p>19.30 «Хороший динозавр». (12+)</p> <p>21.20 «История игрушек и ужасов». (6+)</p> <p>21.45 «КОЛЬЦО ДРАКОНА». (12+)</p> <p>23.35 «СНЕЖНЫЕ ПСЫ». (12+)</p> <p>01.25 «ПОСЛЕДНИЙ ДРАКОН: В ПОИСКАХ МАГИЧЕСКОЙ ЖЕМЧУЖИНЫ». (0+)</p> <p>02.55 «ВЕНДИ ВУ - КОРОЛЕВА В БОЮ». (6+)</p> <p>04.40 Неизвестная война. «Война в Арктике». (16+)</p>	<p>05.05 «Папа попал». (12+)</p> <p>08.20 «Беременная в 16». (16+)</p> <p>В каждом эпизоде мы будем знакомиться с историей одной героини: как случилось, что она забеременела, как воспримут новость о ребенке ее родители и будущий отец, как изменится ее жизнь после родов и как она в столь нежном возрасте будет решать взрослые проблемы. Найдут ли девочки силы преодолеть испытания и обрести счастье? Ответы покажет третий сезон реалити!</p> <p>23.00 «Немножко разведёны». (16+)</p> <p>00.35 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)</p> <p>03.00 «Папа попал». (12+)</p>

## ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
<p>05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)</p> <p>05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)</p> <p>05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)</p> <p>06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)</p> <p>06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)</p> <p>06.50 «Чудеса на виражах». (0+)</p> <p>07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)</p> <p>07.50 «Пёс Пэт». (6+)</p> <p>08.00 Доброе утро С микки. (0+)</p> <p>11.00 «История игрушек: Забытые времена». (6+)</p> <p>11.30 «Мультиачки: Байки Мэтра». (0+)</p> <p>12.20 «Гравити Фолз». (12+)</p> <p>14.45 «Лило и Стич». (0+)</p> <p>16.30 «Лило и Стич-2: Большая проблема Стича». (0+)</p> <p>17.55 «Диномама». (6+) Однажды Эрни, его сестра Джулия и друг Макс попадают в машину времени и отправляются в прошлое. Они оказываются прямо в гнезде тираннозавра, принявшего детей за своих питомцев. К несчастью, не все динозавры рады появлению непрошенных гостей.</p> <p>19.30 «Хороший динозавр». (12+)</p> <p>21.20 «История игрушек и ужасов». (6+)</p> <p>21.45 «КОЛЬЦО ДРАКОНА». (12+)</p> <p>23.35 «СНЕЖНЫЕ ПСЫ». (12+)</p> <p>01.25 «ПОСЛЕДНИЙ ДРАКОН: В ПОИСКАХ МАГИЧЕСКОЙ ЖЕМЧУЖИНЫ». (0+)</p> <p>02.55 «ВЕНДИ ВУ - КОРОЛЕВА В БОЮ». (6+)</p> <p>04.40 Неизвестная война. «Война в Арктике». (16+)</p> <p>04.25 Музыка на Канале Disney. (6+)</p>	<p>05.00 «Летающие звери», «Малыши и летающие звери». (0+)</p> <p>06.55 «Жужжалка». (0+)</p> <p>07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)</p> <p>07.30 «Жужжалка». (0+)</p> <p>07.40 «Деревяшки». (0+)</p> <p>09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)</p> <p>09.20 «Малыши и Медведь». (0+)</p> <p>09.30 «Барбоскины». (0+)</p> <p>10.45 «Зелёный проект». (0+)</p> <p>11.05 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)</p> <p>11.30 «Три!0!» (0+)</p> <p>12.30 «Три!0!» (0+)</p> <p>12.45 «Пластинки». (0+)</p> <p>12.50 «Простоквашино». (0+)</p> <p>14.30 «Большие праздники». (0+)</p> <p>15.00 «Ералаш». (6+)</p> <p>16.15 «Снежная Королева: Хранитель Чудес». (0+)</p> <p>16.40 «Приключения Барби в доме мечты». (0+)</p> <p>17.05 «Кошечки-собачки». (0+)</p> <p>19.00 Семейное кино. «Два хвоста». (6+)</p> <p>20.15 «Зебра в клеточку». (0+)</p> <p>20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</p> <p>20.45 «Лео и Тиг. Волшебные песни!» (0+)</p> <p>20.50 «Лео и Тиг». (0+)</p> <p>22.05 «Радужно-бабочково-динозаврная кошка». (6+)</p> <p>22.50 «С.О.Б.Е.З.» (6+)</p> <p>22.55 «Инфинити Надо». (6+)</p> <p>23.15 «Трансформеры. Киберселенная». (6+)</p> <p>23.40 «Губка Боб Квадратные штаны». (6+)</p> <p>00.10 «Смешарики. Пинкод». (6+)</p> <p>01.00 «Новые Луни Тюнз». (6+)</p>

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC	NG
<p>06.00 Махинаторы. (12+)</p> <p>06.45 Как это устроено? (12+)</p> <p>07.10 Взрывающая историю. (12+)</p> <p>08.00 Аляска: последний рубеж. (16+)</p> <p>08.50 Голые и напуганные XL. (16+)</p> <p>09.41 Автомир Майка Брюера. (12+)</p> <p>10.07 Супермеханик Энт Энстед. (12+)</p> <p>10.32, 10.58 Женская автомастерская. (12+)</p> <p>11.23 Охотники за старьем. (12+)</p> <p>12.14 Миллиардер под прикрытием. (12+)</p> <p>13.56, 14.22, 14.47, 15.13 Выгодная рухлядь. (12+)</p> <p>15.38, 16.04, 16.29, 16.55, 17.20, 17.46 Охотники за складами. (16+)</p> <p>18.11 Золотая лихорадка. (16+)</p> <p>19.02 Голые и напуганные XL. (16+)</p> <p>19.53 Как это устроено? (12+)</p> <p>20.18 Автомир Майка Брюера. (12+)</p> <p>20.44 Супермеханик Энт Энстед. (12+)</p> <p>21.09, 21.35 Женская автомастерская. (12+)</p> <p>22.00 Грязная работёнка: незаменимые. (12+)</p> <p>22.51, 23.42 Убитые тачки. (12+)</p> <p>00.33, 01.24 Как устроена Вселенная. (12+)</p> <p>02.10 Самогонщики. (18+)</p> <p>03.42 Охотники за старьем. (12+)</p> <p>04.28 Миллиардер под прикрытием. (12+)</p>	<p>06.10, 06.55 Музейные тайны. (12+)</p> <p>07.40 Тайны музеев. (12+)</p> <p>Сезон: 3. Великобритания, 2013 г.</p> <p>08.25, 09.20 Последний поход викинг. (12+) Сезон: 1. Дания, 2019 г.</p> <p>10.15 По следам вождя гуннов Аттилы. (12+) Сезон: 1. Франция, 2020 г.</p> <p>11.00, 11.55, 12.50 Вена: империя, династия и мечта. (12+) Сезон: 1. Великобритания, 2015 г.</p> <p>13.45, 14.35 Расшифрованные сокровища. (12+)</p> <p>Сезон: 3. Великобритания, 2014 г.</p> <p>15.25, 16.15 Земля больших кошек. (12+) Сезон: 1. Великобритания, 2019 г.</p> <p>17.10, 18.05, 19.05 Критская операция. (12+) Сезон: 1. Великобритания, 2020 г.</p> <p>20.00 Патагонские захоронения. (12+) США, 2015 г.</p> <p>21.00 Турецкий паспорт. (12+) Турция, 2011 г.</p> <p>22.35 Расшифровка тайн. (12+) Сезон: 1. США, 2019 г.</p> <p>23.20 Побег от Гитлера. (12+) Сезон: 1. Великобритания, 2017 г.</p> <p>00.15, 01.00 Могилы викинг. (12+)</p> <p>01.50, 02.45 Земля больших кошек. (12+)</p> <p>03.35, 04.20 Расшифровка тайн. (12+)</p> <p>05.05 Запретная история. (12+)</p>	<p>04.55 Авто-SOS. (16+)</p> <p>05.25, 05.45, 06.00, 06.10 Научные глупости. (16+)</p> <p>06.30, 07.20 Инстинкт выживания. (16+)</p> <p>08.10, 09.05 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)</p> <p>09.55, 10.50 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+)</p> <p>11.40, 12.35 Расследование авиакатастроф. (16+)</p> <p>13.25, 14.15 Международный аэропорт Дубай. (16+)</p> <p>15.05, 15.55, 16.45, 17.35, 18.25, 19.15, 20.10 Затерянные города с Альбертом Лином. (16+)</p> <p>21.00 Китайская мегагробница. (16+) Альберт Лин, исследователь Nat Geo и современный Индиана Джонс, расследует мрачные тайны, скрытые в усыпальнице первого императора Китая.</p> <p>21.50 Герои Средиземноморья. (16+) Морской биолог и исследователь Ману Сан-Феликс исследует, каким образом люди причинили так много вреда испанскому средиземноморью. Он путешествует по региону, чтобы встретиться с людьми, активно участвующими в программах по устранению причиненного природе ущерба.</p> <p>22.40, 23.30 Расследования авиакатастроф. (16+)</p> <p>00.20, 00.55 Злоключения за границей. (16+)</p> <p>01.35, 02.20, 03.05 Авто-SOS. (16+)</p>	

РОССИЯ К  
РОССИЯ К  
Культура



18.05 Больше, чем любовь

- 06.30 «Библейский сюжет»
- 07.05 «Мультфильмы»
- 08.05 «СУРОВЫЕ КИЛОМЕТРЫ»
- 09.35 «Неизвестная»
- 10.05 «ВРЕМЯ ОТДЫХА С СУББОТЫ ДО ПОНЕДЕЛЬНИКА»
- 11.30 «Владислав Стрельчик. Его звали Стриж»
- 12.10 «Земля людей»
- 12.40 01.40 «Серенгети»
- 13.40 «Русь»
- 14.10 Всероссийский конкурс молодых композиторов «Партитура». Финал
- 16.35 «СЫН»
- 18.05 Больше, чем любовь
- 18.45 «Кавказская пленница». Это же вам не лезгинка, а твист!»
- 19.25 «Репортажи из будущего»
- 20.05 «КОРОЛЬ ГОВОРИТ»
- 22.00 «Агора»
- 23.00 Клуб 37
- 00.00 «ДЖЕЙН ЭЙР»
- 02.40 «Королевская игра»

ТВЦ



08.20 «СОБОР ПАРИЖСКОЙ БОГОМАТЕРИ». (0+)

- 06.00 «БЕЗ СРОКА ДАВНОСТИ». (12+)
- 07.50 Православная энциклопедия. (6+)
- 08.20 «СОБОР ПАРИЖСКОЙ БОГОМАТЕРИ». (0+)
- 10.50 «СУЕТА СУЕТ». (6+)
- 11.30 События
- 11.45 «СУЕТА СУЕТ». (6+)
- 12.55 «УРОКИ СЧАСТЬЯ». (12+)
- 14.30 События
- 14.45 «УРОКИ СЧАСТЬЯ». (12+)
- 16.55 «ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ». (12+)
- 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
- 22.15 «Право знать!» (16+)
- 23.45 События
- 00.00 «Прощание». (16+)
- 00.50 «Дикие деньги». (16+)
- 01.30 Специальный репортаж. (16+)
- 02.00 Линия защиты. (16+)
- 02.25 Хроники московского быта. (12+)
- 05.10 «Осторожно, мошенники!» (16+)

ТВ-3



09.00 Рисуем сказки. (0+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.00 Рисуем сказки. (0+)
- 09.15 «Мультфильмы». (0+)
- 10.15 «УИДЖИ: ДОСКА ДЬЯВОЛА». (16+)
- 12.00 «УИДЖИ: ПРОКЛЯТИЕ ДОСКИ ДЬЯВОЛА». (16+)
- 14.00 «МАМА». (16+)
- 16.00 «ШКАТУЛКА ПРОКЛЯТИЯ». (16+)
- 18.00 «СУМЕРКИ». (16+)
- США, 2008 г. Фэнтези. В ролях: Кристен Стюарт, Роберт Паттинсон, Билли Бёрк, Эшли Грин. Семнадцатилетняя Белла Свон переезжает к своему отцу в Форкс, чтобы иметь какую-то стабильность в жизни, а не мотаться по стране вместе с матерью и её новым мужем-спортсменом.
- 20.30 «КЛАУСТРОФОБИ». (16+)
- 22.30 «КОЛДОВОСТВО». (16+)
- 00.30 «ОМЕН». (16+)
- 02.15 «ВИКИНГИ». (16+)

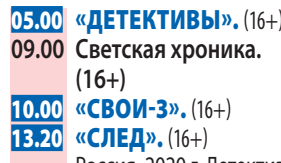
ДОМАШНИЙ



06.30 «6 кадров». (16+)

- 06.30 «6 кадров». (16+)
- 06.35 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (16+)
- 08.45 «ПРИЕЗЖАЯ». (16+)
- 10.50 «ВСЁ К ЛУЧШЕМУ». (16+)
- Россия, 2015 г. Мелодрама. В ролях: Ольга Филиппова, Константин Соловьёв, Денис Пьянов. Костя - подающий надежды скрипач. Настя - дочь бывшего чемпиона по боксу. Обстоятельства их знакомства довольно печальны, к тому же родители Насти и Кости, кажется, совершенно не понимают друг друга...
- 14.45 «ВСЁ К ЛУЧШЕМУ-2». (16+)
- 19.00 «ЛЮБОВЬ ПРОТИВ СУДЬБЫ». (16+)
- 22.05 «ЛЮБОВЬ В РОЗЫСКЕ». (16+)
- 01.55 «ВСЁ К ЛУЧШЕМУ». (16+)
- 04.55 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)

5



05.00 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

- 05.00 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- 09.00 Светская хроника. (16+)
- 10.00 «СВОИ-3». (16+)
- 13.20 «СЛЕД». (16+)
- Россия, 2020 г. Детектив. В ролях: Ольга Копосова, Владимир Ташлыков, Евгений Кулаков, Павел Шуваев, Руслан Сасин, Сергей Коваленко, Станислав Эркилевский, Олег Валкман.
- 00.00 «Известия. Главное»
- 00.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-7». (16+)
- 01.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-8». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.30 08.10 «ЗОЛОТОЙ ГУСЬ». (0+)
- 08.00 13.00 18.00 Новости
- 09.00 «Легенды цирка». (6+)
- 09.30 «Легенды телевидения»
- 10.15 «Загадки века». (12+)
- 11.05 «Улика из прошлого»
- 11.55 «Не факт!» (6+)
- 12.30 Круиз-контроль. (6+)
- 13.15 «СССР. Знак качества»
- 14.05 «Морской бой». (6+)
- 15.05 «Оружие Победы». (6+)
- 15.25 «Битва оружейников»
- 16.10 «ПИРАТЫ XX ВЕКА». (12+)
- 18.10 «Задело!»
- 18.25 «Легендарные матчи»
- 22.30 «ДЕНЬ КОМАНДИРА ДИВИЗИИ». (0+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Бумажки». (0+)
- 11.00 Чемпионат Высшей хоккейной лиги. «Бурани» - ХК «Ростов» Ростов-на-Дону. Запись от 20.01.21. (12+)
- 12.45 «Мастера». (12+)
- 13.00 «Магистраль»
- 13.15 «Формула здоровья». (12+)
- 13.45 «Точка.ру». (12+)
- 14.15 «ТЕЩА». (16+)
- 15.30 «Футбол губернии». (12+)
- 16.00 «Магистраль»
- 16.15 «ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)
- 18.00 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 «Такие разные». (12+)
- 20.45 «СЛОВА». (12+)
- 22.30 «Малая сцена». (12+)
- 00.15 «Звёздное интервью». (12+)
- 00.45 «Футбол губернии». (12+)
- 01.15 «Записки из провинции». (12+)
- 01.45 «Точка.ру». (12+)
- 02.15 «Марафон». (12+)
- 03.15 «ЛОС-АНДЖЕЛЕССКАЯ ИСТОРИЯ». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 06.20 Профессиональный бокс. (16+)
- 06.40 Бокс. Лучшие нокауты-2020. (16+)
- 07.00 08.55 11.30 14.10 16.20 18.05 20.15 22.30 Новости
- 07.05 11.35 14.15 16.25 17.35 22.35 01.00 Все на Матч!
- 09.00 «Футбольные звезды». (0+)
- 09.20 «ЯРОСТНЫЙ КУЛАК». (16+)
- 12.20 14.50 Биатлон. Чемпионат Европы
- 13.10 Смешанные единоборства. (16+)
- 15.40 16.45 Лыжный спорт. Кубок мира
- 18.10 Футбол. «Реал» (Мадрид) - «Леванте». Чемпионат Испании
- 20.25 Футбол. «Лейпциг» - «Байер». Чемпионат Германии
- 22.55 Футбол. Кубок Либертадорес. Финал
- 02.00 Бобслей и скелетон. Кубок мира. Финал. Трансляция из Австрии. (0+)
- 01.05, 07.00 Прыжки на лыжах с трамплина. (12+)
- 02.00, 02.45 Лыжные гонки. Кубок мира. Фалун. (6+)
- 03.30, 03.50, 04.10 Санний спорт. (12+)
- 04.30, 08.00, 19.45 Лыжное двоеборье. (12+)
- 05.00, 08.30, 21.20 Снукер. German Masters. (6+)
- 10.00, 10.30 Горные лыжи. Кубок мира. (12+)
- 11.20, 14.30 Горные лыжи. Кубок мира. Шамони. Мужчины. Слалом. Прямая трансляция. (12+)
- 12.30 Горные лыжи. Кубок мира. Гармиш-Партенкирхен. Женщины. Прямая трансляция. (12+)
- 15.30, 16.40 Лыжные гонки. Кубок мира. Фалун. Прямая трансляция. (6+)
- 18.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Виллинген. HS 145. Прямая трансляция. (12+)
- 20.15, 20.45 Биатлон. Чемпионат Европы. (6+)
- 21.55 Снукер. German Masters. 1/2 финала. Прямая трансляция. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000
- 05.00 «ЗНАКОМЬТЕСЬ, ДЖО БЛЕЖ». (16+)
- 08.00 «ДРУГИЕ». (16+)
- 09.50 «МОНСТРЫ». (16+)
- 11.30 «ФАНТОМ». (16+)
- 13.05 «СЕМЬ ЖИЗНЕЙ». (16+)
- 15.15 «ХОРОШО БЫТЬ ТИХОНЕЙ». (16+)
- 17.10 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ ЧАРЛИ САН-КЛАУДА». (16+)
- 19.00 «МАСКА ЗОРРО». (12+)
- США, Германия, 1998 г. В ролях: Антонио Бандерас, Энтони Хопкинс, Кэтрин Зета-Джонс, Стюарт Уилсон, Уильям Маркес
- 21.30 «ЛЕГЕНДА ЗОРРО». (16+)
- 23.55 «Ранго». Мультфильм. (6+)
- 01.55 «АНАКОНДА». (16+)
- 03.20 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ ЧАРЛИ САН-КЛАУДА». (16+)
- TV1000 РУССКОЕ КИНО
- 05.30 «ЧЕЛОВЕК ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)
- 06.50 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (12+)
- 09.20 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ!». (16+)
- 11.45 «ВОСЬМЁРКА». (16+)
- 13.20 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)
- 15.05 «НЕПРОШЁННЫЙ». (16+)
- 17.05 «ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ». (12+)
- 19.00 «72 МЕТРА». (12+)
- 21.10 «КОД АПОКАЛИПСИСА». (16+)
- 23.10 «ТОЛЬКО НЕ ОНИ». (16+)
- 00.55 «КУРЬЕР ИЗ «РАЯ». (12+)
- 02.25 «СТОРОЖ». (16+)
- 04.00 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (12+)

- КИНОКОМЕДИЯ
- 00.30 «ДЕТИ СЕКСУ НЕ ПОМЕХА». (16+)
- 02.30 «ТАКИЕ РАЗНЫЕ БЛИЗНЕЦЫ». (12+)
- 04.20 «МОШЕННИКИ». (16+)
- 06.05 «ПЕНЕЛОПА». (12+)
- 08.00 «ДИКАЯ ШТУЧКА». (16+)
- 09.50 «КАДРЫ». (12+)
- 12.05 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (16+)
- 13.50 «УПРАВЛЕНИЕ ГНЕВОМ». (12+)
- 15.45 «ДЮПЛЕКС». (12+)
- 17.20 «ВСЕ ИЛИ НИЧЕГО». (16+)
- 18.00 «КОМЕДИЯ, криминал, спорт, США, 2005 г.
- 19.30 «МАРЛИ И Я». (12+)
- Драма, комедия, США, 2008 г.
- 21.40 «МУВИ 43». (18+)
- 23.25 «ПЕНЕЛОПА». (12+)
- SONY CHANNEL
- 06.00 «Стюарт Литтл-3: Зов природы». Мультфильм. (12+)
- 07.20, 08.15, 09.10 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
- 10.05, 10.55 Проект Подиум. (16+)
- 11.45, 12.45 Правила моей кухни. (16+)
- 13.45, 14.30, 15.15, 16.00, 16.45, 17.30, 18.20, 19.10 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
- 20.00 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- США, 1997 г. В ролях: Джек Николсон, Хелен Хант, Грег Кинниэр, Кьюба Гудинг мл.
- 22.15 «АНОНИМ». (16+)
- 00.25 «ВСЕ ЕЩЕ ЭЛИС». (16+)
- 02.05, 02.55, 03.40, 04.25, 05.15 «С БОЛЬШОЙ БУКВЫ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00, 23.45 День Патриарха. (0+)
- 05.10, 08.00, 08.45, 04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 06.00, 06.30, 07.00, 07.30 Монастырская кухня. (0+)
- 08.30, 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
- 09.00, 19.55, 00.40 Простые чудеса. (12+)
- 09.55 И будет двое... (12+)
- 10.55 В поисках Бога. (12+)
- 11.25 «ПРОВЕРЕНО, МИН НЕТ!». (12+)
- Югославия, СССР, 1965 г. В ролях: Ольга Лысенко, Бранко Плеша
- 13.15 «Наши любимые песни». Концерт (12+)
- 14.15 Человек. (0+)
- 15.35, 16.40, 17.45, 18.50 «ЭТО НАШИ ДЕТИ!» 1-4 серии. (12+)
- Сериал. Россия, 2015 г. В ролях: Екатерина Федурова, Дмитрий Богданов, Никита Манец, Анита Цой, Нина Персиянинова
- 20.45, 01.25 Дорога. (0+)
- 21.45 Украина, которую мы любим. (12+)
- 22.15, 02.15 Не верю! Разговор с сатанистом. (16+)
- 23.10 Белые ночи на СПАСЕ. (12+)
- 00.00 Патриарх Кирилл. Тайна спасения. (0+)
- 03.05 Я очень хочу жить. Дарья Донцова. (16+)
- 03.35 Люди будущего. (16+)
- 04.00 Лица Церкви. (6+)
- СУПЕР
- 05.00 «Машины сказки». Мультсериал. (0+)
- 06.05 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- Маша - невероятно активная девочка, которая никогда не сидит на месте и считает, что весь мир создан для неё одной. Машина индивидуальность не знает границ, поэтому урок труда легко оборачивается строительством парусного корабля, а набор художника - в украшении всего леса.
- 11.00, 13.05, 15.20, 17.20, 19.55, 22.30 Пацанки. (16+)
- 01.00 «SUPERНЬЯ». (16+)
- Комедия, Франция, 2014 г.
- 02.20, 02.40, 03.05, 03.25, 03.45, 04.10, 04.25 «ОСТРОВ» (субтитры). (16+)
- ДОМ КИНО
- 06.55 «Про Федота-стрельца, удалого молодца». Мультфильм. (12+)
- 08.25 «Крепость. Щитом и мечом». Мультфильм. (6+)
- 09.50 «Снежная Королева-2: Перезаморозка». Мультфильм. (6+)
- 11.20 «Снежная Королева-3: Огонь и лёд». Мультфильм. (6+)
- 13.00 «Снежная Королева: Зеркальце». Мультфильм. (6+)
- 14.45 «Снежная Королева». Мультфильм. (6+)
- 16.10 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 17.35 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 19.00 «ПАПИК». (16+)
- 23.40 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
- 01.40 «ПЕРЕКРЕСТОК». (16+)
- ФЕНИКС+ КИНО
- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ВЕРЬ МНЕ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2014 г. В ролях: Анастасия Веденская, Александр Волков, Любовь Тихомирова, Александр Пашков, Наталья Лукеичева
- 12.00, 20.00, 04.00 «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ЖИЗНЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)
- Сериал. Драма, Россия, 2008 г. В ролях: Владимир Жеребцов, Виолетта Давыдовская
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДЫШИ СО МНОЙ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ЗАПАСНОЙ ИНСТИКТ». (16+)
- СТС LOVE
- 06.00 «Сказочный патруль». Мультсериал. (0+)
- 07.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 10.30 «Тролли». Мультфильм. (6+)
- 12.20 «ПАПИНЫ ДОЧКИ» (субтитры). (0+)
- 15.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 21.10 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ» (субтитры). (0+)
- Сериал. Комедия, Россия, 2004 г.
- 22.55 «ПОСЛЕДНЯЯ ПЕСНЯ». (16+)
- Мелодрама, США, 2010 г. В ролях: Майли Сайрус, Грег Киннер, Бобби Коулман, Лиам Хемсворт
- 01.05 Сердца за любовь. (16+)
- 05.40 «Ералаш». (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ
- 05.00 Про-новости. (16+)
- 05.20 Top 30 - Русский крутяк недели. (16+)
- 07.20 Про-новости. (16+)
- 07.45 Сделано в 90-х. (16+)
- 09.30 Check-In на МУЗ-ТВ. (16+)
- 10.30 TOP Чарт. (16+)
- 11.30 Про-обзор. (16+)
- 12.00 Top 30 - Русский крутяк недели. (16+)
- 14.25 Отпуск без путёвки. (16+)
- 15.40 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 16.40 «Время тиктокает». (16+)
- 17.40 Ани Лорак. Шоу Diva. (16+)
- 19.45 Премия Нового Радио - «Высшая Лига-2018». (16+)
- 21.50 Танцпол. (16+)
- 23.00 Неспиннер. (16+)

Православный календарь

30 января  
Неделя 34-я по Пятидесятнице. Глас 8.  
Прп. Антония Великого.

Православный календарь

30 января  
Неделя 34-я по Пятидесятнице. Глас 8.  
Прп. Антония Великого.



Прп. Антония Дымского. Прп. Антония Чернозерского. Сщмч. Виктора пресвитера; сщмч. Павла пресвитера.

Поста нет.

«Никто не может нас ни оскорбить, ни досадить, если не попустит Господь быть сему к нашей пользе, или к наказанию, или к испытанию и исправлению».  
Прп. Макарий (Иванов)

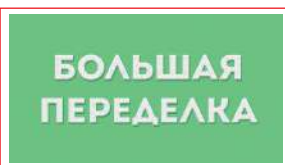
ПЕРВЫЙ



19.25 «Лучше всех!» (0+)

- 05.00 06.10 «ЛИЧНЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». (16+)
06.00 Новости
06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
07.40 Часовой. (12+)
08.10 Здоровье. (16+)
09.20 «Непутевые заметки». (12+)
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
10.15 Жизнь других. (12+)
11.15 Видели видео? (6+)
12.15 Видели видео? (6+)
13.30 Ледниковый период. (0+)
16.40 «Ванга: Человек и феномен». (12+)
17.40 «Я почти знаменит!» (12+)
19.25 «Лучше всех!» (0+)
21.00 Время
21.50 Сегодня вечером. (16+)
23.50 «Ванга: Человек и феномен». (12+)
01.00 Наедине со всеми (16+)
01.45 Модный приговор (6+)
02.35 Давай поженимся! (16+)

РОССИЯ 1



11.00 «Большая переделка»

- 04.25 «ТОЛЬКО ЛЮБОВЬ». (12+)
06.00 «ДВА БИЛЕТА В ВЕНЕЦИЮ». (12+)
Лиза и Саша мечтают уехать в Венецию сразу после выпускных экзаменов в институте. Но у родителей девушки другие планы.
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Устами младенца»
09.20 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
10.10 Сто к одному
11.00 «Большая переделка»
12.00 «Парад юмора». (16+)
13.20 «ГОРОД НЕВЕСТ». (12+)
17.45 «Танцы со Звездами». Новый сезон. (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)
01.30 «ТОЛЬКО ЛЮБОВЬ». (12+)
03.10 «ДВА БИЛЕТА В ВЕНЕЦИЮ». (12+)

НТВ



19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой

- 05.00 «ВЗЛОМ». (16+)
07.00 Центральное телевидение. (16+)
08.00 Сегодня
08.20 У нас выигрывают! (12+)
10.00 Сегодня
10.20 Первая передача. (16+)
11.00 Чудо техники. (12+)
11.50 Дачный ответ. (0+)
13.00 НашПотребНадзор. (16+)
14.05 Однажды... (16+)
15.00 Своя игра. (0+)
16.00 Сегодня
16.20 Следствие вели... (16+)
18.00 Новые русские сенсации. (16+)
19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
20.10 Звезды сошлись. (16+)
21.40 Основано на реальных событиях. (16+)
00.50 «СКЕЛЕТ В ШКАФУ». (16+)
03.35 «ОТДЕЛ 44». (16+)

СТС



21.00 «ДЕНЬ НЕЗАВИСИМОСТИ. ВОЗРОЖДЕНИЕ». (12+)

- 06.00 05.45 Ералаш. (0+)
06.15 «Тролли. Праздник продолжается!» (6+)
07.00 «Три кота». (0+)
07.30 «Царевны». (0+)
07.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
08.35 «ЗВЁЗДНЫЙ ПУТЬ». (16+)
11.05 «СТАРТРЕК. ВОЗМЕЗДИЕ». (12+)
13.40 «СТАРТРЕК. БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+)
16.05 «ВЕЛИКАЯ СТЕНА». (12+)
18.05 «ДЕНЬ НЕЗАВИСИМОСТИ». (12+)
21.00 «ДЕНЬ НЕЗАВИСИМОСТИ. ВОЗРОЖДЕНИЕ». (12+)
23.20 ПРЕМЬЕРА! «ГЛУБОКОЕ СИНЕЕ МОРЕ». (16+)
01.20 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ». (18+)
03.00 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
05.00 «б кадров». (16+)
05.20 «Метеор на ринге». (0+)
05.40 «Полкан и шавка». (0+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ



23.00 «Talk». (16+)

- 07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.00 «САШАТАНЯ». (16+)
09.00 «Новое утро». (16+)
09.30 «Перезагрузка». (16+)
10.00 «САШАТАНЯ». (16+)
Весь день на ТНТ - марафон главного семейного ситкома, который едко обшутит любые ситуации, какие только могут случиться в жизни с супругами, их детьми, родителями и коллегами.
19.00 «Однажды в России». (16+)
22.00 «Stand up». (16+)
23.00 «Talk». (16+)
В новом проекте на ТНТ - шоу Talk - четыре комика продолжат ненавязчиво разговаривать на важные для себя темы
00.00 «РОДИНА». (18+)
Гоа... Тысячи разных людей ежегодно стекаются сюда по воле случая. Неужели любовь к Родине возможна лишь на расстоянии?
02.35 «Импровизация». (16+)
03.30 «ТНТ Music». (16+)
03.55 «Импровизация». (16+)

РЕН



18.25 «БЕЗУМНЫЙ МАКС: ДОРОГА ЯРОСТИ». (16+)

- 05.00 «Тайны Чапман». (16+)
08.20 «САХАРА». (16+)
10.20 «ХИЩНИК». (16+)
12.25 «ХИЩНИК-2». (16+)
14.30 «БЫСТРЕЕ ПУЛИ». (16+)
16.25 «ВЕНОМ». (16+)
18.25 «БЕЗУМНЫЙ МАКС: ДОРОГА ЯРОСТИ». (16+)
Австралия - США, 2015 г. Фантастический боевик. В ролях: Том Харди, Шарлиз Терон, Николас Холт, Хью Кияс-Бёрн. Макс Рокатански, страдающий от ужасных видений своего прошлого, скитается по выжженным пустошам постапокалиптической Австралии.
20.45 «Я, РОБОТ». (12+)
23.00 Добров в эфире. (16+)
00.05 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
02.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
04.25 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- ПЯТНИЦА
05.00 «Орел и решка. Перезагрузка». (16+)
08.00 «Семь миров, одна планета». (12+)
08.55 «Идеальная планета». (12+)
10.00 12.00 15.05 «На ножках». (16+)
11.00 «Маша и Шеф». (16+)
Впервые самый суровый шеф страны и гроза рестораторов Константин Ивлев представит добрым папой!
14.00 «Умный дом». (16+)
23.20 «АПГРЕЙД». (16+)
01.20 «Орел и решка. Рай и Ад-2». (16+)
Ю
05.00 «Папа попал». (12+)
08.40 «Беременная в 16». (16+)
13.30 «Дорогая, я забил». (16+)
Эти женщины - героини проекта «Дорогая, я забил», и в новом сезоне Андрей Пифф перевернет всё с ног на голову! На три дня мама освободится от домашних дел и отправится в отпуск мечты, а папе предстоит примерить на себя ее жизнь.
18.00 «Папа попал». (12+)
23.00 «Немногожко разведены». (16+)
00.00 «ХАТИКО: САМЫЙ ВЕРНЫЙ ДРУГ». (16+)
02.00 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
03.25 «Папа попал». (12+)
ЧЕ
06.00 Улётное видео. (16+)
06.10 Каламбур. (16+)
07.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
12.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)
13.00 Улётное видео. (16+)
14.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)
16.30 КВН Best. (16+)
18.30 Улётное видео. (16+)
20.30 +100500. (16+)
00.00 «КЛОВЕРФИЛД, 10». (16+)
США, 2016 г. Фантастический триллер. В ролях: Джон Гудман, Мэри Элизабет Уинстэд.
02.00 Каламбур. (16+)
02.45 Улётное видео. (16+)
МИР
05.00 «ЖИТЬ СНАЧАЛА». (16+)
05.15, 07.10 Мультфильмы. (0+)
06.45 Секретные материалы. Ванга. (16+)
07.25 «ПРЕФЕРАНС ПО ПЯТНИЦАМ». (16+)
09.25 Любимые актеры. (12+)
10.00, 16.00 Новости
10.10 «ВИИ». (6+)
11.40, 16.15, 19.30, 01.00 «ВАНГЕЛИЯ». (16+) История жизни всемирно известной целительницы Ванги, которая позволит по-иному оценить загадочный феномен поистине сильной и мудрой женщины прошлого века.
18.30, 00.00 «Вместе»
02.55 «ЛИНИЯ МАРТЫ». (16+)
ОТР
06.00 16.05 «Большая страна»
07.05 03.45 «За дело!» (12+)
08.00 14.45 «Календарь»
09.00 «Служу Отчизне!» (12+)
09.30 «Гамбургский счёт»
10.00 «ИСКРЕННЕ ВАШ...»
11.25 23.30 «В ЧЕТВЕРГ И БОЛЬШЕ НИКОГДА». (12+)
13.15 «ЗВЕЗДОПАД». (12+)
15.40 «Среда обитания». (12+)
17.00 «Имею право!» (12+)
17.25 01.45 «Рожденный на Невском пяточке». (6+)
18.05 «Активная среда». (12+)
18.30 «Домашние животные»
19.00 «ОТражение недели»
19.45 «Моя история». (12+)
20.10 «ЗОНТИК ДЛЯ НОВОБРАЧНЫХ». (12+)
22.05 «ОДНА ВОЙНА». (16+)
Победа
05.30 «Путь к Победе» (16+)
06.30 «ЧЕРНЫЕ БУШЛАТЫ». (16+)
08.10 19.40 «НОЧНЫЕ ЛАСТОЧКИ». (16+)
11.40 «СМЕЛОГО ПУЛЯ БОИТСЯ». (12+)
13.00 «КРИК ТИШИНЫ». (12+)
14.50 «ВЫСОТА 89». (16+)
16.40 «ДЕЙСТВУЙ ПО ОБСТАНОВКЕ!..» (12+)
17.50 «ЧЕРНЫЕ БУШЛАТЫ». (16+)
23.00 «Путь к Победе» (16+)
00.10 «ХОЛОДНОЕ ТАНГО». (18+)
01.50 «ЗДЕСЬ ТВОЙ ФРОНТ». (16+)
03.00 «ПОЕЗД В ДАЛЕКИЙ АВГУСТ». (12+)
04.40 Неизвестная война. «Победа под Сталинградом». (16+)

ДЕТСКИЕ

- КАНАЛ DISNEY
05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)
06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.50 «Пёс Пэт». (6+)
08.00 Доброе утро с Микки. (0+)
11.00 «История игрушек и ужасов». (6+) Поздно ночью Базз Лайтер, ковбой Вуди, Джесси и другие герои оказываются в придорожном отеле. Вскоре начинается череда странных событий, и друзья понимают, что из этого места нужно поскорее выбираться!
11.45 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
13.10 «Новые приключения Стича». (0+)
14.25 «Лерой и Стич». (6+)
15.50 «В гости к Робинсонам». (0+)
17.45 «Хороший динозавр». (12+)
19.30 «Диномама». (6+)
21.15 «История игрушек: Забытые времена». (6+)
21.40 «СНЕЖНЫЕ ПСЫ». (12+)
23.40 «КОЛЬЦО ДРАКОНА». (12+)
01.20 «ДОРОГА ДОМОЙ: НЕВЕРОЯТНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (6+)
02.45 «ДОРОГА ДОМОЙ-2: ПОТЕРЯННЫЕ В САНО-ФРАНЦИСКО». (6+)
04.10 Музыка на Канале Disney. (6+)
КАРУСЕЛЬ
05.00 «Малышарики». (0+)
06.55 «Жужжалка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Жужжалка». (0+)
07.40 «Лунтик и его друзья». (0+)
09.00 «Еда на ура!» (0+)
09.20 «Мальши и Медведь». (0+)
09.30 «Тима и Тома». (0+)
10.45 «Проще простого!» (0+)
11.05 «Вспышки и чудо-машинки». (0+)
11.30 «Волшебная кухня». (0+)
12.30 «Игра с умом». (0+)
12.45 «Пластилики». (0+)
12.50 «Царевны». (0+)
14.30 «Король караоке». (0+)
15.00 «Ералаш». (6+)
16.15 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
16.40 «Приключения Барби в доме мечты». (0+) Мультфильм о красивой доме, верных друзьях и весёлых приключениях, о которых мечтает каждая девочка.
17.05 «Смешарики». (0+)
18.50 «Зебра в клеточку». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
22.05 «Радужно-бабочково-единорожная кошка». (6+)
22.30 «С.О.Б.Е.З.». (6+)
22.55 «Инфинити Надо». (6+)
23.15 «Трансформеры. Кибервселенная». (6+)
23.40 «Глубка Боб Квадратные штаны». (6+)
00.10 «Смешарики. Пинкод». (6+)
01.00 «Колобанга. Только для пользователей интернета». (6+)
03.55 «Приключения Тайо». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- DISCOVERY CHANNEL
06.00 Махинаторы. (12+)
06.45, 07.10, 07.35 Как это устроено? (12+)
08.00 Грязная работёнка: незаменимые. (12+)
08.50 Золотая лихорадка. (16+)
09.41 Как устроена Вселенная: Тайная история Луны. (12+)
10.32 Как устроена Вселенная: Первые океаны. (12+)
11.23 Дальнейший шаг на шоссе 66. (12+)
12.14 Высшая лига вышибал. (12+)
13.05, 13.56, 14.47, 15.38, 16.29 Махинаторы. (12+)
17.20, 17.46 Как это устроено? (12+)
18.11, 18.36 Как это устроено? (12+)
19.02 Как это устроено? (12+)
19.27 Взрывая историю. (12+)
20.18 Дальнейший шаг на шоссе 66. (12+)
21.09 Семейка Осборнов - правда или ложь. (16+)
22.00 Полиция Испании. (16+)
22.51 Самогонщики. (18+)
23.42, 00.08, 00.33, 00.59, 01.24, 01.47, 02.10, 02.33, 02.56, 03.19 Короли аукционов. (12+)
03.42 Высшая лига вышибал. (12+)
04.28 Грязная работёнка: незаменимые. (12+)
05.14 Полиция Испании. (16+)
VIASAT HISTORY
06.05, 06.35 Даты, вошедшие в историю. (12+)
07.05 Музейные тайны. (12+) Сезон: 12. США, 2016 г.
07.50 Тайны музеев. (12+) Сезон: 3. Великобритания, 2013 г.
08.35 По следам вождя гуннов Аттилы. (12+) Сезон: 1. Франция, 2020 г.
09.20, 10.20 Древние суперстроения. (12+) Сезон: 1. Франция, 2019 г.
11.15, 12.05 Земля больших кошек. (12+) Сезон: 1. Великобритания, 2019 г.
13.00, 13.45 Расшифровка тайн. (12+) Сезон: 1. США, 2019 г.
14.30, 15.20, 16.15 Вена: империя, династия и мечта. (12+) Сезон: 1. Великобритания, 2015 г.
17.00, 18.00 Падение империи. (12+) Сезон: 1. Австралия, 2017 г.
18.50 Реформация: священная война в Европе. (12+) Великобритания, 2017 г.
19.45 Кельты: кровь и железо. (12+) Сезон: 1. Германия, 2015 г.
21.00, 21.50 Разгадка тайны пирамид. (12+) Сезон: 1. Франция, 2019 г.
22.45 Побег от Гитлера. (12+) Сезон: 1. Великобритания, 2017 г.
23.35 Могилы викингков. (12+)
00.25 Карты убийства. (16+)
01.10, 01.55, 02.40, 03.25 Расшифровка тайн. (12+)
04.10, 05.00 Запретная история. (12+)
NATIONAL GEOGRAPHIC
04.55 Авто-SOS: Subaru Impreza. (16+)
06.00, 06.10 Научные глупости. (16+)
06.35, 07.20 Авто-SOS. (16+)
08.10, 09.00 Самые лучшие суперкары. (16+)
09.55 Внутри невероятной механики: Нефтяная вышка. (16+)
10.45 Внутри невероятной механики: Авианосец. (16+)
11.35, 12.25 Настоящий суперкары. (16+)
13.15, 14.05 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
14.55, 15.45, 16.40, 17.35 Кремниевая долина. (16+)
18.25, 18.50, 19.20, 19.45, 20.10, 20.35 Взлом Системы. (16+)
21.00 Youtube: Революция. (16+)
21.45 История десятилетий: Кудесники льда. (16+)
22.15 История десятилетий: Страсть к прибыли. (16+)
22.40 В дикой природе с Беаром Гриллсом: Алекс Хоннольд в Швейцарских Альпах. (16+)
00.25 Национальные парки Америки: Арктические врата. (16+)
01.15 Национальные парки Америки: Сагуаро. (16+)
02.00, 02.50 Сушить океан. (16+)
03.35, 04.25 Антарктика. (16+)
05.10 Национальные парки Америки. (16+)

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





Римма металась по кухне, заламывая руки и кусая губы.

**М**не было жаль подругу, но все, что я могла сделать в данной ситуации, — это налить ей кофе и поддержать морально. Мы обе знали, что рано или поздно ее обман вскроется и придется держать ответ перед мужем.

**Нет, которое да**

— Кать, ну вот как я так неосторожно, а? Лёшка подарил мне на Новый год телефон, а старый я в тумбочку закинула... со всеми контактами и перепиской. А он нашел его и прошерстил.

— Узнал про измену?  
— Нет, но... Я Олегу письмом писала, длинное, чувственное. Из него нельзя сделать однозначного вывода, но Лёшка, конечно, не дурак. Я могу сколько угодно играть словами и придумывать разные истории, но все мы люди взрослые. Не надо быть семи пядей во лбу, чтобы понять, о какого рода отношении я между мной и Олегом в письме идет речь.

— И Алексей понял? Что он сказал тебе?  
— Ну-у-у... — подруга замялась. — Он потребовал доказательств, что это только друг по переписке и в реальной жизни я его никогда не видела. Я всплила, сказала, что ничего не обязана доказывать, и, если он мне не верит, то наши отношения не имеют больше смысла.

Я внимательно посмотрела на подругу:  
— Ты потребовала развода?

— Нет, но прозвучало это так, как будто бы да, — Римма остановилась наконец и с мольбой посмотрела на меня. — Что мне делать? Если Лёшка уйдет от меня, я останусь одна с тремя детьми без средств к существованию. Он все предусмотрел. Вся недвижимость, обе машины, да-

# Подружка-хохотушка



**Незрелая любовь говорит: «Я люблю тебя, потому что ты мне нужна». Зрелая любовь говорит: «Ты мне нужна, потому что я тебя люблю».**

Эрих Фромм

же дача — все как-то хитро оформлено, что после развода все останется ему.

Я вздохнула и пододвинула поближе к Римме чашку с кофе.

**Глыба недвижимая**

С Риммой я познакомилась четыре года назад, и мы быстро нашли общий язык. Милая, смешливая, легкая на подъем, она быстро расположила к себе.

Да и жили мы в соседних домах. Очень удобно было время от времени сбежать от бытовухи к подруге и за чашкой чая потрещать ни о чем. Вот в один из таких дней она меня и огорошила новостью:

— Я изменила мужу. Влюбилась, Кать. Как девчонка влюбилась.

— Уйдешь от Алексея?  
— Я бы рада, да куда я с тремя детьми? Да и Олег моложе меня, ему такая обуза не по плечу сейчас.

— Это ты так решила или Олег тебе сказал? — заинтересовалась я.

— Олег, — покраснела Римма, — я бы хоть сейчас к нему переехала.

Я тогда ничего не стала советовать подруге, увещевать и отговаривать от опрометчивых шагов не было смысла. Мы обе давно вышли из того возраста, когда на мир смотришь восторженными глазами и веришь в сказочных принцев. Римма и сама знала, что Олег не примет ее с таким-то приданным. А я отлично понимала, почему этот Олег вообще в ее жизни возник.

Муж Риммы, Алексей, был мужиком неплохим. Работящим, спортивным, основательным. Этакая глыбища. Купил большую квартиру, строил дом за городом, на подходе бы-

ла банька. На подарки не скуп. Римма после замужества ни дня не работала. При этом имела возможность ухаживать за собой, бегая по салонам. А не как я, довольствуясь маской из кефира и видеоуроками по йоге. Словом, каталась как сыр в масле... так считали многие, кто близко Римку не знал.

Да, Алексей был глыбой, монолитом, сдвинуть который с места было практически невозможно. Любая соринка, пылинка, не вовремя выглаженные и убранные вещи приводили его в ярость. Нет, Римму и детей он не бил, но на крики, упреки и оскорбления был ох как щедр.

**Всё должно получиться**

— Римма, а сама ты чего хочешь? — спросила я подругу, которая к кофе так и не притронулась.

Подруга задумчиво на меня посмотрела. Помолчала.

— Хочу забрать детей, вернуться в Нижний Новгород и начать все сначала, — снова огорошила меня она. — Я долго думала на эту тему. Олег, конечно, моей судьбой не станет, но жить с Алексеем я больше не могу. Я бы, может, еще и вытерпела все его

нападки, но мне жалко детей. После нашей последней ссоры он сорвался на старшем сыне. Мне кажется, именно тогда и пришло понимание, что так больше нельзя.

— А работа? Жилье?  
— Я все продумала, Кать. У меня же в Нижнем квартира есть, я ее сдаю. Ну да, маленькая. Но все-таки крыша над головой. Да и мама рядом, всегда поможет. А насчет работы я уже «пробила». Меня берут в садик, куда я младших мальчишек отдавать планирую. Тоже не бог весть что, но все-таки. А попутно хочу выучиться на косметолога, у меня же медицинское образование, ты знаешь. Так что все должно получиться.

**«Дома расскажу»**

...В Нижний Новгород к Римме я приехала погостить через полтора года после того памятного разговора на моей кухне. Подруга похорошела, отросла волосы, стала еще более улыбчивой.

— Катька, я так рада, что ты приехала! — кинулась ко мне с объятиями Римма. — Я как раз ремонт в квартире доделала, оценишь. Я на дизайнера учусь, сама все придумала.

— Ты же на косметолога учиться собиралась, — рассмеялась я, подавившись веселому настроению подруги.

— А я и на косметолога учусь, — с готовностью кивнула та, — у меня уже и заказы первые есть на дизайн, и в косметологическом кабинете подрабатываю.

— А мужчина есть? — хитро прищурилась я.

Римка расхохоталась:  
— Дома расскажу.

ЕКАТЕРИНА

**ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!** А у вас есть история любви, изменившая вашу судьбу, которую вы хотели бы рассказать? Ждем ваши истории по адресу: [telek@kardos.ru](mailto:telek@kardos.ru)



**Судоку**

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

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

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

**1 ★★★★★★**

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

**2 ★★★★★★**

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

**3 ★★★★★★**

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

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

Гибкость делает нас подвижными и моложавыми независимо от возраста в паспорте.

# К стройности через гибкость



Начинаю утро с силовой тренировки – выдавливаю зубную пасту из тюбика.

**Мнение специалиста**  
**Не хуже кардионагрузок**



На наши вопросы отвечает тренер Юлия Панкратова.

– Как часто нужно делать растяжку, чтобы не потерять гибкость?  
– Три раза в неделю минимум, а еще лучше обеспечить себе небольшую практику ежедневно для поддержания тела в хорошей форме. Это как мыть голову или ухаживать за лицом: во всем важна стабильность.

– Чтобы быстрее похудеть, нужно заниматься кардиотренировками. Могут ли йога, стрейчинг их заменить и избавить от лишних отложений?

– От кардио, конечно, эффект быстрее. Стрейчинг, думаю, особо не повлияет на жиросжигание. А вот занятия йогой ведут к более серьезным переменам в организме и при правильном питании могут стать хорошим подспорьем в борьбе с лишним весом. Например, позы лежа на животе (шалабхасана, дханурасана, бхуджангасана) способствуют похудению. Есть поза, в которой усиливается пищеварение и т.д. Да и, например, активная йога-пауэр (силовая), аштанга-виньяса очень могут способствовать уменьшению объемов тела.

Если вы думаете, что растяжкой нужно заниматься, начиная с 4-5 лет, вы ошибаетесь. Начинать и возобновлять занятия никогда не поздно. Конечно, помериться растяжкой с гимнастикой после упражнений вы не сможете, но чувствовать себя легкой и изящной будете наверняка.

## Увеличиваем температуру

Мышцы перед растяжкой должны быть хорошо разогреты. Если растяжка идет в конце силовой или кардиотренировки, ничего дополнительного делать не нужно. Мышцы уже разогреты. Если же растяжка выступает как отдельная тренировка, нужно выполнить разминку минут на 10. Например, побегать, попрыгать, присесть, сделать махи руками и ногами. В помещении для тренировки, кстати, не должно быть холодно. Можно даже дополнительно надеть теплые гольфы или гетры.

## Дышим глубоко, двигаемся плавно

Во время растяжки дышите ровно и глубоко. Благодаря этому мышцы лучше расслабятся и легче тянутся. Выполняйте упражнение медленно и плавно, без резких движений и рывков.

Не перенапрягайтесь. Вам не нужно ставить олимпийские рекорды на первом же занятии. Если во время тренировки появилась боль, это

сигнал о том, что вы неправильно выполняете упражнение, неправильно дышите и как следует не расслабились, либо это ваш предел гибкости на сегодняшний момент и не нужно требовать от себя большего.

Окончание тренировки – тоже очень важный момент. Хорошо расслабляет мышцы теплая вода. Можно принять ванну или душ.

## Не сравнивайте

Никогда не ориентируйтесь на гибкость других людей в группе, и уж тем более на тренера. Во-первых, природные данные могут быть разные, а во-вторых, если вы никогда не занимались растяжкой, то и гибкость на первых порах будет не очень впечатляющая. Но если вы занимаетесь, чтобы улучшить самочувствие, и шпагат не является самоцелью, организм все равно порадует вас легкостью и подвижностью.

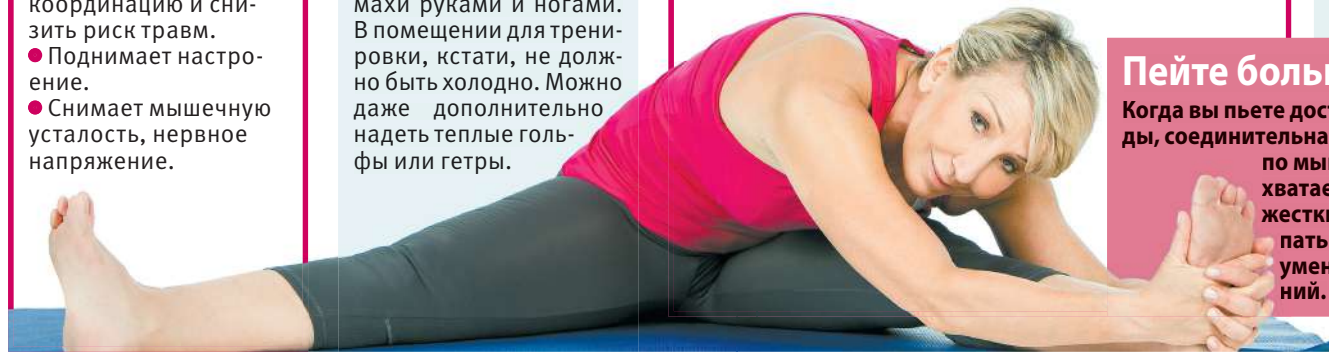
## Пейте больше воды

Когда вы пьете достаточное количество воды, соединительная ткань лучше скользит по мышцам. Если же воды не хватает, ткани становятся более жесткими, фасции могут прилипать к мышечным волокнам, уменьшая диапазон движений.

Татьяна МИХАЛЁВА

## Полезно

- Делает тело более стройным и подтянутым.
- Улучшает осанку.
- Сохраняет суставы молодыми и подвижными.
- Помогает улучшить координацию и снизить риск травм.
- Поднимает настроение.
- Снимает мышечную усталость, нервное напряжение.



				См. фото	Салат в багровых тонах	Блестящая "розочка" на подарке	"Загулявший" хмельной напиток			Мордобой по правилам	Главная река Германии	Усаач Сальвадор с кистью	
Его металл в мамонта древний человек	Везут сани Санта-Клауса	Чувство, затаенное злопамятным						Когда их 12 - это ураган	Баталия с расквашенными лицами	Художник Эль ...	Бесправный невольник		
Уничтожитель кушаний			Штат, что продал Америке Наполеон	Поэт Поль ...	Радикал питьевого спирта	Английское пятастишие					Представление в театре Ла Скала	Часы с "новогодним" боем	
Приемы запоминания	Его прославил "Кармен"			Сливший шум мегаполиса			Река с Калугой и Коломной			Водка, выжатая из пальмы			
		Территория перед домом	Длинноухий бременский музыкант							"Каталки" с горки	Моющее вещество из золы	... Кипренский	Статуя из раскопок
	Юбочка не для скромниц	Прокатный инвентарь на катке		Голливудский фильм про акул				Грубая униформа матроса	Коренное население Югры	"Кратер" сальной железы на коже			
			Битва, выкосившая половину рати					Пряность, напоминающая звание					
	"Летка..." (песня)	Он гоняет стаи туч								Парусина в роли крыши			
			Немецкая дама	Выразительное движение	"Снежная крепость" эскимоса			Заводской огрех					
Закрото на ночь шторой	Кусок пьесы до перерыва	Группа экспертов-судей на конкурсе			Орган с роговицей и хрусталиком	Все встают, а он идет	Проклятый Ноем отпрыск	"Все ... нам будут трн-трава"	Примкнут к автомату				
"Монстр", атакующий зуб				Курс фрегата согласно ветру			Песня нарасхват						
			Его сервируют, ожидая гостей		"Биоплярное" сияние			Заведение для стрелков					
Шайка на подхвате у диктатора	Пропавший брат Суок			Мценский для нашей леди Макбет			Глава муниципалитета						

**ТЕЛЕК**

Д	Е	М	У	Э	Л	И	Т	А	Т	У				
И	А	В	А	В	Л	О	Т	С	А	К	И	У		
Т	И	Х	С	Л	В	Л	С	Е	И	В	К	И		
Ж	Я	Т	Ш	С	И	Л	И	Д	Ю	Ж	Ф	Ч	Н	
И	Т	С	В	Ш	У	Н	О							
И	Н	Е	Т	К	А	В	Я	Р	Д	Е	Т	В	О	И
Н	А	В	О	И	М	О								
А	В	О	П	Р	В	Т								
А	Л	В	А	В	О	Р								
И	К	Н	С	А	В	О	К	И	Т	Е	Э	И	Н	Е
У	И	К	И	Р	Э	М	И	Г	Н	К	О	В	Е	Н
А	В	Р	О	Р	А	Н	А	И	Э	И	Л	У	Л	К
Д	Р	В	А	В	Р	В	В	В	Е	Р	О	Ц	В	К

Фото: Наталья Неполовой и www.shutterstock.com

Тамаринд – это тропическое вечнозелёное деревце (за вкусные плоды его называют индийским фиником), внешне очень похожее на нашу акацию.

В природе индийский финик вырастает до 25 м, а в домашних условиях не бывает выше 2 м. Растет комнатный финик медленно. И очень часто из него формируют бонсай.

# Индийский финик, или домашний бонсай

– Папа, а что это?  
– Это удобрения для растений.  
– Чтобы они были добрыми???



## Освещение

Цветок любит много рассеянного света. Жарким летом тамаринд лучше притенять от солнечных лучей. Если же света будет мало, деревце начнет вытягиваться, терять декоративность и еще больше замедлит рост. Для равномерного развития кроны тамаринда время от времени поворачивайте горшок.

## Температура

Растение бодро себя чувствует при 20-25 градусах в весенне-летний период. Но может переносить относительно легко и более высокие температуры. Зимой для тамаринда желателен прохладный режим, но не ниже 10 градусов. И обязательно нужно беречь его от сквозняков!

## Полив и влажность

Индийский финик предпочитает систематический регулярный полив без пересыхания и переувлажнения почвы. Любые крайности неблагоприятно отражаются на тамаринде. Чем выше температура в комнате, где находится растение, тем чаще требуется полив. Вода для полива должна быть отстоявшейся и теплой.

Что касается влажности, то растение тропиков, конечно же, не любит сухой воздух. Для более комфортного домашнего проживания очень желательно ежедневное опрыскивание, можно также расположить горшок с растением на поддоне с влажным керамзитом. Зимой не следует размещать цветок рядом с горячими батареями.

## Расти, коса!

Пока растения молодые, стволы тамаринда можно заплетать в виде косы. Для этого вам понадобится от 3 до 6 растений. Высаживают их в одну емкость. Сплетенные стволы фиксируются проволокой, лейкопластырем или другими материалами.

## Подарок ручной работы

Цветы – всегда хороший подарок. И срезанные, и растущие в горшке. Даже наборы для выращивания появились – семена, земля и емкость для посадки. Можно заранее купить такой набор и посадить цветы. А как только взойдут и немного подрастут, подарить их. Получится подарок настоящей ручной работы!

## Формирование кроны

Чтобы получить компактное деревце бонсай, каждый год в начале весны производят формирующую обрезку. Первая обрезка проводится после того, как тамаринд достигнет 50-60 см в высоту. Чтобы крона была более раскидистой, прищипывается верхушка. Если нужно более компактное деревце, обрезается ствол примерно на уровне 40 см от почвы. Даже если останется голый ствол без листвы, это не страшно. Новые ветки и листочки нарастут достаточно быстро. И обязательно все манипуляции проводите, когда растение здорово.

## Пересадка и удобрение

Молодое растение желательно пересаживать ежегодно по весне. В дальнейшем пересадку делают примерно раз в три года. Удобрение вносятся примерно через месяц после пересадки и потом каждые две недели до наступления осени.

Ольга БЕЛЬСКАЯ



**Анапа** 105,9 FM  
**Вышний Волочек** 104,5 FM  
**Геленджик** 101,2 FM  
**Губкин** 104,0 FM  
**Ейск** 101,1 FM  
**Задонск** 103,9 FM  
**Краснодар** 87,9 FM  
**Липецк** 97,9 FM  
**Медное (Тверь)** 107,9 FM  
**Москва и область** 100,9 FM  
**Мосолово** 101,0 FM  
**Новороссийск** 101,2 FM  
**Орёл** 95,6 FM  
**Осташков** 99,4 FM  
**Ржев** 102,4 FM  
**Рязань** 102,5 FM  
**Смоленск** 88,4 FM  
**Старый Оскол** 104,0 FM

ДОСТУПНО  
ОНЛАЙН

RADIOVERA.RU



App Store Google play

СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

## ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

### «...невозможное человекам возможно Богу»

И спросил Его некто из начальствующих: Учитель благий! что мне делать, чтобы наследовать жизнь вечную? Иисус сказал ему: что ты называешь Меня благим? никто не благ, как только один Бог; знаешь заповеди: не прелюбодействуй, не убивай, не кради, не лжесвидетельствуй, почитай отца твоего и мать твою. Он же сказал: все это сохранил я от юности моей. Услышав это, Иисус сказал ему: еще одного недостает тебе: все, что имеешь, продай и раздай нищим, и будешь иметь сокровище на небесах, и приходи, следуй за Мною. Он же, услышав сие, опечалился, потому что был очень богат. Иисус, видя, что он опечалился, сказал: как трудно имеющим богатство войти в Царствие Божие! ибо удобнее верблюду пройти сквозь игольные уши, нежели богатому войти в Царствие Божие. Слышавшие сие сказали: кто же может спастись? Но Он сказал: невозможное человекам возможно Богу.

Этот отрывок из Евангелия от Луки будет читаться в православных храмах 31 января, в воскресенье.



Комментирует священник Дмитрий Барицкий

Господь подходит к Иерусалиму. Для большинства Он великий царь, который возвращается в стольный град, чтобы утвердить царство праведности и справедливости. Кто не хотел бы занять место поближе к Его престолу? В сознании многих претендовать на это могут только люди с безупречной репутацией. Начальник считает себя именно таким.

Отвеч Спасителя – гром среди ясного неба. «Ведь если я оставлю свое богатство, – думает богач, – я лишусь не просто денег. Я по-

теряю статус, уважение, почет. Более того. Я потеряю возможность быть столь же великодушным, добродетельным, нравственно безупречным, каким был до этого. Ведь легко благодетельствовать, когда у тебя в кармане миллионы. Когда ты возвышаешься над окружающими на пьедестале. А теперь быть как все? Войти в царство Мессии рядом с ремесленниками, рыбаками, блудницами и мытарями. Просто один из многих, в толпе? Увольте! Я должен быть уникален и в глазах людей, и в глазах Бога, и, что самое главное, в своих собственных глазах». Вот от какого богатства не может отказаться этот человек.

Подобно ему каждый из нас в какой-то степени богат самим собою. Это то, что в наших собственных глазах придает нам особый вес, значимость, то, что дает нам повод



и даже объективные основания хотя бы немножко, но превосходить окружающих. И это не обязательно выдающийся творческий талант. Речь может идти о самом пустяковом и незначительном деле. Об умении варить борщ, штопать носки, водить машину. И все это лишь чуточку лучше, чем другие. Тщеславию и гордости все равно, где пустить корни и на какой почве развиваться. Они не погнушаются. Но даже такого малого повода может оказаться достаточно, чтобы вход в Царство Небесное оказался непомерно узким и даже непреодолимым.

Ведь проскользнуть через него сможет лишь тот, кто в своих собственных глазах мал и незначителен. Такими глазами смотрит на себя ребенок. Однако именно такой человек окажется великим для Бога и сможет войти в Его небесный Иерусалим.

## ДОРОГА К ХРАМУ

### С КАКОЙ НОГИ НАДО ВСТАВАТЬ?

Существует ли церковное правило, с какой ноги надо вставать утром после сна, чтобы день прошёл правильно? Слышала, что вставать надо с правой ноги, так ли это? М.

Это суеверие. Можно вставать с любой ноги, даже вставать сразу на обе ноги. Это к христианству не имеет никакого отношения. Ваша задача как христианина не слепо следовать правилам, а задуматься, какая польза людям от ваших дел. Насколько они говорят о любви к ближним, к Богу.

### СЧИТАЕТСЯ ЛИ МОЛИТВОЙ АУДИОМОЛИТВА?

Дорога на работу длинная, вот приятельница снабдила меня записью аудиомолитвы. Она купила этот аудиосборник в одной из паломнических поездок и теперь раздаёт друзьям. Если я слушаю их утром и вечером (по дороге на работу и обратно), то можно ли считать, что я молюсь Господу? Ирина Сергеевна

Размышления о Боге, глубоко личное возношение ума и сердца Богу, слушание аудиомолитвы – это тоже молитва Богу. Только в случае с аудиомолитвой должно быть правило, где вы лично молитесь Богу. Есть простая молитва: «Господи Иисусе Христе, помилуй мя, грешного», которая запоминается легко, и с ней в любое время можно обратиться к Богу. А заучивать текст молитвы при помощи современных средств можно.

Все мы знаем, что белые медведи «вертят земную ось» на Северном полюсе, а пингвины выбрали для себя Антарктиду. Что нам ещё известно о животных, которые живут возле полярного круга в Северном и Южном полушарии?

1. Эти животные приспособились видеть и во время полярной ночи. И всё из-за особого строения глаза. За умение видеть в темноте отвечает специальный зеркальный слой, находящийся за сетчаткой глаза. Совсем небольшая область меняет цвет: зимой, во время полярной ночи, она голубая, а летом – золотистая. Какому животному принадлежат глаза-хамелеоны?

- а) Белому медведю.
- б) Полярному песцу.
- в) Северному оленю.

2. С латыни название этого млекопитающего можно перевести как «гуляющая с помощью зубов морская лошадь». Для жизни это стадное животное выбирает мелкие воды шельфовых льдов и ледяные арктические и субарктические воды. От переохладения его спасает прослойка жира, достигающая в толщину 15 см. По инициативе Всемирного фонда дикой природы 22 ноября празднуется

как день, посвященный этим ластоногим. Как называют этих неуклюжих на суше громадных животных?

- а) Морж.
- б) Морской слон.
- в) Тюлень.

3. Этот зверь с меховой шкуркой встречается на территории российского Заполярья и островах Северного Ледовитого океана. Режиссёр Эдуард Бочаров снял художественный фильм «Недопёсок Наполеон III» об убежавшем со зверофермы ценном пушистом

# ЖИВОТНЫЕ ЗЕМНЫХ ПОЛЮСОВ

зверьке. Кого Юрий Ковалёв сделал героем повести «Недопёсок», по которой и был снят этот фильм?

- а) Куницу.
- б) Лису.
- в) Песца.

4. Этот свирепый хищник в природе водится только возле берегов Антарктиды. Относится к семейству тюленей, но подкожного жира практически не имеет. Его обтекаемое тело позволяет развивать в воде большую скорость. Окрас

верхней части тёмно-серый, низ – серебристо-белый, на голове и по бокам видны серые пятна. Как называют этого питающегося теплокровными позвоночными пятнистого тюленя?

- а) Косатка.
- б) Морской леопард.
- в) Морской котик.

5. У северных народов есть такие поговорки: «Где тундра оленьими копытами разбита, там и куропатки будут сыты», «На добыче оленей сгодится всякое из умений: быстрый – будь загонщиком, а сильный – покольщиком». Продолжите пословицу: «Оленю лучшая мерка...».

- а) ...по копыту проверка.
- б) ...по рогам проверка.
- в) ...в дороге проверка.

6. Этот млекопитающий житель прибрежных вод Северного Ледовитого океана напоминает крупного дельфи-

на, кожные покровы у него бурые в крапинку, брюхо светлое. Питается в основном моллюсками, рыбой и ракообразными. В челюсти животного всего два зуба, один из них (левый) развивается в бивень. Этот бивень в XII веке торговцы продавали как аликорн – рог мифического единорога. Как называется этот легендарный арктический «единорог»?

- а) Нарвал.
- б) Кловорыл.
- в) Ремнезуб.

7. Эту песенку композитора Александра Зацепина на слова Леонида Дербенёва исполнила Аида Ведищева в кинофильме «Кавказская пленница». Вспомните название песни.

- а) «Песенка о медведях».
- б) «Колыбельная медведицы».
- в) «Белые медведи».



## ОТВЕТЫ

1-в, Тай-  
на глз-  
хмелеон  
принадлежит  
свежео-  
му оленю.  
Ученые до-  
казали, что  
цвет глаз ме-  
няет цвет в  
зависимости  
от времени  
года. В зим-  
ний период  
он становится  
голубым, а  
в летний –  
золотистым.  
2-б, Морской  
слон.  
3-а, Куница.  
4-б, Морской  
леопард.  
5-в, По копыту  
проверка.  
6-а, Нарвал.  
7-а, «Песенка  
о медведях».

### СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

<b>25 января</b>	Восход: 8 ч. 11 м. Заход: 16 ч. 59 м. Долгота дня: 8 ч. 48 мин.	Растущая Луна в знаке Рака
<b>26 января</b>	Восход: 8 ч. 10 м. Заход: 17 ч. 01 м. Долгота дня: 8 ч. 51 мин.	Растущая Луна в знаке Рака
<b>27 января</b>	Восход: 8 ч. 08 м. Заход: 17 ч. 03 м. Долгота дня: 8 ч. 55 мин.	Растущая Луна в знаке Рака
<b>28 января</b>	Восход: 8 ч. 07 м. Заход: 17 ч. 04 м. Долгота дня: 8 ч. 57 мин.	Полнолуние в знаке Льва
<b>29 января</b>	Восход: 8 ч. 06 м. Заход: 17 ч. 06 м. Долгота дня: 9 ч. 00 мин.	Убывающая Луна в знаке Льва
<b>30 января</b>	Восход: 8 ч. 04 м. Заход: 17 ч. 08 м. Долгота дня: 9 ч. 04 мин.	Убывающая Луна в знаке Девы
<b>31 января</b>	Восход: 8 ч. 03 м. Заход: 17 ч. 10 м. Долгота дня: 9 ч. 07 мин.	Убывающая Луна в знаке Девы

### НАШ КАЛЕНДАРЬ С 25 ПО 31 ЯНВАРЯ

#### ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

##### 25 ЯНВАРЯ

В 1918 году была принята Декларация прав трудящегося и эксплуатируемого народа. В 1924 году впервые вошли в программу Олимпийских игр: прыжки на лыжах с трамплина, скоростной бег на коньках, керлинг, бобслей, лыжное двоеборье и лыжные гонки.

##### 26 ЯНВАРЯ

В 1525 году вышел первый печатный вариант карты Руси.

В 1905 году в Южной Африке добыт самый крупный в мире алмаз весом 3106 карат (621,2 г).

В 1924 году Петроград был переименован в Ленинград.

##### 27 ЯНВАРЯ

В 1924 году в Москве открыт Мавзолей В.И. Ленина.

В 1945 году советские войска освободили узников Освенцима.

##### 28 ЯНВАРЯ

В 1820 году экспедиция Ф.Ф. Беллинсгаузена и М.П. Лазарева открыла Антарктиду.

##### 29 ЯНВАРЯ

В 1833 году в Санкт-Петербурге была организована первая в России почтовая сеть.

В 1886 году Карл Бенц получил патент на первый автомобиль (День рождения автомобиля).

##### 30 ЯНВАРЯ

В 1790 году впервые в мире была испробована спасательная шлюпка.

##### 31 ЯНВАРЯ

В 1714 году по приказу Петра I был создан «Государев Кабинет» – Кунсткамера (Сегодня – Музей антропологии и этнографии Российской академии наук).

#### ИМЕНИННИКИ

##### НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

- 25 ЯНВАРЯ. Илья, Макар, Татьяна.
- 26 ЯНВАРЯ. Максим, Яков.
- 27 ЯНВАРЯ. Андрей, Иван, Нина, Сергей, Степан.
- 28 ЯНВАРЯ. Вениамин, Елена, Павел, Прохор.
- 29 ЯНВАРЯ. Пётр.
- 30 ЯНВАРЯ. Антон, Антонина, Виктор, Георгий, Савелий.
- 31 ЯНВАРЯ. Владимир, Дмитрий, Кирилл, Ксения, Мария, Михаил, Николай, Оксана.

#### ПРАЗДНИКИ

##### НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

- 25 ЯНВАРЯ ■ День студента (Татьянин день)
- 26 ЯНВАРЯ ■ День штурмана Военно-морского флота России
- 27 ЯНВАРЯ ■ День экологического образования
- 28 ЯНВАРЯ ■ День воинской славы России – День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады (1944 г.)
- 29 ЯНВАРЯ ■ Международный день защиты жертв Холокоста
- 30 ЯНВАРЯ ■ Международный день защиты персональных данных
- 31 ЯНВАРЯ ■ День поп-арта
- 31 ЯНВАРЯ ■ День первооткрывателя в России
- 31 ЯНВАРЯ ■ День Деда Мороза и Снегурочки
- 31 ЯНВАРЯ ■ Международный день ювелира

#### НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

### Пришёл Павел – на час день прибавил

25 января – Татьянин день. Яркое звездное небо в этот день свидетельствовало о ранней весне. На Ермилов день, 26 января, было принято наблюдать за поведением кошки: если она скребет когтями пол – к метели, стену – к ненастью, по половицам катается – к теплу, а если мордочку прячет – к морозу. 27 января, в день Нины, погоду на ближайшие дни определяли по голосу первой утренней птицы: пение петуха обещало тепло, а карканье ворона – метель. В Павлов день, 28 января, наблюдали за звездами: блестящие предвещали мороз, тусклые – тепло, а мерцающие – вьюгу. В этот день говорили: «Пришел

Павел – на час день прибавил». Если 29 января, в день Петра-полукорма, курица стоит на одной ноге, то стоило ждать морозов. 30 января считали днем Антона-перезимника и Антонины-половины. «Пришла Антонина – холодам осталась половина» – говорили в народе. На Афанасия-ломноса, 31 января, часто наступали самые сильные морозы: «Пришел Афанасий-ломноса – береги щеки и нос». Оттепель же сулила ненастное лето и плохой урожай картофеля.



Больше так не могу!  
Всё надоело...  
Пойду брошусь под... одеяло.

## ТЕЛЕК Черноземье

Газета «Телек Черноземье». Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. (Роскомнадзор) Свидетельство ПИ № ФС 77 - 77731 от 29.01.2020 г. Издаётся с ноября 2015 года.



Учредитель, редакция и издатель: ООО «Издательская группа «КАРДОС»  
Генеральный директор ВАВИЛОВ А.Л.  
Адрес редакции: 127018, Россия, г. Москва, ул. Полковая, д. 3, стр. 4. e-mail: telek@kardos.ru  
Адрес издателя: 111675, Россия, г. Москва, ул. Святоозерская, д.13, этаж 1, пом. VII, ком. 4, офис 4.

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С. Тел. 8-495-937-41-31  
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.  
Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.  
Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.  
Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А. Тел. 8-495-933-95-77, доб. 220  
Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А. Тел. (495) 933-95-77, доб. 237, e-mail: distrib@kardos.ru

Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.  
Ведущие менеджеры отдела рекламы: ВОЛКОВ В.Е., СЕМЕНОВА Т.Ю., ГУБАНОВА Т.В., КОВАЛЬЧУК Е.В. Тел. 8-495-933-95-77, доб. 142, 206  
Ведущие менеджеры по работе с рекламными агентствами: ЖУЙКО О.В., ГРИГОРЬЕВА Л.А. Тел. 8-495-933-95-77, доб. 147, 273  
Ведущие дизайнеры: НАЙДЕНОВ А.А., НЕМЫКИН Н.Н. Телефон рекламной службы: 8-495-933-95-77, доб. 225, e-mail: reklama@kardos.ru

№ 3 (272).  
Дата подписания в печать: 01.00 час. 19.01.2021 г.  
Дата производства: 19.01.2021 г.  
Дата выхода в свет: 20.01.2021 г. Тираж 43 500 экз.  
Отпечатано в АО «Прайм Принт Воронеж» (АО «ППВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48л, Тел.: +7. (473) 246-52-70  
Заказ 563. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.  
Тираж этого номера 879 185 экз.  
Рекомендованная цена в розницу 23 рубля. Еженедельная семейная газета для читателей 12+  
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»  
Объем 3 п.л. Сайт газеты www.telek.kardos.media  
Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России» и на сайте https://podpiska.pochta.ru  
Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.

Газета печатается в городах: Москва, Санкт-Петербург, Воронеж, Краснодар

В этом году шёлковый платок стал буквально аксессуаром номер один, практически все модные дизайнеры включили его в свои коллекции.

# Вечно модный и желанный платок



Именно шелковый платок может внести модную изюминку в любой образ, независимо от стиля. И именно он способен освежить даже вышедшие из моды вещи. Шелковый платок сегодня носят не только на голове, но и на шее, на талии и даже на сумке. Причем в каждом конкретном случае именно платок становится знаком того, что вы в курсе современных трендов и не отстаете от моды ни на шаг.



## Платок на голове

Подвязывать платок под подбородком в стиле «бабушка», как было модно прошлым летом, еще можно, но уже не так актуально. В теплом сезоне 2021 года идеальный вариант платка на голове – это чалма. И чем сложнее она будет накручена, тем лучше. На самом деле, отличный вариант для лета – и голову не напечет, и волосы закрыты от солнца, и модный аксессуар во всей красе. Еще один прекрасный вариант – сложить платок в виде полоски и просто обернуть вокруг головы. Концы платка можно завязать эффектным узлом или спрятать – на ваше усмотрение. Воздержаться желательнее только от бантов, даже если концы получились очень длинными.



– Что за узел у тебя на платке?  
– Бабушка завязала, чтобы я не забыл за свет заплатить.  
– И ты заплатил?  
– Нет, она забыла дать деньги.

## Платок на шее

Шейный платок переживает буквально второе рождение, в этом году его будут активно носить и женщины, и мужчины. Шейный платок уместен в любой ситуации и отлично вписывается в любой стиль – от строгого офисного дресс-кода до самого неформального гранжа. Способов завязать шейный платок великое множество, вот, для примера, один из них.



## Два платка

Эффектно выглядит сочетание двух платков – на голове и на шее. Причем совпадать они могут лишь в цветовой гамме, а вот принты на платках могут быть разными. Искряться со способами завязывания платков в этом случае совершенно необязательно. Платок на шее можно завязать как пионерский галстук, на голове – в стиле «бабушка», то есть под подбородком. Два узла впереди и два треугольника сзади выглядят очень интересно и остро.

## Цвет и принт

Однотонный платок – самое простое и незамысловатое решение. Видимо, поэтому модные дизайнеры предпочитают принтованные платки. Платок с ярким принтом или рисунком – очень активная деталь, поэтому носить его лучше с однотонной одеждой.

## Платок-пояс

Очень интересно выглядит большой платок-каре, завязанный на талии, как пояс. А если пойти еще дальше и найти для платка большую красивую пряжку, получится удачное сочетание двух актуальных трендов.

## Платок на сумке

Небольшой платок, привязанный к ручке сумочки или закрепленный на ее фурнитуре, – изобретение немолодое, но вновь очень популярное. Кстати, именно платок может «оживить» вышедшую из моды сумочку и вернуть ее в ваш гардероб.

Светлана ИВАНОВА

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 25 ПО 31 ЯНВАРЯ

**ОВЕН (21.03 – 20.04)**  
На поступки Овнов повлияют эмоции. Так что совет от звезд: запаситесь терпением и смотрите на жизнь позитивнее. Тогда будет высок шанс найти общий язык и с деловыми партнерами, и с семьей. Время благоприятно для давно зрелого любовного признания.

**ЛЕВ (23.07 – 22.08)**  
Львам звезды советуют посвятить неделю не только работе, но и личной жизни. Проблемы, возникшие в любовных отношениях, можно будет решить быстро и легко. Если вы в ссоре с кем-то, не бойтесь сделать первый шаг навстречу. И не отказывайтесь от новых знакомств.

**СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)**  
Девиз Скорпионов – красота и гармония во всем! Начальство непременно оценит нетривиальный подход к решению задач. А звезды советуют уделить внимание своему здоровью. Если вы одиноки, не чурайтесь новых знакомств, одно из них станет романтическим.

**ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)**  
Водолеям захочется легкого, непринужденного общения. Так почему бы и нет? К тому же неделя отлично подходит для налаживания отношений с нужными людьми. Немного поштормит в любви. Но на помощь придут близкие, которые поддержат и помогут дельным советом.

**ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)**  
Тельцам захочется проявить активность и инициативу в делах. Но существует опасность, что мелкие ссоры перерастут в крупные конфликты. Оберегайте себя и чувства близких от разговоров на повышенных тонах. А заодно и отношения со своей половинкой от вспышек ревности.

**ДЕВА (23.08 – 23.09)**  
У Дев наступает время деловой активности, инициативности и напора. А вот в отношениях с близкими необходимо искать компромиссы. Успешному развитию любовных отношений способствуют общность интересов и совместные увлечения.

**БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)**  
Близнецам стоит избегать небрежного поведения. Хотя звезды обещают в целом неплохую неделю. Особенно она благоприятна для тех, кто решит разрубить узел давно назревших проблем. Причем как рабочих, так и семейных. А вот в любви не форсируйте события.

**ВЕСЫ (24.09 – 23.10)**  
Неделя благоприятна для уже начатых проектов, а вот затевать что-то новое пока не стоит. Избежать ошибок в работе поможет четкое планирование. Не исключено, что кому-то из родных потребуется ваше деятельное участие. Будьте рядом. А в любви все ярко и бурно.

**РАК (22.06 – 22.07)**  
Ракам стоит внимательно относиться к важным деталям. Особо удачливыми во всех начинаниях окажутся люди азартные. Если вы активны и вас поддерживают близкие, знайте: время подходит для организации семейного бизнеса. А в любви тишь да гладь.

**СКОРПИОН (24.10 – 22.11)**  
Скорпионам пора заняться собой, воплотить в жизнь давнее желание, реализовать мечту. Благоприятное время для встречи с родственниками и друзьями. А романтическое признание может всколыхнуть в душе избранника ответные чувства. Благодатное время!

**КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)**  
Неделя Козерогов выйдет суматошной, богатой на разные новости. Не отвлекайтесь на дела, вас не касающиеся, тогда все получится. Отличное время для генеральной уборки дома и семейных посиделок. В любви пора быть посмелее и выходить на новый уровень.

**РЫБЫ (19.02 – 20.03)**  
У Рыб наступает благоприятный период для домашних дел и общения с семьей. Обсудите совместные планы с родными, займите ремонт. Работа? Да все там неплохо, можно немного ослабить гонку. Разговор по душам с любимым человеком выведет из тупика в отношениях.

### КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

1. Зубная ... – первый коммерческий товар с нейлоном (февраль 1938 года).
2. Косой ... в шахматах означает мат.
3. Представительница прекрасного пола у «сестер наших меньших».
4. «Молодой ..., удалой боец, по прозвищу Калашников» (Лермонтов).
5. Работник «службы безопасности» в бабьем царстве султана.
6. В Шотландии и Уэльсе идущие в гости на встречу Нового года должны принести с собой кусочек этого и бросить его в разожженный камин.
7. «Связующий» рыболова и рыбу капрон.
8. Фильм Рязанова с Крючковой, Гурченко, Купченко и Ахеджаковой – «Старые ...»
9. Роговые пластинки, создающие защитную «кольчужку» пресмыкающихся.
10. «Пряди» волос над губами.

Ответы: 1. Щетка. 2. Крест. 3. Самка. 4. Купец. 5. Евух. 6. Уголь. 7. Леска. 8. Княчи. 9. Чешуя. 10. Усищи.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 25 ПО 31 ЯНВАРЯ

Уважаемые читатели, мы предлагаем вашему вниманию детектив-загадку. Внимательно прочитав его, вы сможете сами найти решение. Для этого вам предстоит включить свою смекалку на полную.

**З**ажмурившись от удовольствия, Вера положила в рот очередную дольку мандарина и даже заурчала.  
– Ты того... – покосился на нее Быков.  
– Чего «того»? – процитировала с известной интонацией Вера героя популярного фильма.  
– Не вздумай от нас снова в декрет уйти, – быстро проговорил Быков и снова внимательно посмотрел на коллегу.  
Вера даже поперхнулась.

– Быков, ты что? С чего такие выводы?

**Ж**ена моя, когда третьего носила, тоже так вот мандарины ела. Только что не мяукала. А еще, когда ботинки гуталином натирал, то в подъезд выходил. Боялся, уйду на работу, а она налопается этой дряни. Очень уж ей запах нравился.  
– Не переживай, – хмыкнула Вера, доже-

# Между кофе и мандаринами



вывая последнюю сладкую дольку. – Это просто муж вкусные уж очень купил, марокканские, сладкие-э-э. Кстати, есть у нас что-нибудь сегодня срочное? Я хотела текущие дела разобрать, а то после Нового года в них прям бардак какой-то.

Быков с тоской посмотрел на аккуратную стопку папок на Верином столе, перевел взгляд на бес-

порядочный ворох бумаг на своем, вздохнул.

– Есть, – майор посмотрел на часы, – утром в туалете офисного здания в центре города был избит и ограблен один из клерков. Потерпевшего доставили в травмпункт, но там все оказалось не так страшно. Сейчас он едет сюда. По идее, должен вот-вот появиться. На месте преступления уже были наши эксперты, пока

ничего, что могло бы пролить свет на то, кто это совершил, не нашли.

Вера кивнула и тоже посмотрела на часы.

**Е**сли удастся разделиться со всем этим побыстрее, мы с тобой еще успеем кофейку до совещания выпить.

– А ты оптимистка, – улыбнулся Быков.

Потерпевший появился в кабинете следователей минут двадцать спустя. С забинтованной головой и мольбой в глазах.

– Найдите этого... нехорошего человека, – с порога взмолился он, – как я после всего произошедшего шефу в глаза смотреть буду?

– А при чем тут ваш шеф? – не поняла Вера.

– Ну так у меня его часы, цепочку и кошелек украл, – недоуменно посмотрел на следователей мужчина. – Я ведь уже давал показания до отъезда в медпункт.

ложил их в сейф в его кабинете. Я по дороге в туалет зашел. Пока руки мыл, сзади ко мне незаметно подкрался какой-то бугай и долбанул по затылку, – мужчина потрогал место удара, скривился от боли, – я потерял сознание, а когда очнулся, вещей не было.

– Вы его можете описать? – спросила Вера.

– Я же сказал, подкрался незаметно, не видел я его.

**С**лушай, я сейчас один уточняющий вопрос экспертам задам, и мы, похоже, кофейку-то выпить успеем, – обратилась Вера к Быкову, набирая номер криминалистического отдела.

**Любовь АНИНА**



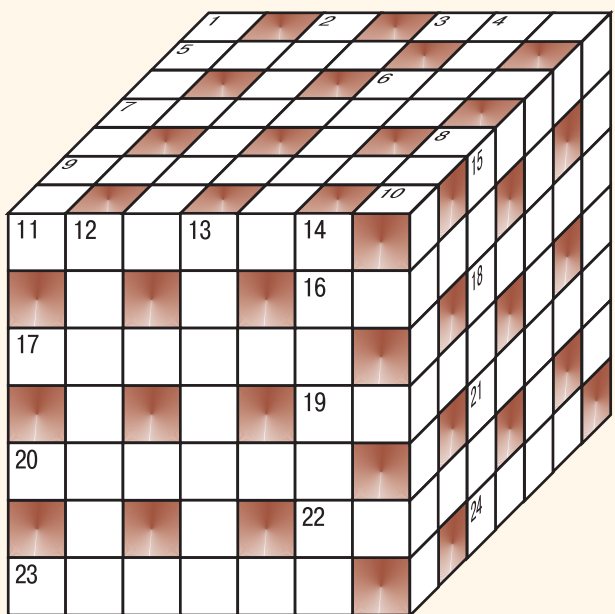
**Какой вопрос Вера собирается задать экспертам и что ей удалось понять из рассказа потерпевшего?**

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

**Ответ на загадку в № 2:** Вера сразу обратила внимание на загар мужчины. Конечно, он мог посещать солярий или отдыхать в жарких странах. Но есть одна странность: когда тот подвинул Вере чашку с кофе, она заметила, что запястье у собеседника не отличается таким же загаром, как лицо и тыльные стороны ладоней. Это может быть, в частности, и потому, что мужчина не отдыхать ездил, а работает. Носил рубашки с длинным рукавом, возможно, пиджаки, что говорит о важности деловых мероприятий. Вряд ли такой строгий дресс-код понадобился бы на мероприятиях по закрытию филиала. Мужчина врет.

Рис. Ирины Светловой

## КРОССВОРД «КУБ»



Это объемный вариант обычного кроссворда, расположенный на трех гранях куба. Начинается как обычно – по горизонтали, по вертикали – но некоторые слова продолжают и на другой грани.

**По горизонтали:** 3. Индусский князь, в переводе – «великий царь». 5. Роды Мурки Матроскина. 6. После его изобретения человечество разделилось на водителей и пешеходов. 7. После бани всем знакома в теле сладкая

с рябчиками считал «буржуйской» едой. 15. Как называется нечто, от чего люди с чувством юмора могут животики надорвать? 16. «Мелкокалиберная» торговая точка для продажи цветов или прессы. 17. Брус – гимнастический снаряд. 18. Потакание барской прихоти. 19. Баттерфляй – плавание бабочкой, ... – лягушкой. 20. Северное за полярным кругом светит, но не греет. 21. Какое английское слово соответствует французскому «реноме»? 22. Рахат... к чаю. 23. «Водитель» сохи. 24. Большая скрипка.  
**По вертикали:** 1. Она поет, а хор молчит и слушает. 2. Разноцветье, что в глаза бросается. 4. По виду похожа на яблоко, но твердая и крепкая. 6. Ее раскусил профессор Плейшнер, когда его выследили гестаповцы. 8. Картофель хрустящий в пакете шуршащем. 12. Морская нимфа в древнегреческой мифологии. 13. Торговый «свежачок». 14. Нож для снятия коры с бревна.

### ОТВЕТЫ

13. Новика. 14. Скоробель. 15. Солистка. 16. Пестрот. 17. Аиба. 18. Пестрот. 19. Фри. 20. Сиянец. 21. Имидж. 22. Лукум. 23. Пахарь. 24. Алыт. По вертикали: 1. Ивинья. 2. Разноцветье. 3. Махараджа. 4. Аиба. 5. Роды Мурки Матроскина. 6. После его изобретения человечество разделилось на водителей и пешеходов. 7. После бани всем знакома в теле сладкая

## ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

### РАБОТА

■ 8 (960) 635-10-41 Охранному предприятию требуется контролёр торгового зала для работы сменным графиком в городе Воронеж (магазин «Пятёрочка»), благоприятные условия труда, заработная плата от 1000 рублей за смену, авансирование, своевременные выплаты. Тел.: 8 (960) 635-10-41

■ 8 (985) 304-48-02 Охранному предприятию требуется контролёр торгового зала для работы вахтой в городе Курск и Курской области, благоприятные условия труда, заработная плата от 950 рублей за смену, авансирование, своевременные выплаты. Тел.: 8 (985) 304-48-02

Работа для лицензированных охранников. Вахта 30/15. Проживание на объекте, хорошие бытовые условия. 3/п 45 000 руб. Место работы: г. Москва. Все вопросы по телефону: 8 (977) 880-01-52, с 8:00 до 20:00.

### КУПЛЮ

■ 8 (900) 951-13-25 Закупаем лом чёрных металлов. Демонтаж, резка, вывоз, погрузка БЕСПЛАТНО. Честный вес, высокие цены, Моментальная оплата. Работаем без выходных!!! Тел: 8 (900) 951-13-25.

## ХОТИТЕ РЕКЛАМУ

## В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»?

**ЗВОНИТЕ!**

**8 (903) 792-47-73**

## КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ

**8 (903) 792-47-73**

ПО ПОЧТЕ

**reklama@kardos.ru**

ЦЕНА

Стоимость строчного объявления от **200** рублей за 1 выход

КАК ОПЛАТИТЬ

1. Через «Робокассу»: со счёта мобильного телефона, на сайте [kardos.media](http://kardos.media), в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера);  
2. В отделениях любого банка: ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 30101810400000000225, р/с 40702810038000020635 В назначении платежа указать: «Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О.  
Комиссия оплачивается отдельно (при наличии).  
Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

Скидки уточняйте у менеджера

2 по цене 1! Скидки до 70% 2 по цене 1! Скидки до 70%

**ВАШ ПОДАРОК**  
за любой заказ!



натуральная кожа в сборе

3500 р.

**СКИДКА 70%**

**990 р.**

**Сумка «Шоколад»**

На дне находится специальное отделение для зонта. К сумке прилагается съемный ремень для ношения на плече. Зонт в комплект не входит.

6 отделений внутри и 3 внешних кармана – 2 на молнии и 1 с клапаном. Материал: кожа, ПВХ. Р-р: 31x24,5x10,5 см. КНР. Лот 748 821



**СКИДКА 50%**

**Занавеска «Кармен» 890 р. 490 р.**

Узорчатая воздушная занавеска с круглой выемкой создает ощущение легкости и зрительно увеличивает площадь кухни.

Материал: 100% полиэстер. Размер: 170x223 см. Беларусь. Лот 202 156



• Работает без электричества



Соковыжималка Крупная терка Нарезка ломтиками

**Механический комбайн «Здоровье»**

В комплекте: терка с двумя стальными насадками (шинковка и терка), шнековая соковыжималка, стальная отстегающая ручка, пластиковая съемная ручка, давилка, инструкция. Материал: пластик, нерж. сталь. Размер упаковки: 27x20,5x15,5 см. КНР. Лот 136 9360

2990 р.

**СКИДКА 50%**

**1490 р.**



**Набор из 3 стеклянных емкостей**

Материал: стекло, пластик. Размеры: 0,36 л – Ø12,5 см; 0,23 л – Ø10 см; 0,13 л – Ø9 см. Подходят для посудомоечной машины и микроволновки. Рисунок в ассортименте. КНР.



**СКИДКА 50%**

**Скатерть «Мадлен» 1590 р. 790 р.**

Ажурная скатерть из прочного полиэстера. Материал легко отстирывается и не деформируется со временем. Цветочный рисунок. Материал: 100% полиэстер. Диаметр: 160 см. Россия. Лот 104 4153



1580 р.

2=1

**790 р.**

**Анатомическая подушка, 2 шт.**

Обеспечит правильное положение головы – больше никакого храпа и ломоты в теле!

Материал верха: тафета. Наполнитель: полиэфирное синтетическое волокно. Размер: чехол 50x60 см. Россия. Лот 131 4920



8 шт.

**СКИДКА 50%**

**990 р. 490 р.**

**Набор полотенец «Неделя», 8 шт.**

Вафельные полотенца с днями недели, разными принтами и рецептами популярных блюд!

Материал: 100% хлопок. Размер: 35x60 см. Россия. Лот 137 5318



**Термос «Русские узоры»**

Нарядный и удобный термос с 3 крышками-чашками.

Материал: пластик, стекло. Объем: 1,8 л. Россия. Лот 113 4412

1990 р.

**СКИДКА 50%**

**990 р.**



2=1

**1580 р. 790 р.**

Роскошные кошечки украсят Ваш дом!

Материал: атлас (100% п/э). Размер: 35x35 см +/- 3 см. Россия. Комплект подушек «Сибирская королева» Лот 138 7496



1490 р.

**СКИДКА 40%**

**890 р.**

**Теплые бабуши**

Бабуши на войлочной нескользящей подошве согреют и подарят мягкость и комфорт. Сделаны из натуральной овечьей шерсти.

Материал: 70% шерсть, 30% п/э. Стелька – войлок. Подошва: ЭВА. Россия. Размеры 36 – 45. Спрашивайте у оператора при заказе!



Материал: 74% хлопок, 24% п/э, 2% эластан. Размер 23-25. Россия. Лот 131 2337

**6 ПАР В НАБОРЕ**

**690 р.**

**Носки женские «Отдых», 6 пар**

Носки без резинки в отличие от обычных не пережимают сосуды и не затрудняют отток крови. Цвет в ассортименте.



4990 р.

**СКИДКА 50%**

**2490 р.**

**Шторы «Березовая роща», 2 шт.**

Лот 132 4233



**Тюль «Березовая роща»**

Лот 132 4240

**СКИДКА 50%**

**4990 р. 2490 р.**

Красочные шторы и тюль непременно станут главным украшением вашего дома!

Материал: тюль – шифон (100% п/э), шторы – габардин (100% п/э). Размеры: тюль – 294x267 ±3 см из двух полотен на одной шторной ленте; шторы – 2 шт. по 147x267 ±3 см. Россия.

**МОЙ МИР**  
moymir.ru

Звонок по России и с городского, и с мобильного **БЕСПЛАТНЫЙ:**

**8-800-250-21-76**

код заказа: **PM-21-300-MH**

Минимальная сумма заказа составляет 400 рублей без учета сервисного сбора. Сервисный сбор, стоимость доставки и пересылка перевода наложенным платежом оплачиваются дополнительно. Сервисный сбор составляет 99 руб. Стоимость почтовой доставки соответствует тарифам ФГУП «Почта России». Стоимость пересылки перевода наложенным платежом соответствует 2% от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: ООО «Мой Мир», ОГРН 1197746473451, адрес: РФ, 105523, город Москва, Щелковское шоссе, дом 100, корпус 1, офис 3090. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок и срок службы в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок годности в данном предложении – не более 1 года (если не указан иной срок). Предложение действительно до 31.05.2021 г. при условии наличия товара на складе. Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода PM-21-300-MH. Реклама.