

ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

№11
(280)

ТВ-программа с 22 по 28 марта 2021 года

ТЕЛЕК

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

36

КАНАЛОВ
ТВ

РИСОВОЕ
ВОЛШЕБСТВО
НА ВАШЕМ СТОЛЕ

стр. 30

ПОЗАДИ
МОРОЗ –
ЗДРАВСТВУЙ,
ПОМИНОЗ!

стр. 8

**ВИКТОР
ДОБРОНРАВОВ**

КОГДА ХОРОШО НА РАБОТЕ
И ДОМА – ЭТО СЧАСТЬЕ

стр. 6

БАНАН:
САМЫЙ ВКУСНЫЙ
АНТИДЕПРЕССАНТ

стр. 9

ПОСАДИМ КУСТЫ
ДЛЯ ДАЧНОЙ
КРАСОТЫ

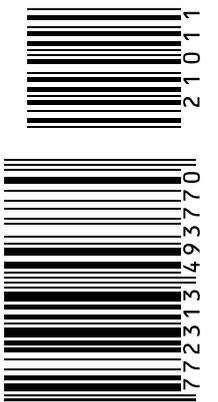
стр. 16-17

ПОЧЕМУ
МОНОГАМИЯ
ВСЕГДА
В МОДЕ?

стр. 4

Фото Александры Торгушниковой

ISSN 2213-4933



12+

LEOMAX

Акция «Счастливый шанс»!
Оформи заказ по телефону
8 (800) 500-1883
и **ВЫИГРАЙ**
100000 рублей!

1000 товаров в прямых эфирах на сайте leomax24.ru
или на кнопке пульта твоего ТВ:



ВКЛЮЧАЙ И ЗАКАЗЫВАЙ, НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА!

Набор алмазной мозаики с ликами 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.-**



Складные очки «Фокус Плюс», 2 шт.

лот 43063 **999.-**
• Визуальное увеличение до 160%.
• Остаются руки свободными.
• Складная конструкция.
• Подходит мужчинам и женщинам.
Материал: пластик. Расстояние между дужками: 13,5 см. В комплекте: очки с футляром – 2 шт.

Триммер «Аполлон»

лот 40804 **1290.-**
• Удаление волос в носу и ушах.
• Подравнивание стрижки, усов, бороды и бакенбардов.
• Встроенная подсветка.
Материал: пластик, металл, резина, нержавеющей сталь (лезвия). Мощность: 10-12 Вт. Размер: 12×2×4 см. Работает от 2 батареек типа ААА (в комплекте не входят).

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 АГЗ (1,5 В), ушные вкладыши разного размера (4 шт.), пластиковый контейнер для хранения, инструкция. Размер: 19×13×11 мм. Вес: 3 г.

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

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.

Тапочки «Комфорт и Здоровье»

лот 73665 **799.-**
• Овечья шерсть согреет и поможет поддержать иммунитет.
Материал: верх – 70% овечья шерсть, 30% ПЭ; подошва – резина. Размер: 35-36, 37-38, 39-40, 41-42, 43-44, 45-46. Цвет в ассортименте, без возможности выбора.

Флэш-роллеры «Голливуд» + Складной рюкзак в ПОДАРОК!

лот 17733-01 **999.-**
• Подходят под любой размер обуви.
• Ярко светятся за счет светодиодов, которые заряжаются во время движения.
Материал: ПВХ (по 3 светодиода внутри). Грузоподъемность: до 60 кг. Вес: 555 г. Ширина: 6-10 см, диаметр: 70 мм.

Матрас с функцией массажа и подогрева

лот 40479 **5999 4999.-**
Способствует:
• активизации циркуляции крови,
• снижению веса
и уменьшению жировых отложений,
• восстановлению мышечного баланса,
• улучшению сна и аппетита.
4 массажные зоны: шея, спина, поясница, ноги. 5 вибромоторов. 5 программ.
Материал: текстиль, пластик, металл. Размер: 171×59 см. Напряжение: 220-240 В. В комплекте: массажный матрас, ремни-крепления на диван или кресло, сетевой адаптер, пульт управления, инструкция. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ПРИБОРОМ.

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 драгоценных металлов, гальваническое покрытие розовым золотом. Вставки: кристаллы. Застежка: магнитная на иконе-медальоне и «английский» замок на цепочке (крючок с застежкой). Упаковка: бархатный мешочек.

Ниспадающий платок «Светлый праздник», 2 шт.

лот 88427 **999.-**
• Благодаря особому крою не спадает при поклонах.
• Белый, украшенный кружевом платок идеален для посещения храма.
Материал: 100% ПЭ (вуальная ткань, кружево). Размер: 129×100 см.

Комплект «Рубиновая страсть», 2 шт.

лот 67802-02 **999.-**
Материал: сплав драгоценных металлов; покрытие – розовое золото 24 карата (нанесение гальваническим способом); вставка – кристаллы, имитирующие рубины. Тип замка у серег: «французский». Длина: 3,5 см (серьги); 2,4 см (подвеска); 50 см + 6 см доп. звенья (цепь).

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.

Сумка «Харизма» + ПОДАРОК: Сумка кросс-боди и Кошелек!

лот 49502 **1999.-**
• Прочная и вместительная сумка с несколькими отделениями.
Материал: натуральная кожа. Размер: 31×24,5×9,5 см (сумка). В ПОДАРОК: сумка кросс-боди (24×16×4 см), кошелек (17×14×3 см).

Швейная машинка «Помощница»

лот 19266 **1999 1490.-**
• Поможет подшить, подрубить, прострочить и шить что-то новое.
• Компактный размер.
В комплекте: 6 шпулек, 1 запасная игла, 1 нитевдеватель, инструкция. Управление: электромеханическое. Работает от адаптера DC 6В или от 4 батареек типа АА (в комплект не входят). Мощность: 6 Вт. Скорость шитья: 400 стежков/мин.

Светильник «НаноСвет» Ультра, 4 шт.

лот 12657-06 **990.-**
• Освещает труднодоступные места.
• Не требует удлинителей и сверления стен.
• Липучки – для крепления на любой поверхности.
В каждом светильнике по 2 светодиода нового поколения. Работает от 3 батареек типа ААА (в комплект не входят). Яркость светильника: 200 Лм. Время работы: до 150 ч. Размер: 18×4,5 см. В комплекте: 4 светильника.

Беспроводной прожектор «Ястреб»

лот 18930 **990.-**
• Освещает площадь до 40 кв. м.
• Заряжается за 3 часа от дневного света.
• Работает без перерыва до 10 часов, без подключения к электросети.
Яркость 600 Лм. 48 светодиодов. Размер: 123×95×47 мм. Материал: ударопрочный пластик. Радиус действия датчика движения: до 5 м, угол 120°. Автоматически отключается через 15 секунд. В комплекте: прожектор, крепление (винт – 1 шт.), инструкция.

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

лот 19169-01 **1590.-**
• Работает от аккумулятора.
• Встроенная подсветка освещает рабочую зону.
• 26 бит в комплекте заменяют множество инструментов.
• Рукоятка дрели-шуруповерта способна поворачиваться на 180°. В комплекте: дрель-шуруповерт с аккумулятором, зарядное устройство, биты плоские – 5 шт., биты крестовые – 4 шт., биты шестигранные – 4 шт., биты четырехгранные – 2 шт., биты-шестигранные – 4 шт., накидные насадки – 8 шт., бита-переходник – 1 шт., кейс для хранения, инструкция. Материал: ударопрочный пластик, металл.

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 без возможности выбора. Размеры: 70×200 см, 90×200 см, 120×200 см, 140×200 см, 160×200 см (укажите при заказе).

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.

Чехлы для мебели «Новая жизнь»

лот 16084 **5499 4999.-** Материал: 100% ПЭ.
• Берут новую мебель от повреждений.
• Чехлы легко растягиваются до любого размера.
Комплект на диван и 2 кресла – 5 цветов.
«Кофе с молоком» «Бордо»
Коричневый Бежевый Горчичный

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.

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.

Скамейка-трансформер «Экстра» 3 в 1

лот 19282 **1599.-**
• Легко складывается и раскладывается.
• Легкая, прочная, удобная.
• При переоразовании скамейки на 180° получается удобная подставка под колени.
Максимальная нагрузка: 140 кг. Размеры: 56×29×43 см (в разложенном виде); 63,5×29×10,5 см (в сложенном виде). Вес: 3,4 кг. Материал: пластик, металл.

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

Видеорегистратор-зеркало

лот 17663-02 **1999.-**
• 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, крепления (2 резинки), автомобильное зарядное устройство, инструкция.

Чудо-эмульсия «Антикор» 5 в 1, 3 шт.

лот 19128-02 **990.-**
• Устраняет ржавчину, защищает от коррозии.
• Грунтует, готовит к покраске.
• Реставрирует металл.
Объем: 500 мл. Состав: вода, ортофосфорная кислота, функциональные добавки. При работе используйте средства защиты кожи, органов дыхания и зрения!

Электродуховка «Русская печь»

лот 24280 **3999.-** Черный
• 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. Вес: 6 кг. Размер: 40,5×25,5×31 см.

Форма для приготовления «Мечта хозяйки», 2 шт.

лот 22979 **999.-**
• Готовить можно в 7 раз быстрее!
• Для приготовления яиц, омлета, котлет и оладий.
Формы: 23 см, Оладий: 7 см. Материал: силикон.

Казан-Вок «Сила гранита» и крышка с давлением

лот 22678-03 **2499.-**
• Внутри казана создается высокое давление, что ускоряет процесс приготовления.
• Высококачественная сталь с керамическим покрытием Granitex, содержащим частицы гранита.
• Стеклопанель крышки Ø32 см с клапаном для пара. Подходит для плит любого типа. Объем: 4 л. Дно казана: Ø17 см. Высота борта: 9,5 см.

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.

Мультитерка «Витаминка» 3 в 1

лот 28458 **1299.-**
• Измельчит орехи, шоколад и даже сухари.
• Нарежет овощи и фрукты, натрет сыр.
Материал: нержавеющая сталь, пластик. В комплекте: мультитерка, проталкиватель, 3 насадки: мелкая терка, крупная терка и терка-шинковка.

Мультирезка «Миг» 5 в 1

лот 28464 **999.-**
• С помощью насадок аккуратно нарежет ломтиками, кубиками или дольками любые ингредиенты.
• Специальный контейнер с крышкой сохранит нарезку свежей.
Материал: нержавеющая сталь, пластик. Размер: 21×7,5×5 см. В комплекте: мультирезка, 3 насадки с лезвиями из нержавеющей стали, рамка-переходник, контейнер с крышкой. В наборе: 2 шт.

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: поварский 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!

Электрическая ножеточка 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 АА (в комплект не входят). Размер: 6×8,5×14 см.

Самоочищающаяся швабра «Проце простого» с ведром

лот 18945-01 **1790.-**
• Поворачивается на 360°, проникает даже в труднодоступные места.
• Отмоет поверхности из любого материала.
• Уникальная 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.

Изолирующая лента «Супер Фикс» + ПОДАРОК!

лот 16466-02 **990.-**
• Заклеит, уплотнит и отремонтирует практически все.
• Можно использовать даже под водой. Прочно контактирует с поверхностями из ПВХ, акрила, стали, металла, алюминия, дерева, керамики, стекла и со многими другими материалами.
Материал: клей, ПВХ. Размер: 20×150 см.

Отпугиватель насекомых и грызунов «Защитник»

лот 10034-01 1 шт. **1499 799.-**
лот 10035-01 2 шт. **2799 1499.-**
Электромагнитные импульсы отпугивают крыс, тараканов, пауков, мух и комаров. Зона эффективного влияния: до 200 кв. м. Работает от сети 230 В. Материал: пластик. Размер: 11×7,5×6,5 см.

ОРИГИНАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО. ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК!

*Срок проведения акции «Счастливый шанс» с 17 марта по 15 июля 2021 г. Максимальное количество денежных призов – 25 по 4000 руб. Получение призов до 30.11.2021 г. переводом через «Почту России». Организатор акции и дистрибьютор: ООО «Товары Почтой». ОГРН 1187746282789, 105318, г. Москва, ул. Ибрагимовна, 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) 500-1883** (круглосуточно, звонки бесплатные по всей территории РФ). Возможно изменение цен в одностороннем порядке. *0 правила проведения акции «Счастливый шанс», количестве призов, сроках, месте и о порядке их получения читайте на сайте www.leomax.ru



Российские актрисы бросят «Вызов» космосу

Первый канал продолжает подготовку к самому масштабному и сложному проекту в истории российской кинематографии – фильму с рабочим названием «Вызов». Это будет первое художественное кино, снятое в космосе.

Все подробности сценария пока не разглашаются, но кое-что удалось узнать. – Это история про то, как молодая женщина, которая совершенно не планировала отправиться в космос, через месяц – в силу обстоятельств – должна оказаться на орбите, – пояснил продюсер фильма Константин Эрнст.

Напомним, что в конце прошлого года был объявлен кастинг на главную роль. На него было подано около трех тысяч заявок, в итоге отобрали 20 финалисток. Среди них есть как известные актрисы, так и представительницы других профессий (пилот, психолог, научный сотрудник и другие). На следующем этапе отбора финалисток ждет медкомиссия, которая начнется уже в марте и определит, кто из девушек полностью соответствует критериям, необходимым для полета в космос.

Двум актрисам, которые будут выбраны для этого проекта, в целом придется по-святить ему год жизни. Старт съемок запланирован на октябрь 2021 года.

«Вызов» – это совместный проект «Роскосмоса», Первого канала и студии Yellow, Black and White. Режиссером фильма «Вызов» станет Клим Шипенко.

Фото Вадима Тараканова

В программе «Квартирный вопрос» новый ведущий

Программа «Квартирный вопрос» на НТВ представляет нового ведущего. Им стал Илья Западонец. Сразу успокоим поклонников передачи: ведущие Оксана Козырева и Татьяна Грамон остаются в программе и будут, как и прежде по субботам, радовать телезрителей новыми переделками.



– Главное останется неизменным: мы продолжим радовать героев новыми интерьерами, а зрителей – реакциями! Я буду вытаскивать из героев их тайные желания, а из дизайнеров – самые полезные лайфхаки. Ну и без юмора не обойдемся, как в наше время не смеяться! – комментирует Илья Западонец.

Илья не новичок в телеиндустрии, но в качестве ведущего только начинает свою карьеру. Он работал редактором на различных федеральных каналах, в том числе на шоу «Мальцева» на НТВ.

Фото PR НТВ

Николай Цискаридзе под впечатлением от шоу

На Первом канале уже скоро состоится финал шоу «Я почти знаменит», участники которого продемонстрировали свои способности всей стране. Девиз проекта – не падать духом и оставаться яркими и непревзойденными, невзирая на непростые времена.

Жанна Бадоева, Николай Цискаридзе и Алексей Ягудин снова увидят номера тех, кому они дали путевку в фи-



нал. А мы узнаем имя победителя, заработавшего главный приз – три миллиона рублей.

– Мы увидели массу номеров, – признался нам Николай Цискаридзе. – Люди шли на рекорды, и мы наблюдали уникальные, трогательные явления: как участники получают удовольствие от того, что делают...

А еще один член жюри Алексей Ягудин во время съемок даже пробовал повторить некоторые трюки: отжимался на отвертках, жонглировал саблями...

Фото Максима Ли

«Ника» объявит своих победителей

Организаторы премии «Ника» официально сообщили, что награждение произойдет в конце апреля. А поскольку в прошлом году церемония не состоялась, то в этот раз будут объявлены лауреаты за два года.

Так что у Андрея Кончаловского, например, есть шанс получить сразу две награды: среди номинантов на «Лучший игровой фильм» 2019 года значится его «Грех», а за 2020 год – «Дорогие товарищи!». За 2019 год конкуренцию ему составят «Одесса», «Дылда», «Француз» и «Айка» Сергея Дворцевого. А за 2020-й – «Доктор Лиза», «Китобой», «Пугало» и «Блокадный дневник».

Фото Вадима Тараканова



Юлия Хлынина примерит корону

В Москве начались съемки фильма «Елизавета» для телеканала «Россия». Режиссером стал Дмитрий Иосифов, который снял две части проекта – «Екатерина. Взлет» и «Екатерина. Самозванцы».

Главную роль – молодой Елизаветы – играет Юлия Хлынина. Сериал расскажет о судьбе Елизаветы, которой было всего шестнадцать, когда Пётр I оставил ей в управление империю. Против своей воли Елизавета оказывается втянутой в водоворот дворцовых интриг...

Съемки сериала «Елизавета» пройдут в Москве, Подмоскovie и Санкт-Петербурге.

Фото пресс-службы телеканала «Россия»



Верка Сердючка и Вера Брежнева объединились

Верка Сердючка и Вера Брежнева проведут один выпуск «Орла и решки». Он выйдет в эфире телеканала «Пятница!» уже в апреле.

Сердючка и Брежнева отправятся в путешествие в Барселону. Они посетят храм Саграда Фамилия, стадион футбольного клуба «Барселона» Камп Ноу, район Ла Мина, поселятся в замке Санта-Флорентина, посетят ресторан молекулярной кухни и опробуют на себе дайвинг с акулами.

– Сомнений в участии не было! – призналась нам Вера Брежнева. – «Орел и решка» – это любимая программа нашей семьи! Поэтому, когда мне предложили, было два вопроса: куда и когда. Все остальное было неважно. Мы с Веркой (Сердючкой – Прим. ред.) не можем работать плохо. Во-первых, мы тезки. Во-вторых, мы обе красавицы, умницы и с чувством юмора.

Фото пресс-службы телеканала «Пятница!»

ЧЕШСКАЯ ФОРМУЛА ЗДОРОВЬЯ СУСТАВОВ



Суставы любят Геладринк®! Продается в аптеках вашего города!

www.geladrink.ru apteka.ru + ЕАПТЕКА Произведено в Чехии

Интенсивное решение суставных проблем

Состав Геладринк® Фаст и Геладринк Фаст Экстра – это проверенный серьезный помощник «когда ни согнуться – ни разогнуться, ни ступить – ни наступить», а также при дискомфорте и скованности по утрам и после нагрузок. Содержит пептидный коллаген, большое количество мощной босвеллии серрата и важные антиоксиданты. Быстрый положительный результат!

СОГР №RU.77.99.19.003.E.000002.01.15; RU.77.99.11.003.E.004151.09.18
ООО «ЕАптека» г. Москва, Фрунзенская наб., д. 42, цок. эт., пом. 1, ком. 1, АО НПК
ОГРН 147746631988. Лиц.: № ЛО-77-02-010433 от 13.08.19 г. АО НПК
«Катрен» 141402 Химки, Вашутинское ш., вл. 22. Лиц. № ФС-99-02-007598 от 26.12.19 г. ОГРН 1025403638875.

Геладринк®

НОВЫЕ ЭТИКЕТКИ ФАСТ 2021 ГОД



• Порошок 30 сут. доз • Капсулы 30 сут. доз

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

СЕКРЕТ УСПЕХА

Правила дружбы на рабочем месте

Учитывая, что на работе мы проводим большую часть жизни, мало кто удерживается в сугубо деловых рамках. Но офисная дружба может как положительно, так и отрицательно влиять на рабочий процесс. Чтобы дружба на рабочем месте приносила только пользу, важно соблюдать три основных правила...



НЕ ЗЛОУПОТРЕБЛЯЙТЕ ДРУЖЕСКИМИ ОТНОШЕНИЯМИ

Удобно, когда на работе есть человек, который всегда выполнит вашу просьбу. Но постарайтесь свести такие обращения к минимуму, чтобы не попасть в дружескую кабалу. Если вы чувствуете, что рабочие просьбы коллеги мешают вам выполнять ваши обязанности, откровенно скажите ему об этом. Если коллега обидится или продолжит вас использовать, задумайтесь: настоящая ли это дружба?

ОТКРОВЕННИЧАЙТЕ С ОСТОРОЖНОСТЬЮ

Однажды может сложиться ситуация, что у вас и вашего друга-коллеги возникнет конфликт интересов (например, вы будете претендовать на одну вышестоящую позицию). В такой ситуации никто не гарантирует, что личные связи станут выше желания подняться по карьерной лестнице. Поэтому важно не откровенничать с офисным другом на темы, которые могут быть использованы против вас: не обсуждать коллег и шефа, не рассказывать о своих ошибках и нарушениях.

НА ДРУГА НАДЕЙСЯ, А САМ НЕ ПЛОШАЙ!

Дружеские отношения провоцируют расслабленное отношение: один расслабленно написал, зная, что друг подстрахует, другой, доверившись, не проверил... Итог – неприятности у обоих. Не позволяйте личным отношениям влиять на результативность.

В начале нового тысячелетия серьёзно рассуждать на тему, что моногамия – это хорошо и правильно, было невозможно: тебя сразу записывали в разряд дремучих ортодоксов и трусов, отказывающихся признать полигамную «правду».

Почему же моногамия до сих пор продолжает существовать, несмотря на предсказанную ей 20 лет назад скорую кончину? Почему моногамия снова в моде?

Полигамия или полиамория?

Интернет пестрит заголовками типа «Преимущества открытых отношений», «Человек по природе полигамен» и тому подобными. Современные приверженцы полигамии называют данное явление «полиаморией»: мол, дело в любви к нескольким партнерам, а вовсе не в банальном браке с несколькими избранниками (избранницами). Они утверждают, что это здорово, эмоционально и естественно. Про моногамию те же люди говорят, что она устарела, подавляет естественные сексуальные потребности, что в браке партнеры друг другу изменяют и врут, что брак нужен только государству, а свадьбы – способ потратить кучу денег, чтобы накормить неприятных людей. Невольно задумаешься: действительно ли моногамия так ужасна? Действительно ли в отношениях все врут? И можно ли быть адекватным и осознанным человеком и при этом – сторонником моногамии в отношениях?

Почему моногамия всегда в моде?



Посмотрим с другой стороны

Известный психолог и блогер Адриана Имж просто, доступно и при этом удивительно здраво изложила свои мысли о том, почему моногамия после всех сексуальных революций и эры разводов снова в тренде. Ее ответ на заданный вопрос покоряет полным отсутствием религиозного или восторженно-романтичного пафоса: «Потому что это удобно...». По мнению Адрианы, моногамия – это вполне современное и здоровое явление, ибо:

- Вы выбираете именно этого человека, потому

что он вам нравится, с ним хорошо, а не потому, что у него много денег или он будет стирать ваши носки.

- С этим человеком можно договориться: кто будет чистить морковку, кто отвезет ребенка в садик и куда стоит вместе поехать в отпуск... Вместе жить легче!

- Партнер – это тот, кто движется с вами по жизни в одном ритме: вместе сесть в машину и уехать в отпуск, вместе перебраться в дом за городом, вместе завести детей. Не очень романтично, но очень удобно.

Счастливый брак, это когда последнее слово всегда остаётся за женщиной, и слово это – «согласна».



но в целом двое – это более комфортный мир для близости, чем трое или четверо. На практике выходит, что моногамия – самое удобное состояние для активной и яркой жизни. Моногамия – это зона комфорта, единство уважающих друг друга душ, уголок спокойствия и умиротворения в нашем динамично меняющемся мире. Именно поэтому моногамия сегодня снова в моде!

- Когда партнеры доверяют друг другу, интимная жизнь меняется и становится более разнообразной. С близким человеком можно включить креатив и вместе ломать стереотипы.
- Приверженцы полиамории тратят массу сил и эмоций на поддержание баланса в сложных многофигурных отношениях. Отношения с единственным партнером – это экономия времени, энергии и мозгов для других проектов.
- Вы доверяете именно этому человеку и уверены, что все, чем вы с ним делитесь, останется между вами. Конечно, здесь вопрос адекватности и порядочности человека,

Моногамия – это тип семейных отношений, когда в браке могут состоять только два человека. Но история человека и человеческого общества знает и другие типы семей: полигамия (когда у одного мужа несколько жен) и полиандрия (когда у одной жены несколько мужей).

Всем известный Чарльз Дарвин предложил гипотезу, которая объясняла такое явление, как полигамия. По мнению ученого, природе выгодно многообразие генетического материала, чтобы из многих комбинаций в ходе естественного отбора и эволюции выжили наиболее удачные образцы. Именно поэтому, по мнению Дарвина, в природе мужчин – стремление оставить свое семя как можно большему количеству женщин.

Другой ученый, антрополог Оуэн Лавджой, разработал иную теорию. По его мнению, развитие человеческой цивилизации было бы невозможно без такого явления, как моногамия. Необходимость заботиться только об одной женщине уменьшила конкуренцию между мужчинами, сделала возможным мирное сосуществование древних людей, создала условия для совместных проектов – коллективной охоты, труда и обороны.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Факты, теории, мнения...

КСТАТИ

БЫВАЕТ И ТАКОЕ

Информация из розетки Похоже, зарядное устройство с разъёмом USB и флешка созданы друг для друга. Что же будет, если подключить флешку к сети? Вдруг можно «скачать» оттуда какую-нибудь ценную информацию? Или, на худой конец, согласно существующим мифам, таким образом можно повысить производительность флешки? К сожалению, практика показывает: ни волшебного увеличения возможностей флешки, ни захвата информации в духе шпионских детективов не произойдет. При подключении к сети USB-накопитель остается неактивным.



Заглянуть в зеркальце Люди всегда мечтали изобрести порталы в параллельные миры. Или хотя бы заглянуть в уже существующие. Некоторые верят, что такими порталами являются зеркала. И чтобы зафиксировать что-нибудь эдакое в зеркальце, пытаются их отсканировать. На самом деле результатом такого действия может быть только черный прямоугольник, поскольку сканер «видит» то, что отражается в зеркале, то есть свое собственное черное нутро. Максимум, на что вы можете рассчитывать, – это отпечатки пальцев и мелкие царапины.



Яблоко-гигант Японский агроном Чисато Ивасаги вырастил яблоко весом 1,85 кг. Это событие произошло в 2005 году. С тех пор этот рекорд так и не был побит. Садовник занимается своим делом два десятилетия. Технологии и упорный труд помогли ему добиться такого результата. Основные его секреты при выращивании гигантских яблок: специальная обработка, контроль температуры и влажности почвы, своевременные вакцинации, проведение необходимых видов скрещивания, удаление ненужных завязей на дереве.



Электротот Величайший учёный и изобретатель в области электротехники Никола Тесла признался однажды, что заинтересовался электричеством ещё в детстве, общаясь со своим домашним котом по кличке Мацак. Юный Тесла провел рукой по шерстке любимца и заметил маленькие электрические искорки, происхождение которых его заинтриговало. Настолько, что он посвятил изучению электричества всю оставшуюся жизнь.

Светлана СИДОРЧУК

Представлять Надежду Бабкину точно не нужно. Она народная артистка России не только по званию, но и по призванию и любви поклонников.

В прошлом году Надежда Георгиевна отметила юбилей – 70 лет, а в этом выпустила автобиографическую книгу «Модная народная». В книге артистка честно и откровенно рассказала о своем жизненном пути, о годах, полных самых глубоких и трагических переживаний – и счастливых забываемых моментов.

Мы начали наш разговор с Надеждой Бабкиной с вопросов про книгу, а дальше вполне логично поговорили и про ее личную жизнь, и про жизненные принципы, и про многое другое...

Момент биографии

– Надежда Георгиевна, откройте тайну: почему Надежда Бабкина всё-таки решилась написать свою автобиографию? Многим кажется, что они про вас всё знают.

– Я даже не раздумывала: надо или не надо писать ее? Когда мне стали показывать разную информацию обо мне: что пишут, что говорят, что придумывают – я решила: наверное, надо от первого лица рассказать все так, как есть, и кто ты есть на самом деле. И когда начать ее писать: завтра,

Надежда БАБКИНА:

Надо любить себя!

Детали

Энергичная любовь

– Вы всегда искрите энергией – такое чувство, что в вас сидит человек пятьдесят! Раскройте секрет: где вы её черпаете?

– Это природа. Ну и конечно, надо любить себя и людей, работу свою любить, потому что это твоя реализация...

– Как вам удаётся поддерживать позитивный настрой?

– Каждое утро в программе «Модный приговор» я и Саша Васильев говорим одно и то же столько лет: любите себя! Подойдите и посмотрите на себя в зеркало. Красиво же! Но, конечно, себе еще надо уделять время. И я это делаю. Не могу сказать, что каждый день, но стараюсь... Мы все люди разные, имеем свои мнения – как говорится, на вкус и цвет товарищей нет. Любите себя и весь мир вокруг, улыбайтесь – и тогда все будет отлично! Помните: любви никогда не бывает много... Когда меня спрашивают: «Надя, ты кто?» – я отвечаю: «Я – степь».

– Почему?

– А представьте себе огромную степь, где растут тюльпаны с кулак, полынь, ковыль шумит, там дурманящий запах и конца и края не видать... Там, где-то за горизонтом, ты думаешь, что начинается океан, – а там всего лишь небо с землей сходится... И ты туда бежишь по всему этому цветущему и ароматному, и нет тесноты! И вот для меня нет тесноты – ни внутри, ни в общении с людьми...

послезавтра или вчера – тоже вопрос не стоял. Просто сама сказала: «Надя, пора начинать!» И вот, отдыхая на Алтае, я просто наговаривала на диктофон свои воспоми-

нения: что происходило и как это было. Первыми слушателями этих записей были мои подруги. И многие вещи, которые они услышали, их удивили: они про это не знали, я им про это не рассказывала. Я ничего не таила – а просто не было повода, чтобы это рассказать ни с того ни с сего, ведь должна же быть какая-то причина...



Кстати

Жизнь и песня

– В прошлом году вы отметили юбилей, в этом году ваш ансамбль «Русская песня» отмечает 45-летие – очень солидная дата... А вы помните, как зарождался этот коллектив?

– Ансамбль наш зарождался в общегитити Гнесинки, поскольку мы все были иногородними. Сегодняшние наши солисты тоже представляют разные регионы... Все пустили корни, детей понаражали... Вот так и живем, и поем...

– Кого вы считаете своими учителями?

– Говорят: не сотвори себе кумира, но я их себе сотворила. И это были Людмила Зыкина, Ольга Воронец, Лидия Русланова и другие великие артистки. Все эти певицы для меня были учителями. Например, с Людмилой Зыкиной мы подругами не были, но хорошо общались, работали вместе на концертах. Я ее очень сильно уважала и любила как личность... Кстати, при всей ее монументальности и важности она была глубоко ранимым и тонким человеком...

– Получается, в книге вы всё честно о себе поведали?

– Я решила рассказать так, как есть – не приукрашивая и не приукрашивая. Книга – это как исповедь моя. Для тех, кто хочет больше узнать о Надежде Бабкиной, которая родилась в глухой деревне в Астраханской области...

– Вы оттуда?

– Да, я южанка, казачья дочь!

– Про детство в книге тоже есть?

– Конечно. И оно у меня было счастливым. Сетовать, что в юные годы у меня ничего не было, я не буду. На мой взгляд, у меня было все: и куклы, и другие игрушки. И книжки читали, и сказки рассказывали, и ярмарки проводили... Детство было замечательным! И вообще, обижаться на жизнь я не могу и не буду никогда.

Без прошлого нет будущего

– Человеку, который пишет свою биографию, приходится заново переживать свои эмоции – как положительные, так и отрицательные. Вы испытывали это? Слож-

но было возвращаться к воспоминаниям?

– Возвращаться к воспоминаниям необходимо. Если ты не помнишь родства своего, детства, своих эмоций и будешь думать, что у тебя всегда все было плохо – то у тебя никогда не будет будущего. Его надо строить, оглядываясь назад. Но при этом не надо тащить с собой негатив. Бессмысленно отрекаться от того, что происходило в твоей жизни – но можно что-то переосмыслить. Я для себя это уже сделала...

– Вы как-то сказали, что имя и судьба человека взаимосвязаны. Ваше имя вам как-то помогло в жизни?

– Имя мне до сих пор помогает идти вперед и не сдаваться. И я никогда не сдамся – что бы ни происходило! Перед вами – светлая Надежда! (Смеется.) Надо себя оценивать положительно. Если вы что-то сделали – пусть небольшое, но то, что раньше не получалось, – это уже ваше достижение! Этому надо радоваться и восхищаться собой: «Какая же я молодец!» Свое имя я отрабатываю сполна. Я все делаю по совести и по душе. Мне папа всегда говорил: «Если ты за что-то берешься – то доводи до конца».

Яна НЕВСКАЯ

Фото Валерия Тараканова

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

Пернатые вестники весны

22 марта по традиции на Руси встречали День жаворонка. Считалось, что в этот день прилетают 40 первых птиц и приносят на своих крыльях весну.

1. Грачи прилетают одними из первых и сразу приступают к строительству гнёзд. По легенде, птица и муравьи бились об заклад. Грач проиграл и должен был отдавать своё потомство, либо делать именно это. Что?
а) Выводить птенцов раньше всех.
б) Каждый раз вить новое гнездо.
в) Селиться на деревьях только стаей.

2. Как ни странно, но орнитологи считают, что именно эта птичка прилетает самой первой в среднюю полосу России. Птичку называют ещё ледоломкой, так как она возвращается домой во время ледохода, как говорят, «лёд хвостом разбивает».
а) Зяблик.
б) Трясогузка.
в) Скворец.
3. Прилёту первых перелётных птиц многие поэты

посвящали стихи. Борис Заходер призывал: «Пусть с тобою, ласточка, прилетит Весна». У Константина Льдова ласточка «весну и солнце принесла с собою...» А какой поэт написал о том, что «ласточка с весной в сени к нам летит»?



а) Афанасий Фет.
б) Аполлон Майков.
в) Алексей Плещеев.
4. Одно время была популярна песня, в которой есть слова про то, что птицы – вестники весны: «Приходит время – с юга птицы прилетают... и это время называется весна!».
Кто автор этого весеннего танго?
а) Людмила Иванова и Валерий Милаев.
б) Сергей и Татьяна Никитины.
в) Анна Герман.

ОТВЕТЫ

1-а. 2-б. 3-б. 4-в.

18 марта в прокат выходит добрый семейный фильм «Пальма», созданный компаниями «Марс Медиа», «АМЕДИА Продакшн», телеканалом «Россия 1» и ОККО Studios при поддержке Министерства культуры РФ и Фонда кино.

Главную роль исполнит Виктор Добронравов – один из трех актеров яркой творческой династии Добронравовых. Наш корреспондент пообщался с артистом накануне премьеры.

И смех, и слёзы, и любовь

– Виктор, название картины – «Пальма» – сразу отсылает к тёплым южным берегам...

– На самом деле Пальма – это овчарка. История, связанная с ней, написана на основе реальных событий, происходивших в 1974-1976 годах в аэропорту Внуково. Оставленная там собака (ее не пустили на рейс) несколько лет ждала возвращения хозяина, встречая каждый приземляющийся ИЛ-18, на котором он улетел.

– История довольно известная. О ней в своё время писал в «Комсомольской правде» журналист Юрий Рост, был большой резонанс. Что вы знали о ней?

– Признаюсь: до того, как прочитал сценарий, не знал ни про Пальму, ни про эту историю. Зато потом выяснил много интересных фактов, поскольку моя соседка по лестничной площадке – кинолога, знала эту собаку.

– В картине у вас главная роль...

– Мой герой – детдомовец, вырос вне семьи и не очень-то хотел ее создавать. Поэтому, когда у него в отношениях с женщиной должен был появиться ребенок, он попросту сбегал. И представить не мог, что годы спустя уже 8-летний сын переедет к нему, поскольку не станет матери, и моему герою ничего другого не останется, как налаживать с ним отношения. В этом очень поможет овчарка Пальма, с которой мальчик подружится. Именно благодаря собаке отец и сын придут к взаимопониманию.

– Стало быть, режиссёр снял семейную драму?

– Несмотря на драматичность сюжета, Александр Домогаров-младший создал добрый, светлый фильм, где соединены разные жанры. Поэтому

Виктор ДОБРОНРАВОВ:

Когда хорошо на работе и дома – это счастье



Виктор Добронравов глазами супруги Александры Торгушниковой.



Съёмки в кабине самолёта выглядят максимально достоверно.

в картине будет все – и смех, и слезы, и любовь. Получилось многоплановое кино с характерными персонажами.

Умная актриса

– По сценарию ваш герой – пилот...

– Упреждая ваш вопрос, скажу, что мы хоть и летаем в фильме, но поднимаем в воздух гражданский самолет мне не довелось, да и не надо было. Но чтобы быть убедительным в кадре, кое-чему пришлось поучиться. Мне показали, на какие кнопки нажимать, какие тумблеры включать...

– Во время просмотра картины сложилось впечатление, что овчарка Лили, сыгравшая Пальму, – опытная собака, привыкшая сниматься в кино...

– На самом деле это ее дебют в кинематографе. Но Лили действительно невероятно органичная, умная собака. Она выполняла все пожелания и указания режиссера с поразительной точностью и скоростью, все схватывала на лету. Когда ей поставили метку, она точно на нее вставала. Как режиссер видит сцену, так она ее и играет, никаких экспромтов и сюрпризов.



Добронравовых любят зрители, ценят режиссёры и уважают коллеги.



Форма лётчика Виктору очень к лицу.

Жили-были

– Вы выросли в творческой семье: отец – всенародно любимый артист Фёдор Добронравов. Брат Иван ребёнком начал кинокарьеру, в 14 лет сыграл главную роль в картине Звягинцева «Возвращение», получив титул «мальчик-звезда». Вы тоже сегодня нарахват, но между вами нет конкуренции, напротив, создаёте продюсерский центр «Фёдор Добронравов», где вместе работаете. Зачем, если ваши рабочие графики и так невероятно плотные?

– К сожалению, у нас мало снимают добрых фильмов.захотелось добавить света, сказать о том, что нас волнует. Так появилась картина «От печали до радости», где мы с Иваном играем сыновей героя Фёдора Добронравова. А помогают нам в этом замечательные актрисы Инга Оболдина и Ирина Пегова.

– В прошедшем году ваш Продюсерский центр выпустил ещё один фильм...

– «Жили-были», в котором играет отец – Фёдор Добронравов, а также Роман Мадянов и Ирина Розанова. Фильм по атмосфере такой же позитивный, как «Любовь и голуби».

– Любите работать с близкими людьми?

– Это непросто, но всегда интересно. Отец и брат – люди талантливые, каждый из них – личность. А

работать в окружении талантливых людей – всегда удовольствие.

8 Марта – праздник семейный

– Период самоизоляции все провели по-разному, и впечатления остались разные. Какие у вас?

– Лично я был рад окататься на три месяца в кругу семьи. Появилась возможность не просто подолгу видеть друг друга, но и общаться, наслаждаться общением. Правда, за это время успел соскучиться по работе, так что после перерыва с радостью к ней приступил. Это нелюбимая работа порождает уныние, а когда одинаково хорошо на работе и дома – это и есть счастье.

– Вы выросли за кулисами театра «Сатирикон», где служил ваш отец. А ваши дочери Варвара и Василиса – закусильные дети?

– Нет, у девочек достаточно других занятий. Вместе с женой даем им понять, что в мире много всего интересного, от чего можно и нужно получать удовольствие. Так что дочки растут любознательные, им до всего есть дело, и это радует.

– Ваша вторая половинка – тоже человек творческий. Жена Александра окончила операторский факультет...

– Совершенно верно, но сегодня Саша больше востребована как фотограф. Я периодически выкладываю ее фотографии в «Инстаграм», так что у подписчиков есть возможность оценить ее дарование.

– Семья не ропщет, что видит вас не так часто, как хотелось бы?

– Для семьи всегда нахожу время. Мы ценим время, проведенное вместе. Даже 8 Марта у нас общий праздник, поскольку в этот день у меня день рождения. И я не без удовольствия принимаю от своих девочек поздравления и поздравляю их сам.

Наталья АНОХИНА

Маруся Климова – звезда сериалов «Магомаев», «Проект «Анна Николаевна», «Любовь в нерабочие недели», «За счастьем», «Мыло-драма», «Маменькин сынок».

Актриса рассказала о системе питания, вспомнила любимые блюда из детства и поделилась рецептом жареного сулугуни.

«Менять диеты – не для меня»

– **Расскажите, пожалуйста, о ваших главных принципах питания.**

– Особых принципов нет. Есть правило: с осторожностью относиться к продуктам, которые могут вызвать аллергию. У меня она может быть на большое количество фруктов, ягод, сладкого, на пищевые красители в продуктах.

– **То есть кулинарные эксперименты – не для вас?**

– Мой организм чутко реагирует на изменения питания, и я заболела. Так что самым действенным способом для меня является уменьшение су-

Маруся КЛИМОВА:

Люблю бутерброды всех видов



точной нормы еды, к которой я привыкла. Менять диеты – не для меня.

– **Всё же у вас наверняка есть любимые блюда?**

– Я люблю бутерброды всех видов, салаты и хороший чай. Это основной мой рацион. Люблю сухарики, часто сама себе их сушу в духовке. Вообще, я люблю хлеб. И стараюсь есть фрукты, хотя к ним равнодушна, и пить много воды.

– **Ну а где вы пробовали самую-самую вкусную еду? Существует такое место?**

– Мне кажется, в любой стране мира могут готовить и хорошо, и плохо. Когда я первый раз летела в Италию, первое, что я собиралась сделать, – съесть гигантскую пиццу! Мне казалось, что в стране пиццы меня будет ждать только сказочная пицца. Приехали, я побежала в

ближайшее кафе, заказала и... была разочарована: она оказалась невкусной! И я поняла, что любое блюдо можно сделать и хорошо, и плохо. Самую вкусную в своей жизни пиццу я, кстати, ела в кафешке в Хабаровске. Ничего вкуснее ее во всем мире нет!

Бабушкин торт «Семистаканник»

– **А какие мамы вкусы вы помните из детства?**

– Мама делала потрясающие заварные пирожные! А мы с сестрой помогали как могли. Пока тесто поднималось, мы готовили крем: сливочное масло со сгущенкой – и не могли дождаться, подъехали его прямо из тарелки, а мама нас отгоняла, чтобы начинки хватило... А бабушка готовила потрясающий торт «Семистаканник». Так

вкусно его получается делать только у нее.

– **Что-то из тех тортов и пирожных готовите сейчас?**

– Нет, я редко пеку сладости. Для тортов у меня не хватает усидчивости и времени. Да и вообще, не люблю сладкое. Самое, наверное, простое и быстрое, что я иногда делаю, – это хворост и печенье... Для себя мне хватает простой, незамысловатой еды. Но когда есть для кого готовить – то, конечно, мне приятно это делать. Мне нравится удивлять, готовить вкусные блюда – как свои любимые, так и новые, те, что любит тот, для кого я готовлю...

И обжаренный сулугуни

– **Любите сочинять блюда – или пользуетесь проверенными рецептами?**

– Сочинять у меня получается плохо. Так что сначала я беру рецепт, пробую его, а если блюдо получилось и мне понравилось – тогда уже начинаю импровизировать... А сейчас у меня вообще нет времени готовить: на съемках в Ярославле я живу в гостинице. Когда оказываюсь дома – успеваю только быстро перекусить и бежать дальше. Так что из последнего могу поделиться рецептом жареного сулугуни. Режу сыр небольшими слайсами, обмакиваю в рисовую муку, кидая на хорошо разогретую сковороду с растительным маслом, обжариваю 2 минуты, выдавливаю на каждый кусочек немного свежего чеснока, секунд за тридцать до конца готовки добавляю свежий помидор, закрываю крышкой. Все! Блюдо готово! Можно есть прямо со сковородки!..

Елена СОКОЛОВА

Фото: Вадима Тараканова из личного архива Маруси Климовой

Питомник растений Солнечный

ЭТО УДИВИТЕЛЬНОЕ СЕМЕЙНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ С 23-ЛЕТНИМ ОПЫТОМ ВЫРАЩИВАНИЯ ВЫСОКОКАЧЕСТВЕННОГО ПОСАДОЧНОГО МАТЕРИАЛА

Предлагаем Вам качественные, устойчивые и урожайные сорта саженцев **без ПРЕДОПЛАТЫ!** Собственное производство позволяет держать минимальные цены на саженцы с очень высоким качеством. Мы с любовью выращиваем каждый саженец, окружая его заботой и вниманием. Именно из таких растений и получается по-настоящему роскошный сад, который радует всю семью. Доставка посадочного материала осуществляется Почтой России, наложенным платежом без предоплат!

ЯБЛОНЯ САНРАЙЗ



Отличный, очень урожайный сорт! Дерево слаборослое. Плоды средне-крупные. Окраска ярко-красная практически по всей поверхности плода. Мякоть кремоватая, сочная, хрустящая, с превосходным ароматом. Вкус сладкий с кислинкой, гармоничный. Плоды созревают не одновременно, не осыпаются. Плоды яблони с отличной транспортабельностью. Сорт устойчив к парше, морозостойкость высокая.

ГРЕЦКИЙ ОРЕХ УРОЖАЙНЫЙ



Это старый проверенный сорт. Название связано с высокими показателями плодovitости. Высота дерева до 6 м, устойчив к холодам. Благодаря этому качеству, сорт подходит для повсемест-

ного выращивания! Показатели урожайности очень высоки, поэтому сорт назван Урожайным. Плоды вкусные и маслянистые, скорлупа очень тонкая. Устойчив к заболеваниям и атакам вредителей.

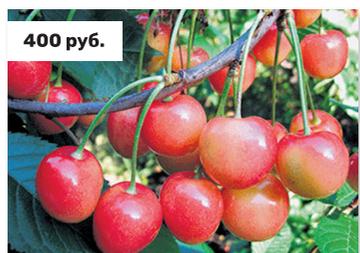
РОЗА КЛОД БРАССЕР



Обладает пленительным и воодушевляющим сиреневым цветом. Пасмурная погода делает этот цветок ещё краше, цвет становится более насыщенным, веющим холодком. Внешний шик роз обусловлен махровостью цветка, в одном бутоне насчитывается порядка 70 лепестков, что и говорит о размере, который достигает 14 см. Летом роза не раз порадует Вас своими цветами, повторно выпуская их на свежем зелёном кусте высотой около 90 см.

ЧЕРЕШНЯ БРЯНСКАЯ РОЗОВАЯ

Очень популярный зимостойкий сорт черешни с повышенной устойчивостью к грибковым заболеваниям. Её вкусные красивые плоды не растрескиваются на дереве и хорошо переносят транспортировку после сбора. Ягоды не растрескиваются, если в период их созревания стоит дождливая погода. По назначению плоды черешни универсальны: они замечательно подходят как для употребления в свежем



виде, так и для различных видов консервации. Лучший опылитель Ипуть, Овстуженка.

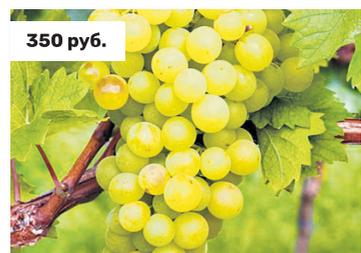
ГОРТЕНЗИЯ ПИНК КВИН



Красивый кустарник высотой до 2-2,5 м. У него пышная крона с прямостоящими ветвями, тёмно-зелёными крупными листьями. Обильно цветёт с июля по октябрь. Крупные соцветия конической формы длиной до 30-35 см состоят из цветков с крупными лепестками. Сначала они в кремовых тонах, со временем становятся ярко-розовыми. Обладает высокой зимостойкостью.

ВИНОГРАД КЕША

Превосходные вкусовые характеристики оцениваются очень высоко, равно как и критерии



плодоношения. Плоды винограда Кеша имеют следующие характеристики: размер крупный, окраска светло-янтарная, форма чаще округлая либо овальная, благодаря плотной кожуре плодов этот виноград можно без проблем транспортировать на длительные расстояния, сохраняя его товарные характеристики.

ФУНДУК ТРАПЕЗУНД



Самый необыкновенный и высокоурожайный из всех сортов лесного ореха. Отличие его заключается в размерах – это самый крупный из всех мировых сортов. У него большая жирность – 72%. Плоды имеют округлую форму и тёмную коричневую скорлупу с лёгким глянцем. Вес около 3 г.



ЗАКАЗ МОЖНО ОФОРМИТЬ:

- по телефонам:
8 (800) 600-53-24 (звонок бесплатный),
8 (905) 393-21-11, 8 (937) 091-98-87
каждый день по будням
с 8:00 до 18:00,
суббота, воскресенье – выходные

- через интернет-магазин
WWW.SOLAR34.RU
- отправить письмо по почте на адрес:
404011, Волгоградская область,
Дубовский район, с. Пичуга,
ул. Московская, 59.

Всю необходимую информацию и полный каталог растений вы можете найти на нашем сайте **WWW.SOLAR34.RU**

Заказы принимаются с 01.12.2020 г. до 10.05.2021 г. Отправка заказов с саженцами производится в весенний посадочный сезон (ограничения по отправке в соответствии с климатической зоной заказчика). **Минимальная сумма заказа 2000 ₺**

Также можно заказать **БЕСПЛАТНЫЙ КАТАЛОГ** растений ВЕСНА 2021 по телефону или написать письмо с просьбой **выслать каталог.**

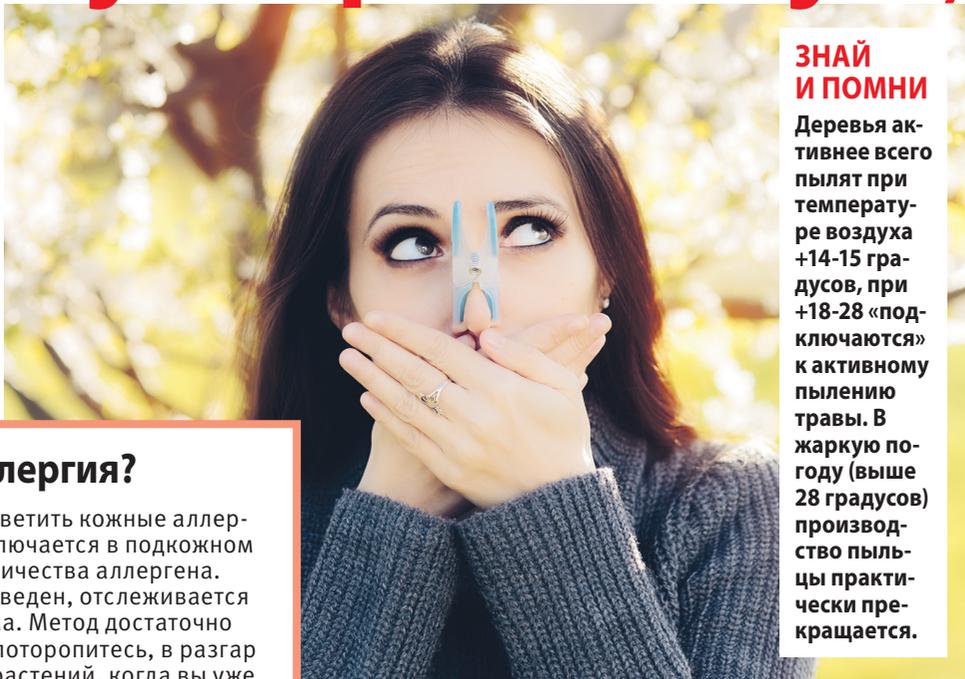
ООО «ВЕЛЕС», Волгоградская область, Дубовский район, с. Пичуга, ул. Московская, д. 59, ОГРН 1163443063960. РЕКЛАМА

12+

Аллергия – заболевание хоть и довольно распространённое, но до сих пор со скоростью пылицы, носимой ветром, обрастает мифами и домыслами.

Вот хоть убежденность многих в том, что сезонная аллергия проявляется на тополиный пух. Но, конечно, пух тополя сам по себе безобиден. Однако может переносить на внушительные расстояния пылцу аллергенных растений, например, тимфеевки или овсяницы. Так что же еще нам нужно знать о поллинозе? Давайте разбираться.

Позади мороз – ну здравствуй, поллиноз



ЗНАЙ И ПОМНИ

Деревья активнее всего пылят при температуре воздуха +14-15 градусов, при +18-28 «подключаются» к активному пылению травы. В жаркую погоду (выше 28 градусов) производство пылцы практически прекращается.

Как подготовиться к аллергосезону

- 1 По назначению врача пройти курс поддерживающей терапии.
- 2 Принимать витамины. Так, витамины С, Е и группы В способны уменьшить проявления аллергии и значительно укрепить иммунитет. Дозировку и длительность курса подберет врач, но обычно витамины принимаются весь «опасный» сезон.
- 3 Соблюдать гипоаллергенную диету. Тут важно знать, что при наличии аллергии на пылцу аллергик, скорее всего, в период пыления будет реагировать и на так называемые «перекрестные» продукты.
- 4 Проверить фильтры кондиционера и привести их в порядок.
- 5 За неделю до начала цветения начать прием антигистаминных препаратов.
- 6 Запаситесь барьерным средством для носа и антигистаминными назальными и глазными каплями.
- 7 Завести дневник наблюдений за состоянием и ежедневно вносить в него данные о самочувствии, принимаемых препаратах и их действии на организм.

На что у меня аллергия?

На этот вопрос помогут ответить кожные аллергопробы. Суть метода заключается в подкожном введении небольшого количества аллергена. После того как аллерген введен, отслеживается реакция на него организма. Метод достаточно информативный, однако поторопитесь, в разгар цветения аллергических растений, когда вы уже не сможете обойтись без антигистаминных препаратов, применять его не стоит.

Правила безопасных прогулок

- В сухие, ветреные дни по возможности оставайтесь дома.
- Перед выходом на улицу воспользуйтесь барьерным спреем для носа, который защищает слизистую от контакта с аллергенами, образовав после забрызгивания прозрачную гелеобразную пленку, выстилающую носовую полость и служащую естественным барьером для аэроаллергенов.
- При выходе на улицу надевайте очки и по возможности респиратор или медицинскую маску.
- Передвигаясь на личном автомобиле, не открывайте окна.
- Промывайте нос и глаза проточной водой каждый раз, когда приходите с улицы, принимайте душ, мойте голову, одежду отправляйте в стирку.
- Гулять и проветривать квартиру старайтесь после дождя, а также вечерами после 18 часов.

ДЕРЖИТЕ ПОД РУКОЙ

Мази, кремы с противовоспалительным, ранозаживляющим и (или) антигистаминным эффектом при кожных проявлениях аллергии.

Календарь цветения для аллергиков

Поллиноз (сенная лихорадка) – наиболее часто встречающийся вид аллергии. А все потому, что пылца многих растений крайне аллергенна и вездесуща. Вдохнул – и вот тебе сезонный ринит или астматический приступ. А ведь зная график цветения, можно подготовиться к сезону заранее. Запаситесь лекарствами, респираторами, пройти поддерживающую терапию и спланировать поездку.

	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	Сентябрь
Средняя полоса России		ольха, ива, орешник, осина, тополь	береза, дуб, клен, сосна	сосна, одуванчик, костер, лисохвост, липа	овсяница, ежа, липа, пырей, тимфеевка, мятлик	полынь, амброзия	полынь, амброзия
Северо-Запад России		лещина, ольха, ива	ольха, ива, береза, ясень, лисохвост, клен, вяз, тополь	ива, береза, ясень, лисохвост, дуб, мятлик, хвойные, злаки, щавель	злаки, щавель, липа	злаки, лебеда, полынь	лебеда, полынь
Юг России	абрикос, алыча, кипарис, верба	верба, вишня, клен, дуб, ясень, персик, платан, сирень, рапс, рис	платан, сирень, рапс, одуванчик, орех, свекла, сосна, каштан, липа, рис, лисохвост, шелковица, табак	рапс, рис, каштан, липа, лисохвост, шелковица, табак, дурнишник, камыш, клещевина, лещина, подсолнечник, рожь	табак, лещина, подсолнечник, бузина, лебеда, полынь, софора, амброзия	лещина, подсолнечник, амброзия	амброзия, пырей

Диета при перекрёстной аллергии

На пылцу злаковых

Стоит исключить из рациона в период цветения этих растений каши и злаки, хлеб, колбасы, мясные консервы, мед, пиво, квас, какао, клубнику, землянику, цитрусовые, сою, бобы, арахис, кукурузу, щавель.

На пылцу сорных трав

В пору их пыления рекомендуется не употреблять мед, семена подсолнечника и подсолнечное масло, горчицу, майонез, дыню, арбуз, кабачки, баклажаны, помидоры, картофель, спиртные напитки, зелень и специи, цикорий, цитрусовые, бананы, чеснок, морковь, свеклу, шпинат.

На пылцу деревьев

Воздержитесь от меда, косточковых плодов, яблок, груш, киви, орехов, моркови, зелени, специй, алкоголя, березового сока, картофеля, помидоров, огурцов, лука.



Совет

Запишите в ежедневник

Посетите аллерголога осенью, когда период цветения будет позади. Это наиболее подходящее время для начала лечения аллергенами (АСИТ). Эффект от лечения достигается за счет воздействия на организм аллергенов в возрастающей концентрации, начиная с малых доз. Постепенное повышение дозы позволяет выработать устойчивость к воздействию аллергена. Лечение проводится под строгим контролем врача!

Будьте здоровы и прекрасной вам весны!

Любовь АНИНА

Банан – один из самых полезных фруктов на планете. А знаете ли вы, что банан – это вовсе не дерево?

С точки зрения ботаники, это трава, а плод его – самая настоящая ягода. Всего известно более 500 сортов бананов, большую часть которых в пищу не употребляют. Бананы очень популярны, во-первых, они считаются здоровой и хорошо сбалансированной пищей. А во-вторых, бананы позволяют быстро насытиться и восполнить недостаток энергии – за счет содержащегося в них большого количества углеводов.

Знай и помни!

Большое количество сахаров и высокий гликемический индекс бананов говорят о том, что диабетикам и людям с лишним весом следует употреблять их с осторожностью.

Выводя из организма жидкость, бананы способствуют повышению вязкости крови, поэтому не рекомендуются при склонности к тромбообразованию, заболеваниях вен, ишемической болезни.

При синдроме раздраженного кишечника бананы могут стимулировать вздутие живота.

Как выбирать и хранить бананы

При выборе ориентируемся на цвет – банан должен быть ровным и однотонным.

В идеале хвостик чуть зеленый, это указывает на свежесть банана. Чтобы банан дозрел, помещаем его в затемненное место (на свету фрукт чернеет). Зрелый банан в холодильнике не хранится, идеальная температура для хранения – 15 градусов.

Банан – вкусный антидепрессант



– Доктор, я очень располнела!
– Ну что же... Я назначаю вам новую диету: кефир, бананы и немного постного...
– До еды или после?

Является природным антидепрессантом, так как содержит триптофаны, с помощью которых наш организм вырабатывает гормон счастья – серотонин.



Химический состав бананов

Содержание на 100 г:
1,5 г белков,
0,5 г жиров,
21 г углеводов,
74 г воды,
1,7 г пищевых волокон,
0,4 г органических кислот,
19 г моно- и дисахаридов, энергетическая ценность – 88-96 ккал (зависит от сорта и спелости).

Минералы: калий (348 мг), кальций (8 мг), магний (42 мг), натрий (31 мг), фосфор (28 мг), железо (0,6 мг).

Витамины: А, В1, В2, В5, В6, В9, С, Е, К, РР, бета-каротин, холин.

Укрепляет нервную систему, помогает справиться со стрессами за счет высокого содержания витаминов группы В и магния.

Способствует повышению работоспособности.

Благотворно влияет на работу ЖКТ за счет высокого содержания клетчатки.

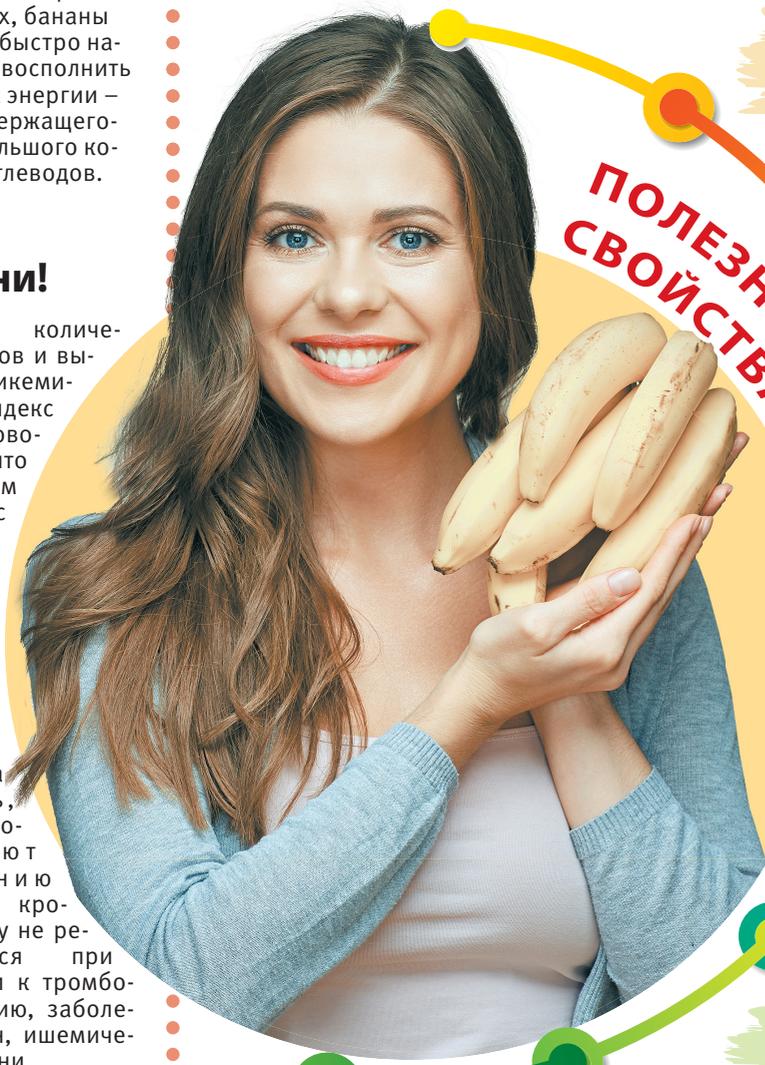
Позитивно влияет на работу сердечно-сосудистой системы за счет высокого содержания калия, кальция и железа.

Помогает стимулировать работу мозга.

Банановая кожура – природный антисептик, помогает ухаживать за кожей рук.

Участвует в поддержке иммунной системы.

ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА



ПОДРОБНОСТИ

1 банан – это:

суточной потребности в клетчатке (3 г)

суточной потребности в калии (480 мг)

10-12%

10%

30%

суточной нормы витамина В9 (0,6 мг)

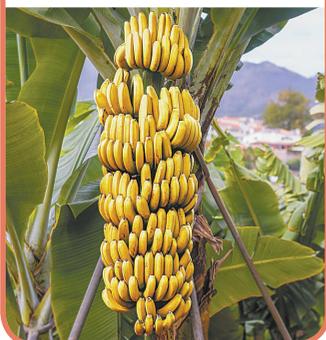
8-10%

суточной потребности в магнии (36-42 мг)



Цифры и факты

Хоть банан и является травой, его стебель может вырасти до 10 метров высотой! А диаметр ствола банана достигает 40 см.



А если банан неспелый?

Некоторые диетологи считают, что предпочтительнее в пищу употреблять слегка недозревшие бананы. Они содержат крахмал, который еще не перешел в сахар. Гликемический индекс незрелого банана – 30 единиц, а зрелого – почти 50. Недозрелый дольше усваивается, приносит длительное насыщение.

Виды бананов

Кроме съедобных видов существуют декоративные и дикие. Съедобные условно делят на десертные, у которых сладкая мякоть, и плантаны, у которых твердая крахмалистая сердцевина. Десертные обычно едят в сыром или сушеном виде, вторые требуют термической обработки или идут на корм скоту.



На Яве растут бананы голубого цвета, а Флорида и Гавайи подарили миру бананы «Ае Ае», которые похожи на кабачок чередованием светлых и темно-зеленых полос.



Ученые вывели сорт «Красный кавендиш», который кроме окраса шкурки удивляет сливочным вкусом с нотками малины.

Светлана ИВАНОВА

ПЕРВЫЙ



09.50 Жить здорово! (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 «УГРЮМ-РЕКА». (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+)
- 03.35 Мужское / Женское. (16+)

РОССИЯ 1



14.55 «СКЛИФОВСКИЙ». (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 «СКЛИФОВСКИЙ». (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 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ: НОВЫЙ СЕЗОН». (16+)
- 00.35 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)
- 02.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
- 04.05 «ЧЕРЧИЛЛЬ». (12+)

НТВ



16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)

- 05.05 «ЛИТЕЙНЫЙ». (16+)
- 06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬВЯОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
- 10.00 Сегодня
- 10.25 «МОРСКИЕ ДЬВЯОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)
- 17.15 ДНК. (16+)
- 18.15 «ПЁС». (16+)
- 19.00 Сегодня
- 19.40 «ПЁС». (16+)
- 21.15 «ЗАПОВЕДНЫЙ СПЕЦНАЗ». (16+)
- 23.20 Сегодня
- 23.35 Основано на реальных событиях. (16+)
- 01.10 Место встречи. (16+)
- 02.50 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». (16+)

СТС



20.00 «ФОРСАЖ-8». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Фиксики». (0+)
- 06.15 «Маги. Истории Аркадии». (6+)
- 06.40 Между нами шоу. (16+)
- 07.45 «Сезон охоты». (12+)
- 09.25 «ДЖУМАНДЖИ». (0+)
- 11.35 «ДЖУМАНДЖИ. НОВЫЙ УРОВЕНЬ». (12+)
- 14.00 Премьера! «Галилео». (12+)
- 14.50 Уральские пельмени. (16+)
- 14.55 «ДЫЛДЫ». (16+)
- 20.00 «ФОРСАЖ-8». (12+)
- Китай - США - Япония, 2017 г. Боевик.
- 22.45 Премьера! Колледж. (16+)
- 00.10 «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
- 01.10 «ГЛУБОКОЕ СИНЕЕ МОРЕ». (16+)
- 03.00 «ДЖУМАНДЖИ». (0+)
- 04.35 «Сезон охоты. Страшно глупо!» (6+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ



20.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)

- 07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
- 08.00 «Мама Life». (16+)
- 08.30 «САШАТАНЯ». (16+)
- 09.00 «Танцы. Последний сезон». (16+)
- 11.00 «ББ шоу». (16+)
- 12.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
- 16.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 20.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)
- Макаров поручает Туркиной совместное дело с Криминалистом. Она думает, что начальник сделал это специально...
- 21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
- 22.05 «Где логика?» (16+)
- 23.05 «Stand up. Дайджест». (16+)
- 00.05 «Наша Russia. Дайджест». (16+)
- 01.10 «Такое кино!» (16+)
- 01.40 «Импровизация». (16+)
- 03.20 «Comedy Баттл». (16+)
- 04.05 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)
- 05.45 «ТНТ. Best». (16+)

РЕН



20.00 «ПРИБЫТИЕ». (16+)

- 05.00 04.20 «Территория заблуждений». (16+)
- 06.00 «Документальный проект». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!»
- 08.30 12.30 16.30 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 «ПРИБЫТИЕ». (16+)
- 22.20 «Водить по-русски»
- 23.30 «Неизвестная история». (16+)
- 00.30 «ОЗ: ВЕЛИКИЙ И УЖАСНЫЙ». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР
<ul style="list-style-type: none"> 05.00 Орел и Решка. Незданное. (16+) 08.00 Орел и решка. Россия-2. (16+) 09.00 Орел и Решка. Чудеса света. (16+) 16.00 Мир наизнанку. Китай. (16+) 19.00 Большой выпуск. (16+) 20.00 Орел и Решка. 10 лет. (16+) 21.00 Мир наизнанку. Бразилия. (16+) 22.00 «Аль-Капотня». (16+) 23.00 «МЫЛОДРАМА-2». (16+) 00.00 Инсайдеры. (16+) 01.00 Пятница News. (16+) 01.30 Битва ресторанов 	<ul style="list-style-type: none"> 06.00 Улётное видео. (16+) 06.35 Каламбур. (16+) 07.30 КВН Best. (16+) 09.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+) Подборка топовых видеороликов - самое невероятное, что могло произойти на дороге с водителем или пешеходом. 10.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 11.30 Улётное видео. (16+) 13.00 Дизель шоу. (16+) 15.00 «СОЛДАТЫ-7». (12+) 19.00 Дизель шоу. (16+) 21.00 Решала. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.00 Улётное видео. (16+) 	<ul style="list-style-type: none"> 06.00 «Утро вместе». (12+) 09.00 15.15 «Календарь» 09.10 16.30 «Врачи». (12+) 09.35 16.10 «Среда обитания» 10.00 12.00 13.00 15.00 19.00 20.00 22.00 Новости 10.10 22.05 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА». (16+) 12.10 13.20 00.05 01.00 «ОТРАжение» 17.00 «Формула здоровья» 17.30 «Точка.ру». (12+) 18.00 «Губернские новости» 18.15 «Территория успеха» 18.45 «Собрание сочинений» 17.05 18.05 «ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+) 19.20 23.50 «ПравДа?» (12+)
Ю	МИР	ПОБЕДА
<ul style="list-style-type: none"> 05.00 «Папа попал». (12+) 08.40 «Барышня - Крестьянка». (16+) 12.10 «Супермама». (16+) 14.15 «Взвешенные и Частливые». (16+) 17.30 «Обмен жёнами». (16+) Рано или поздно, семейные пары сталкиваются с бытом, который заел, и рутинной, которая делает жизнь серой и пресной. Тогда приходит время сменить обстановку, и герои нашего шоу делают это радикально - меняются женами! 21.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+) 01.35 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+) 03.10 «Взвешенные люди». (16+) 	<ul style="list-style-type: none"> 05.00, 10.20 «ПИЛОТ МЕЖДУНАРОДНЫХ АВИАЛИНИЙ». (16+) 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 Новости 10.10 Белорусский стандарт. (12+) 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 14.10, 17.15, 01.55 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) 16.15 Мировое соглашение. (16+) 17.55, 19.25 «КУЛИНАР». (16+) 21.40 «Игра в кино». (12+) 22.25 Шоу «Назад в будущее». (12+) 23.25 Всемирные игры разума. (12+) 00.15 «ЖЕНЯ, ЖЕНЕЧКА И «КАТЮША». (12+) 04.05 «ВРАТАРЬ». (12+) 	<ul style="list-style-type: none"> 06.00 «Путь к Победе». (16+) 07.00 «ЕДИНИЧКА». (16+) 08.50 «СПАСТИ ИЛИ УНИЧОЖИТЬ». (16+) 12.30 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (16+) 16.10 «ШТРАФАБЪ». (16+) 19.20 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ: СКРЫТЫЙ ВРАГ». (16+) Сериал. Детектив, Россия, 2012 г. В ролях: Денис Бургазиев 23.00 «Путь к Победе». (16+) 00.10 «В ДАЛЕКОМ СОРОК ПЯТОМ... ВСТРЕЧИ НА ЭЛЬБЕ». (18+) 01.50 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+) 03.50 «И НИКОГДА НА СВЕТЕ...» (12+) 05.10 Неизвестная война. «Победа под Сталинградом». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
<ul style="list-style-type: none"> 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 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 08.50 «Пёс Пэт». (6+) 09.00 Доброе утро с Микки. (0+) 11.00 «Пёс Пэт». (6+) 11.05 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 12.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+) 13.40 «Финес и Ферб». (6+) 15.05 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+) 16.05 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 17.30 «Гравити Фолз». (12+) 19.00 «Рапунцель». (6+) 19.30 «Богатырша». (6+) Согласно предсказанию, у витязя Бориполка должен был родиться сын, которому суждено спасти Русь от страшной беды. Но на свет появилась дочка Роса... 21.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 23.00 «Человек-Паук». (12+) 00.00 «ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ!» (6+) Сериал. США, 2012 г. 01.40 «СОБАКА ТОЧКА КОМ». (6+) 02.50 «Человек-Паук». (12+) 03.35 «Ким Пять-с-Плюсом». (6+) 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+) 	<ul style="list-style-type: none"> 07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+) 07.30 «Жужжалка». (0+) 07.40 «ЛЕГО. Дупло». (0+) 07.45 «Легенды Спарка». (0+) 08.10 «Маша и Медведь». (0+) 09.25 «Петя и Красная Шапочка». (0+) 09.45 «Песенка мышонка». (0+) 10.00 «Катерок». (0+) 10.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 10.45 Лаборатория. Маленькие исследователи. (0+) 11.10 «Приключения Ам Няма». (0+) 11.15 «Тру и Радужное королевство». (0+) 11.40 «Робокар Поли и его друзья». (0+) 12.15 «ЛЕГО Сити. Приключения». (0+) 12.40 «Дикие скричеры!» (6+) 13.05 «Металлоны». (6+) 13.30 «Фиксики». (0+) 14.00 Навигатор. Новости. (0+) 14.10 «Бухаки-2». (0+) 15.40 Зелёный проект. (0+) 16.00 «Пластинки». (0+) 16.10 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+) 16.35 «Хейдробэлз». (0+) 16.40 «Сказочный патруль». (0+) 17.30 «Кинди Кидс» (0+) 17.40 «Роботы-поезда». (0+) 18.10 «Зebra в клеточку». (0+) 19.00 «Свинка Пеппа». (0+) 19.20 «Чешочки-собачки». (0+) 19.50 «Вспыши и чудо-машинки». (0+) 20.15 «Май Литтл Пони». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Истории Сильвиан Фэмилис». (0+) 20.50 «Три кота». (0+) 22.00 «Бен 10». (12+) 22.30 «Эволюция Черепашек-ниндзя». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC	NG
<ul style="list-style-type: none"> 06.00 Стальные парни: распаховка. (12+) 06.46 Махинаторы. (12+) 07.39 Охотники за старьем. (12+) 08.32, 08.59 Как это сделано? (12+) 09.25 Махинаторы. (12+) 10.18, 01.30 НАСА: необъяснимые материалы. (12+) 11.12 Миллиардер под прикрытием. (12+) 13.00, 13.27 Как это сделано? (12+) 13.54 Музейные загадки. (16+) 14.48 Махинаторы. (12+) 15.42, 16.09 Битвы за контеинеры. (16+) 16.36 Реальные дальнбойщики. (12+) 17.30 Мятёжный гараж. (12+) 18.24 Охотники за старьем. (12+) 19.18, 19.45 Как это сделано? (12+) 20.12 Махинаторы. (12+) 21.06 Стальные парни: распаховка. (12+) 22.00 Автомир Майка Брюера. (12+) 22.27 Супермеханик Энт Энстед. (12+) 22.54, 23.21 Женская автомастерская. (12+) 23.47 Музейные загадки. (16+) 00.40 Реальные дальнбойщики. (12+) 02.15 Мятёжный гараж. (12+) 03.00, 03.23 Как это устроено? (12+) 03.45 Охотники за старьем. (12+) 04.30 Голье и напуганные XL. (16+) 	<ul style="list-style-type: none"> 06.15 Невероятные изобретения. (12+) 06.40, 07.25, 08.10, 08.55 Расшифровка тайн. (12+) 09.40, 10.30 Тайны музеев. (12+) 11.15 Военные заводы. (12+) 12.05 Досье погоды. (12+) 12.55 Монархи: забытые письма. (12+) 13.45 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+) 14.40 Древние суперстроения. (12+) 15.35 Забытые королевства Центральной Америки. (12+) 16.40 Боевые корабли. (12+) 17.30 Машины смерти. (12+) 18.25 Тайны музеев. (12+) 19.10 Тайная война. (12+) 20.05 Последний поход викингов. (12+) Сезон: 1 21.00 Военные заводы. (12+) Сезон: 1 21.55 Версаль: испытание Короля-солнца. (12+) 22.45 Запретная история. (12+) 23.30 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+) 00.25 Древние суперстроения. (12+) 01.25 Забытые королевства Центральной Америки. (12+) 02.25 Боевые корабли. (12+) 03.20, 04.05 Музейные тайны. (12+) 04.45 Запретная история. (12+) 05.30 Даты, вошедшие в историю. (12+) 	<ul style="list-style-type: none"> 06.00 Сделать за один день. (16+) 06.35, 07.00 Игры разума. (16+) 07.25 Машины: Разобрать и продать. (16+) 08.15 В дикой природе с Баром Гриллом. (16+) 09.05 Настоящий суперкар. (16+) 09.55, 10.50 Авто-SOS. (16+) 11.40 Дикий тунец: Север против Юга. (16+) 12.30 Затерянные города с Альбертом Лином. (16+) 13.20 Авто-SOS. (16+) 14.15 Злоключения за границей. (16+) 15.05 Расследования авиакатастроф. (16+) 15.55 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+) 16.45 Затерянные города с Альбертом Лином. (16+) 17.35 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+) 18.30, 18.55 Фабрика еды. (16+) 19.15 Расследования авиакатастроф. (16+) 20.10 Расследование авиакатастроф. (16+) 21.00, 21.50, 03.30 Апокалипсис: Гитлер идёт на запад. (16+) 22.40 Преступления против природы. (16+) 23.35 Авто-SOS. (16+) 02.45 Авто-SOS. (16+) 04.20, 05.10 Осушить океан. (16+) 	

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



13.30 «Леонардо. Пять веков спустя»

- 06.30 07.00 07.30 08.30 10.00
15.00 19.30 23.30
Новости культуры
«Пешком...»
- 06.35 «Другие Романовы»
- 07.05 18.35 23.50 «Величайшие изобретения человечества»
- 08.35 «Красивая планета»
- 08.50 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.40 ХХ век
- 12.25 22.15 «ЛЮДМИЛА ГУРЧЕНКО»
- 13.15 «Первые в мире»
- 13.30 «Леонардо. Пять веков спустя»
- 15.20 «Агора»
- 16.30 История искусства
- 17.25 II Московский международный фестиваль искусств Ю. Башмета
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 «Сергей Колтаков»
- 21.30 «Сати. Нескучная классика...»

ТВЦ



18.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ». (0+)
- 10.00 «Валентина Теличкина. Начать с нуля». (12+)
- 10.55 Городское собрание. (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.55 Город новостей
- 15.10 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+)
- 16.55 «Прощание». (16+)
- 17.50 22.00 События
- 18.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)
- 22.35 Спецрепортаж. (16+)
- 23.05 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 Петровка, 38. (16+)
- 00.55 «Владимир Басов. Ревнивый Дуремар». (16+)
- 01.35 «Знак качества». (16+)
- 02.15 «Сталин против Ленина. Поверженный кумир». (12+)

ТВ-3



23.00 «АСТРАЛ: ГЛАВА 2». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.50 Гадалка. (16+)
- 14.40 Мистические истории. (16+)
- 15.45 Гадалка. (16+)
- 16.55 «Старец». (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 20.20 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
- Хирург Шон Мерфи приезжает в Сан-Хосе, чтобы работать в местной клинике. У Мерфи аутизм и синдром Саванта. Ему сложно находить с другими общий язык. Совет врачей клиники ждет его на собеседование. Главврач Глассман пытается отстоять кандидатуру Мерфи перед советом..
- 23.00 «АСТРАЛ: ГЛАВА 2». (16+)
- 01.15 Дневник экстрасенса с Татьяной Лариной. (16+)
- 02.15 «ТВ-3 ведет расследование». (16+)
- 03.45 «Тайные знаки». (16+)

ДОМАШНИЙ



12.40 «Понять. Простить». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.25 Давай разведемся! (16+)
- 09.30 Тест на отцовство. (16+)
- 11.40 «Реальная мистика». (16+)
- 12.40 «Понять. Простить». (16+)
- 13.45 «Порча». (16+)
- 14.15 «Знахарка». (16+)
- 14.50 «ПЕРВЫЙ РАЗ ПРОЩАЕТСЯ». (16+)
- 19.00 «ПОГОВОРИ С НЕЙ». (16+)
- 23.00 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР». (16+)
- 01.00 «МОЙ ОСЕННИЙ БЛЮЗ». (16+)
- 03.00 «Порча». (16+)
- 03.25 «Знахарка». (16+)
- 03.50 «Понять. Простить». (16+)
- 04.40 «Реальная мистика». (16+)
- 05.25 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 06.15 «6 кадров». (16+)

5 5-й КАНАЛ



05.00 «Известия»

- 05.00 «Известия»
- 05.40 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.25 09.25 13.25 17.45 «ПРОПАВШИЙ БЕЗ ВЕСТИ. ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)
- 09.00 13.00 17.30 «Известия»
- 19.55 «СЛЕД». (16+)
- 23.15 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
- 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 01.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- 03.25 «Известия»
- 03.35 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 06.10 «Подводный флот». (12+)
- 07.00 «Сегодня утром»
- 09.00 13.00 18.00 21.15
Новости дня
- 09.20 10.05 13.15 «Диверсанты». (16+)
- 13.40 14.05 «ОРДЕН». (12+)
- 18.30 «Спецрепортаж». (12+)
- 18.50 «Стрелковое вооружение русской армии»
- 19.40 «Скрытые угрозы». (12+)
- 20.25 «Загадки века». (12+)
- 21.25 «Открытый эфир». (12+)
- 23.05 «Между тем». (12+)
- 23.40 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (6+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 16.15 «ДОМ С ЛИЛИЯМИ». (12+)
- 12.00 «Формула здоровья». (12+)
- 12.30 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 12.45 «Просто жизнь». (12+)
- 13.00 «Футбол губернии». (12+)
- 13.30 «Точка.ру». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30
«Губернские новости». (12+)
- 14.15 «Современники». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «Мастер-класс». (12+)
- 15.45 «Собрание сочинений». (12+)
- 17.15 03.30 «Заметные люди». (12+)
- 18.00 «Территория успеха». (12+)
- 18.30 «Компас потребителя». (12+)
- 18.45 22.00 00.45 «Полицейский вестник». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Вечер вместе». (12+)
- 19.45 21.45 02.45 «Область спорта». (12+)
- 20.00 0 «Такие разные». (12+)
- 22.15 03.00 «Записки из провинции». (12+)
- 22.45 «ДВОЕ НА ОСТРОВЕ СЛЕЗ». (16+)
- 00.15 «Человек мира». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 08.55 12.00 14.05 16.10
Новости
- 06.05 12.05 23.10 Все на Матч!
- 09.00 12.45 Специальный репортаж. (12+)
- 09.20 Профессиональный бокс. (16+)
- 10.20 «Главная дорога». (16+)
- 11.30 Зимние виды спорта. Обзор. (0+)
- 13.05 Еврофутбол. (0+)
- 14.10 04.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)
- 16.15 Все на хоккей!
- 16.50 Хоккей. «Металлург» (Магнитогорск) - «Авангард» (Омск). КХЛ. 1/2 финала конференции «Восток»
- 19.20 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Запад». «Динамо» (Москва) - СКА (Санкт-Петербург)
- 21.50 Все на футбол!
- 22.40 Тотальный футбол (12+)
- 23.30 «РОККИ». (16+)
- 01.55 Баскетбол. «Калев» (Эстония) - ЦСКА. Единая лига ВТБ. (0+)
- EUROSPORT 1
- 00.30, 01.15, 23.00, 23.45
Горные лыжи. Кубок мира. Ленцерхайде. (12+)
- 02.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00
Лыжное двоеборье. Кубок мира. Клигенталь. (12+)
- 02.30, 07.00, 08.00, 08.30
Биатлон. Кубок мира. Эстерсунд. Мужчины. (6+)
- 03.00
Биатлон. Кубок мира. Эстерсунд. Женщины. (6+)
- 03.30, 10.30, 15.15
Велоспорт. Кубок Альфредо Бинды. Женщины. (12+)
- 05.00, 11.30, 16.00
Велоспорт. Милан - Сан-Ремо. (12+)
- 09.00
Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Виллинген. HS 147. (12+)
- 14.30
Велоспорт. Тиррено - Адриатико. 7-й этап. (12+)
- 17.15
Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 1-й этап. Прямая трансляция. (12+)
- 19.05
Теннис. WTA 250. Монтеррей. Финал. (6+)
- 20.35
Теннис. ATP 500. Акапулько. Финал. (6+)
- 22.00
Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 1-й этап. (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ
- 05.00 11.35 17.20 «10 самых горячих клипов дня». (16+)
- 05.35 Каждое утро. (16+)
- 09.00 TikTok чарт. (16+)
- 10.00 15.00 Про-обзор. (16+)
- 10.30 Check-In на МУЗ-ТВ. (16+)
- 12.20 Золотая лихорадка. (16+)
- 14.00 Русский чарт. (16+)
- 15.35 DFM - Dance chart. (16+)
- 16.20 «Тимати: один по жизни или номер один?» (16+)
- 18.00 «10 Самых!» (16+)
- 18.35 22.00 Про-новости. (16+)
- 19.00 Золотая дюжина. (16+)
- 20.00 Русские хиты. Чемпионы понедельника. (16+)
- 22.25 Top 30 - Кружак недели. (16+)
- 00.35 Наше. (18+)
- 03.00 Караокинг. (18+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

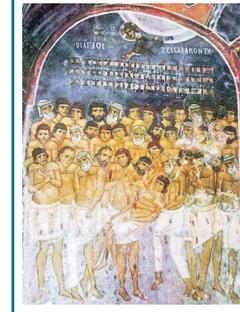
- TV1000
- 05.00, 05.40 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
- 06.40 «ЭЛИЗИУМ: РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
- 08.45 «МИССИЯ «СЕРЕНИТИ». (16+)
- 10.55 «ВАНИЛЬНОЕ НЕБО». (16+)
- 13.20 «ОБЛИВИОН». (16+)
- 15.45 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+)
- 17.15, 18.05 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
- 19.00 «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА». (12+)
- 21.10 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+) Франция, 2014 г.
- 23.15 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)
- 01.15 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
- 03.00 «РОБИН ГУД». (16+)
- TV1000 РУССКОЕ КИНО
- 05.50 «НЕВЕСТА». (16+)
- 08.00 «ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ». (16+)
- 10.05 «СПАРТА». (16+)
- 11.35 «НОЧНЫЕ СТРАЖИ». (12+)
- 13.40, 14.30 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
- 15.40 «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!». (12+)
- 17.20 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (12+)
- 19.00, 19.50 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
- 20.40 «8 ЛУЧШИХ СВИДАНИЙ». (12+)
- 22.25 «8 НОВЫХ СВИДАНИЙ». (12+)
- 23.55 «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!». (12+)
- 01.35 «МЕЧЕНОСЕЦ». (18+)
- 03.50 «СПАСИБО ДЕДУ ЗА ПОБЕДУ». (6+)
- ДОМ КИНО
- 04.30 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 06.45 «Ералаш». (6+)
- 07.15 «Урфин Джюс и его деревянные солдаты». Мультфильм. (6+)
- 09.00 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
- 10.30 «СВАТЫ». (16+)
- 14.20 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 19.15 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «МАРШ-БРОСОК». (16+)
- Россия, 2002 г. В ролях: Владимир Волга, Ольга Чурсина, Евгений Косырев, Александр Балуев
- 01.10 «БРАТ». (16+) Россия, 1997 г. В ролях: Сергей Боровиков, Виктор Сухоруков
- 02.55 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ!». (16+)
- СУББОТА!
- 05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 11.15, 12.10, 13.05, 13.55, 14.50 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
- 15.50, 16.35, 17.15 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
- 18.00 Скажи платью «Да!» (16+) Три невесты в поисках «того самого» платья.
- 18.45, 19.35 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
- 20.30, 21.15, 22.05, 22.55 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
- 23.50 Суббота! News. (16+)
- 00.00, 01.05 Аферисты в сетях. (16+)
- 02.10, 03.00, 03.45 Барышня-крестьянка. (16+)
- 04.35 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 00.30 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПАД-ДИНГТОНА». (12+)
- 02.10 «КРАСАВИЦА СО СТАЖЕМ». (16+)
- 04.35 «ЧЕГО ХОЧЕТ ДЖУЛЬЕТТА». (16+)
- 06.20 «100 МИЛЛИОНОВ ЕВРО». (16+)
- 08.05 «ЛЕТО. ОДНОКЛАССНИКИ. ЛЮБОВЬ». (16+)
- 09.55 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- 11.50 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
- 13.25 «ТРИНАДЦАТЬ ДРУЗЕЙ ОУШЕНА». (16+)
- 15.45 «ЭТОТ НЕЛОВКИЙ МОМЕНТ». (16+)
- 17.40 «ЛЕГКОЕ ПОВЕДЕНИЕ». (16+)
- 19.30 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ». (16+)
- 21.20 «ПРЕКРАСНАЯ ЭПОХА». (18+)
- SONY CHANNEL
- 06.00, 14.35 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
- 06.55 «ЦЕНА ЛЖИ». (16+)
- 08.15, 12.30, 18.10 Проект Подиум. Все звезды. (16+)
- 09.00, 13.15, 18.55 Правила моей кухни. (16+)
- 10.20, 17.05 Правила моей пекарни. (16+)
- 11.25, 21.30, 03.20 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)
- 15.30 «ПО ТУ СТОРОНУ КРОВАТИ». (16+) Франция, 2008 г.
- 20.00, 20.45, 00.10, 00.55 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
- 22.30, 02.25 «РАЗВОД ПО-АНГЛИЙСКИ». (16+)
- 23.25, 01.40 «АМНЕЗИЯ». (16+)
- 04.15 «28 ДНЕЙ». (16+)
- ФЕНИКС+ КИНО
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «НЕРАВНЫЙ БРАК». (16+)
- 12.00, 20.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ЕРМОЛОВЫ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ИНКВИЗИТОР». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+) Сериал. Детектив с элементами мелодрамы, Россия, 2006 г. В ролях: Сергей Жигунов, Любовь Толкалина, Владимир Епифанцев, Ада Роговцева, Агриппина Стеклова
- 04.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)
- СТС LOVE
- 06.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
- 10.20 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+)
- 14.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+) Татьяна Разбежкина с мамой Верой Кирилловной приезжают в Москву. После победы в конкурсе студенческих проектов, Тане предложили перевестись в московский ВУЗ. У нее появляется новая подруга - Татьяна Барнинова, в гостях у которой она знакомится с Сергеем...
- 17.55 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- 23.05 Даешь молодежь! (16+)
- 00.55 «РАНЕТКИ». (16+)
- 04.50 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00, 00.25, 04.45
День Патриарха. (0+)
- 05.15 «Главное» с Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00, 21.30, 03.45
Лествица. (6+)
- 11.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (6+)
- 12.30 В поисках Бога. (6+)
- 13.00 И будут двое... (12+)
- 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00, 01.50 Реакция. (12+)
- 15.45 Движение вверх. (6+)
- 16.50 Всех радостей радость. (0+)
- СПАС
- 18.10 «ЗВЕЗДОЧЕТ». 1 серия. (12+)
- 19.30 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
- 20.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
- 22.00 «ВОЙНА (НА ЗАПАДНОМ НАПРАВЛЕНИИ)». 1 серия. (12+)
- 23.30 Прямая линия жизни. (0+)
- 00.40 Святой Павел Таганрогский. (0+)
- 01.15 Белые ночи на СПАСЕ. (12+)
- 02.25 Вера в большом городе. (16+)
- 03.15 Украина, которую мы любим. (12+)
- 04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

22 марта
Седмица 2-я Великого поста. Глас 8.
40 мучеников, в Севастийском озере мучившихся.



Мч. Урпасиана. Св. Кесария, брата свт. Григория Богослова. Прав. Тарасия. Сщмчч. Михаила, Алексия, Димитрия, Сергия, Сергия пресвитеров и Николая диакона, прмч. Иоасафа и прмчц. Наталии и Александры. Албазинской иконы Божией Матери, именуемой «Слово плоть бысть».

Постный день.
«...Если ты желаешь быть с демонами, если ты стремишься в геенну огненную, то делай, что тебе угодно, живи, как хочешь, – никто тебе не препятствует». Свт. Иоанн Златоуст

ПЕРВЫЙ

05.00
«Доброе утро»

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 «УГРЮМ-РЕКА». (16+)
22.30 «Док-ток». (16+)
23.30 Вечерний Ургант. (16+)
00.10 «Василий Сталин. Сын за отца». (12+)
01.10 Время покажет. (16+)
03.00 Новости
03.05 Время покажет. (16+)
03.35 Мужское / Женское. (16+)

РОССИЯ 1



14.55 «СКЛИФОВСКИЙ». (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 «СКЛИФОВСКИЙ». (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 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ: НОВЫЙ СЕЗОН». (16+)
23.35 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)
02.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
04.05 «ЧЕРЧИЛЛЬ». (12+)

НТВ



16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)

05.05 «ЛИТЕЙНЫЙ». (16+)
06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)
08.00 Сегодня
08.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
10.00 Сегодня
10.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
13.00 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.00 Сегодня
16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)
17.15 ДНК. (16+)
18.15 «ПЁС». (16+)
19.00 Сегодня
19.40 «ПЁС». (16+)
21.15 «ЗАПОВЕДНЫЙ СПЕЦНАЗ». (16+)
23.20 Сегодня
23.35 Основано на реальных событиях. (16+)
01.10 Место встречи. (16+)
02.50 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». (16+)

СТС



20.00 «ФОРСАЖ-5». (16+)

06.00 05.45 Ералаш. (0+)
06.05 «Фиксики». (0+)
06.15 «Маги». (6+)
07.00 «Галилео». (12+)
08.00 «ДЫЛДЫ». (16+)
09.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
10.00 15.00 Уральские пельмени. (16+)
10.10 «Как приручить дракона». (12+)
12.00 «Как приручить дракона-2». (0+)
14.00 «Галилео». (12+)
14.30 «МИША ПОРТИТ ВСЁ». (16+)
15.10 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
16.55 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
19.00 «ДЫЛДЫ». (16+)
20.00 «ФОРСАЖ-5». (16+)
22.35 «ОГРАБЛЕНИЕ В УРАГАН». (16+)
00.35 Стендап Андеграунд. (18+)
01.35 ПРЕМЬЕРА! «ПРОРЫВ». (12+)
03.30 «АНЖЕЛИКА». (16+)
04.45 Мультфильмы. (0+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ



21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.00 «Битва дизайнеров». (16+)
08.30 «САШАТАНЯ». (16+)
09.30 «Холостяк». (16+)
11.00 «ББ шоу». (16+)
12.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
16.00 «САШАТАНЯ». (16+)
20.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)
21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
22.05 «Импровизация». (16+)
23.05 «Женский стендап». (16+)
00.05 «Наша Russia. Дайджест». (16+)
01.10 «Импровизация». (16+)
03.00 «Comedy Баттл». (16+)
03.55 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)
04.45 «Открытый микрофон». (16+)
05.35 «ТНТ. Best». (16+)

РЕН



20.00 «РОБОКОП». (16+)

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрим 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 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 «СОВБЕЗ». (16+)
17.00 03.10 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 02.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 «РОБОКОП». (16+)
22.15 «Водить по-русски»
23.30 «Знаете ли вы, что?»
00.30 «ЗМЕИНЫЙ ПОЛЕТ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Орел и решка. По морям. (16+)
07.30 Утро Пятницы. (16+)
08.00 Орел и решка. Россия-2. (16+)
09.00 Орел и Решка. Чудеса света-2. (16+)
13.00 Мир наизнанку. Китай. (16+)
19.00 Мир наизнанку. Пакистан. (16+)
20.00 Орел и Решка. 10 лет. (16+)
21.00 Мир наизнанку. Бразилия. (16+)
22.00 «АЛЬ-КАПОТНЯ». (16+)
23.00 «МЫЛОДРАМА-2». (16+)
00.00 Инсайдеры. (16+)

Ю

05.00 «Папа попал». (12+)
08.20 «Барышня - Крестянка». (16+)
11.55 «Супермама». (16+)
Психологическое семейное реальности, в котором каждую неделю четыре мамочки соревнуются за звание лучшей. С понедельника по четверг они ходят друг к другу в гости и оценивают все и вся: чистоту в доме, воспитание детей...
14.00 «Взвешенные и Счастливые». (16+)
17.30 «Няня особого назначения». (16+)
21.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
01.35 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
03.00 «Обмен жёнами». (16+)

ЧЕ!

06.00 Улётное видео. (16+)
06.35 Каламбур. (16+)
07.30 КВН Best. (16+)
09.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
10.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
11.30 Улётное видео. (16+)
13.00 Дизель шоу. (16+)
Яркое мультимедийное зрелище с насыщенной программой, музыкальными и хореографическими номерами.
15.00 «СОЛДАТЫ-7». (12+)
19.00 Дизель шоу. (16+)
21.00 Решала. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.00 Улётное видео. (16+)

МИР

05.00 «ВРАТАРЬ». (12+)
05.20, 10.10 «ПИЛОТ МЕЖДУНАРОДНЫХ АВИАЛИНИЙ». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10, 17.15, 02.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
16.15 Мировое соглашение. (16+)
17.55, 19.25 «КУЛИНАР». (16+)
21.40 «Игра в кино». (12+)
22.25 Шоу «Назад в будущее». (12+)
23.25 Всемирные игры разума. (12+)
00.15 «ЧЕТЫРЕ ТАКСИСТА И СОБАКА». (12+)
03.00 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 15.15 «Календарь». (12+)
09.10 16.30 «Врачи». (12+)
09.35 16.10 «Среда обитания». (12+)
10.00 12.00 13.00 15.00 19.00 20.00 22.00 Новости
10.10 22.05 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА». (16+)
12.10 13.20 20.05 01.00 «ОТражение»
17.00 «Такие разные». (12+)
18.00 «Губернские новости»
18.15 «Вечер вместе». (12+)
18.45 «Диалоги с прошлым». (12+)
19.20 23.50 «ПравДа?» (12+)

ПОБЕДА

06.00 «Путь к Победе». (16+)
07.00 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (12+)
08.30 «ПЯТЬ НЕВЕСТЬ». (12+)
10.10 «РАЗВЕДЧИКИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
12.30 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (16+)
16.10 «ШТРАФАБАТ». (16+)
19.20 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ!» (16+) Сериал. Детектив, Украина, 2007 г.
23.00 «Путь к Победе» (16+)
00.10 «ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ». (16+)
01.40 «ПОД КАМЕННЫМ НЕБОМ». (12+)
03.10 «ПРОВЕРЕНО - МИН НЕТЬ». (12+)
04.30 «Тайные дороги войны». (12+)
05.10 «Неизвестная война. «Битва за Кавказ». (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 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.50 «Пёс Пэт». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
11.00 «Пёс Пэт». (6+)
11.05 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
12.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
13.40 «Финес и Ферб». (6+)
15.05 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
16.05 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
17.30 «Гравити Фолз». (12+)
19.00 «Рапунцель: Новая история». (6+)
19.30 «Феи: Тайна страны драконов». (6+)
17.40 «Испокон веков эльфийские племена жили в волшебной стране Баяла бок о бок с драконами...»
21.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
23.00 «Человек-Паук». (12+)
00.00 «ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ!» (6+)
01.40 «СОБАКА ТОЧКА КОМ». (6+)
02.50 «Человек-Паук». (12+)
03.35 «Ким Пять-с-Плюсом». (6+)
04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Жужжалка». (0+)
07.40 «ЛЕГО. Дупло». (0+)
07.45 «Легенды Спарка». (0+)
08.10 «Маша и Медведь». (0+)
09.25 «Ну, погоди!» (0+)
10.05 «Огонёк». (6+)
10.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
10.45 «Лапы, морды и хвосты». (0+)
11.05 «Приключения Ам Няма». (0+)
11.15 «Тру и Радужное королевство». (0+)
11.40 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
12.15 «ЛЕГО Сити. Приключения». (0+)
12.40 «Дикие скричеры!» (6+)
13.05 «Металионы». (6+)
13.30 «Фиксики». (0+)
14.00 Навигатор. Новости. (0+)
14.10 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
14.55 «Леги и Тиг». (0+)
15.40 «Танцоры». (0+)
15.55 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
16.35 «Хейдрораблз». (0+)
16.40 «Сказочный патруль». (0+)
17.30 «Кинди Кидс» (0+)
17.40 «Роботы-поезда». (0+)
18.10 «Турбозавры». (0+)
19.00 «Свинка Пеппа». (0+)
19.20 «Кошечки-собачки». (0+)
19.50 «Вспыши и чудо-машинки». (0+)
20.15 «Май Литтл Пони». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Истории Сильвиан Фэмелис». (0+)
20.50 «Оранжевая корова». (0+)
22.00 «Бен 10». (12+)
22.30 «Эволюция Черепаешки-ниндзя». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL

06.00 Стальные парни: распаховка. (12+)
06.46 Махинаторы. (12+)
07.39 Охотники за старьем. (12+)
08.32, 08.59 Как это сделано? (12+)
09.25 Махинаторы. (12+)
10.18, 01.30 НАСА: необъяснимые материалы. (16+)
11.12 Автомир Майка Брюера. (12+)
11.39 Супермеханик Энт Энстед. (12+)
12.06, 12.33 Женская автомастерская. (12+)
13.00, 13.27 Как это сделано? (12+)
13.54 Музейные загадки. (16+)
14.48 Махинаторы. (12+)
15.42, 16.09 Битвы за контейнер. (16+)
16.36 Реальные дальнбойщики. (16+)
17.30 Мятный гараж. (16+)
18.24, 03.45 Охотники за старьем. (12+)
19.18, 19.45 Как это сделано? (12+)
20.12 Махинаторы. (12+)
21.06 Стальные парни. (12+)
22.00 Потерянное фото Линкольна. (16+)
23.47 Музейные загадки. (16+)
00.40 Реальные дальнбойщики. (12+)
02.15 Мятный гараж. (16+)
03.00, 03.23 Как это устроено? (12+)
04.30, 04.53 Женская автомастерская. (12+)
05.15 Автомир Майка Брюера. (12+)

VIASAT HISTORY

06.05 Невероятные изобретения. (12+)
06.35, 07.20, 08.05 Расшифровка тайн. (12+)
08.50, 09.35, 10.25 Тайны музеев. (12+)
11.10 Военные заводы. (12+)
12.00 Досье погоды. (12+)
12.50 Последний поход викингов. (12+)
13.45 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+)
14.40 Древние суперстроения. (12+)
15.35 Забытые королевства Центральной Америки. (12+)
16.35 Боевые корабли. (12+)
17.25 Машины смерти. (12+) Сезон: 1
18.20 Тайны музеев. (12+)
19.10 Тайная война. (12+)
20.05 Последний поход викингов. (12+) Сезон: 1
21.00 Военные заводы. (12+) Сезон: 1
21.45 Тайная история рыцарей Храма. (12+)
22.40 Запретная история. (12+)
23.30 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+)
00.25 Древние суперстроения. (12+)
01.20 Забытые королевства Центральной Америки. (12+)
02.25 Боевые корабли. (12+)
03.15, 04.00 Музейные тайны. (12+)
04.45 Запретная история. (12+)
05.30 Даты, вошедшие в историю. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC NG

06.00, 06.20 Научные глупости. (16+)
06.45, 07.05 Игры разума. (16+)
07.35 Машины: Разобрать и продать. (16+)
08.25 В дикой природе с Баром Гриллсом. (16+)
09.20 Настоящий суперкар. (16+)
10.05, 10.55 Авто-SOS. (16+)
11.50 Дикий тунец. (16+)
12.40 Апокалипсис: Гитлер идёт на запад. (16+)
13.30 Авто-SOS. (16+)
14.25 Злоключения за границей. (16+)
15.10 Расследования авиакатастроф. (16+)
16.00 Служба безопасности аэропорта: Бразилия. (16+)
16.50 Апокалипсис: Гитлер идёт на запад. (16+)
17.45 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+)
18.35, 18.55 Фабрика еды. (16+)
19.20 Расследования авиакатастроф. (16+)
20.10 Расследование авиакатастроф. (16+)
21.00 Наркотики: Наркотики. (16+)
21.50 Граница: Военные игры. (16+)
22.40 Авто-SOS. (16+)
23.35 Злоключения за границей. (16+)
01.10, 01.55 Авто-SOS. (16+)
02.40 Наркотики. (16+)
03.35, 04.20 Осушить океан. (16+)
05.10 Чудеса инженерии. (16+)

РОССИЯ **РОССИЯ К**
Культура



08.50 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»

06.30 07.00 07.30 08.30 10.00
15.00 19.30 23.30
Новости культуры
«Пешком...»
06.35 20.05 «Правила жизни»
07.05 18.35 23.50 «Величайшие изобретения»
07.35 **08.50 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»**
10.15 «Наблюдатель»
11.10 00.40 ХХ век
12.15 «Дороги старых мастеров»
12.25 22.15 «ЛЮДМИЛА ГУРЧЕНКО»
13.15 «Первые в мире»
13.30 «Игра в бисер»
14.15 Больше, чем любовь
15.20 «Передвижники»
15.50 «Сати. Нескучная классика...»
16.30 История искусства
17.25 II Московский международный фестиваль искусств Ю. Башмета
19.45 Главная роль
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 Искусственный отбор
21.30 «Белая студия»

ТВЦ **ТВЦ**



08.50 «БЕЛЫЕ РОСЫ». (12+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.50 «БЕЛЫЕ РОСЫ». (12+)
10.40 «Вячеслав Невинный. Талант и 33 несчастья». (12+)
11.30 События
11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 17.50 22.00 События
14.55 Город новостей
15.05 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+)
16.55 «Прощание». (16+)
18.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)
22.35 «Осторожно, мошенники!» (16+)
23.05 «Дети против звёздных родителей». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 Петровка, 38. (16+)
00.55 Хроники московского быта. (12+)
01.35 «Дети против звёздных родителей». (16+)
02.15 «Ворошилов против Тухачевского. Маршал на заклинание». (12+)

ТВ-3 **ТВ-3**



20.20 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.50 Гадалка. (16+)
14.40 Мистические истории. (16+)
15.45 Гадалка. (16+)
16.55 «Старец». (16+)
17.25 «Слепая». (16+)
20.20 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
В клинику поступает беременная женщина. У плода опухоль, без удаления которого жизнь ребенка обречена. Женщина решается на операцию...
23.00 «ПИКОВАЯ ДАМА: ЗАЗЕРКАЛЬЕ». (16+)
01.00 Дневник экстрасенса с Татьяной Лариной. (16+)
01.45 «ТВ-3 ведет расследование». (16+)
03.15 «Запретные опыты Фрейда». (16+)
04.00 «Тайные знаки». (16+)
05.30 Охотники за привидениями. Битва за Москву. (16+)

ДОМАШНИЙ **ДОМАШНИЙ**



11.25 «Реальная мистика». (16+)

06.30 «б кадров». (16+)
06.40 По делам несовершеннолетних. (16+)
08.10 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 «НАРУШАЯ ПРАВИЛА». (16+)
19.00 «ПЛАТЬЕ ИЗ МАРГАРИТОК». (16+)
23.05 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР». (16+)
01.05 «НАСЛЕДНИЦЫ». (16+)
02.55 «Порча». (16+)
03.20 «Знахарка». (16+)
03.45 «Понять. Простить». (16+)
04.35 «Реальная мистика». (16+)
05.20 По делам несовершеннолетних. (16+)

5 **5-й КАНАЛ**



09.00 «Известия»
05.40 09.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)

09.50 «ПАСЕЧНИК». (16+)
13.00 «Известия»
13.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)
17.30 03.25 «Известия»
17.45 «ПАСЕЧНИК». (16+)
19.55 «СЛЕД». (16+)
23.15 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
00.30 «СЛЕД». (16+)
01.15 03.35 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
ЗВЕЗДА
06.10 18.50 «Стрелковое вооружение». (12+)
07.00 «Сегодня утром»
09.00 13.00 18.00 21.15
Новости дня
09.20 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
09.40 10.05 «Оружие Первой мировой войны». (12+)
10.40 13.15 14.05 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (16+)
19.40 «Легенды армии». (12+)
20.25 «Улика из прошлого»
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.40 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (6+)

ТВ ГУБЕРНИЯ **ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ**



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

11.00 16.15 «ДОМ С ЛИЛИЯМИ». (12+)
12.00 «Такие разные». (12+)
13.00 18.45 «Полицейский вестник». (12+)
13.15 «Здоровый интерес». (12+)
13.30 03.30 «Открытая наука». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30
«Губернские новости». (12+)
14.15 03.15 «Область спорта». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 04.00 «Мастер-класс». (12+)
17.15 01.00 «Заметные люди». (12+)
18.15 «Формула здоровья». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Вечер вместе». (12+)
19.45 21.45 02.45 «Документальное кино». (12+)
20.15 22.15 «Футбол губернии». (12+)
20.45 «Диалоги с прошлым». (12+)
22.45 «ПРАВИЛА ГЕЙМЕРА». (12+)
00.30 «Человек мира с Андреем Панкратовым». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! **МАТЧ! ТВ** **EUROSPORT** **EUROSPORT 1**
06.00 08.55 12.00 14.05 16.10
21.50 Новости
06.05 16.15 22.00 Все на Матч!
09.00 12.45 Специальный репортаж. (12+)
09.20 Профессиональный бокс. (16+)
10.20 «Главная дорога» (16+)
11.30 03.30 Хоккей. НХЛ. Обзор. (0+)
12.05 «МатчБол»
13.05 Смешанные единоборства. (16+)
14.10 04.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)
16.50 Хоккей. «Салават Юлаев» (Уфа) - «Ак Барс» (Казань). КХЛ. 1/2 финала конференции «Восток». Прямая трансляция
19.20 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Запад». «Локомотив» (Ярославль) - ЦСКА
23.00 «РОККИ-2». (16+)
01.25 Гандбол. «Чеховские медведи» (Россия) - «Ним» (Франция). Лига Европы. Мужчины. 1/8 финала. (0+)
00.30, 01.30, 02.00 Биатлон. Кубок мира. Эстерсунд. Мужчины. (6+)
02.30, 10.30, 16.00 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 1-й этап. (12+)
03.30, 09.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Клингенталь. (12+)
05.00, 06.00 Велоспорт. Париж - Ницца. (12+)
07.00, 08.00, 08.30, 20.05, 21.00, 21.30 Биатлон. Кубок мира. Эстерсунд. Женщины. (6+)
11.30, 15.30 Велоспорт. The Cycling show. (12+)
12.00, 12.30 Горные лыжи. Кубок мира. Ленцерхайде. Женщины. (12+)
13.15, 13.45, 23.00, 23.45 Горные лыжи. Кубок мира. Ленцерхайде. Мужчины. Спалом. (12+)
14.30, 15.00, 19.05, 19.35 Лыжное двоеборье. Кубок мира. Клингенталь. (12+)
17.15 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 2-й этап. Прямая трансляция. (12+)
22.00 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 2-й этап. (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 11.35 «10 самых горячих клипов дня». (16+)
05.35 08.35 15.00 18.35 22.00
Рго-новости. (16+)
05.55 Каждое утро. (16+)
09.00 МУЗ-ТВ Чарт. (16+)
10.00 Фан-клуб. (16+)
10.30 Check-In на МУЗ-ТВ. (16+)
12.20 «Тимати: один по жизни или номер один?» (16+)
13.20 Караокинг. (16+)
14.00 Tiktok чарт. (16+)
15.25 Русский чарт. (16+)
16.25 Музыкальная премия «Новое Радио Awards-2021». (16+)
19.00 TOP Чарт Европы плюс. (16+)
20.00 Золотая лихорадка. (16+)
22.25 Top 30 - Русский крутяк недели. (16+)
00.35 МузРаскрутка. (16+)
01.05 Караокинг. (18+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000 **TV1000** **РУССКОЕ КИНО** **ДОМ КИНО** **ДОМ КИНО** **СУББОТА!** **СУББОТА!**
05.10, 05.50 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
06.35 «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА». (12+)
08.45 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)
10.40 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)
12.50 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
14.50 «РОБИН ГУД». (16+)
17.15, 18.05 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
19.00 «МИССИЯ «СЕРЕНИТИ». (16+) США, 2005 г.
21.10 «ДЮНА». (12+) США, Мексика, 1984 г.
23.40 «ДИТЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ». (16+)
01.30 «СЕРДЦЕЕД». (16+)
03.10 «ЛЮБОВЬ И ДРУГИЕ ЛЕКАРСТВА». (16+)
05.30 «8 ЛУЧШИХ СВИДАНИЙ». (12+)
07.05 «8 НОВЫХ СВИДАНИЙ». (12+)
08.35, 04.00 «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!» (12+)
10.15 «ТЁМНЫЙ МИР». (16+)
12.05 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (12+)
13.45, 14.35 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
16.05 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (12+)
17.35 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
19.00, 19.45 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
20.40 «ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ». (16+)
22.20 «НЕВЕСТА». (16+)
00.00 «ЭБИГЕЙЛ». (6+)
01.55 «ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА». (6+)
05.05 Золото «Ленфильма». «БЛАГОЧЕСТИВАЯ МАРТА». (12+)
07.40 «Урфин Джус возвращается». Мультфильм. (6+)
09.05 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
10.30 «СВАТЫ». (16+)
14.20 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
19.15 «СВАТЫ». (16+)
23.00 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+) Россия, 1999 г. В ролях: Михаил Ульянов, Анна Снякина, Александр Пороховщиков, Сергей Гармаш, Ирина Розанова
00.50 «БРАТ-2». (16+) Россия, 2000 г.
03.05 «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕВАНШ». (16+)
05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
11.00, 11.55, 12.45, 13.40, 14.35 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
15.30, 16.20, 17.10 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+) Сериал. Мелодрама, Аргентина, 1998-1999 гг. В ролях: Наталия Орейро, Факундо Арана, Артуро Мали
18.00 Скажи платю «Да!» (16+)
18.45, 19.35 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
20.25, 21.15, 22.05, 23.00 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
23.55 Суббота! News. (16+)
00.05, 00.55 Аферисты в сетях. (16+)
01.55, 02.40, 03.25, 04.15 Барышня-крестьянка. (16+)
КИНОКОМЕДИЯ **SONY CHANNEL** **ФЕНИКС+КИНО** **СТС LOVE** **СТС LOVE**
01.20 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЕРА». (18+)
04.05 «(НЕ)ЖДАНЫЙ ПРИНЦ». (16+)
05.40 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)
07.15 «SUPERZЯТЬ». (16+)
09.05 «ЗАЖГИ ЭТИМ ЛЕТОМ». (16+)
10.45 «БЕЗ ЧУВСТВ». (16+)
12.30 «СЛУЧАЙНЫЙ ШПИОН». (12+)
14.10 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ». (16+)
16.05 «УДАЧИ, ЧАК!». (16+)
17.50 «ЛЮБОВЬ ПРЕДПОРТ». (12+)
19.30 «ГЕРОЙ СУПЕРМАРКЕТА». (12+)
21.10 «ТОЛСТЯК ПРОТИВ ВСЕХ». (16+) Боевик, комедия, США, 2015 г.
22.55 «Я ХУДЕЮ». (16+)
06.00, 10.55, 17.10 Правила моей аптеки. (16+)
07.00, 14.45 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
07.50 «ЦЕНА ЛЖИ». (16+)
09.10, 13.00, 18.10 Проект Подиум. Все звезды. (16+)
09.55, 13.45, 18.55 Правила моей кухни. (16+)
12.00, 21.30, 03.20 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)
15.40, 16.25, 20.00, 20.45, 00.10, 00.55 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
22.30, 02.25 «РАЗВОД ПО-АНГЛИЙСКИ». (16+)
23.25, 01.40 «АМНЕЗИЯ». (16+) 3 сезон. Сериал. США, 2020 г. В ролях: Стана Катиц, Патрик Хьюсингер
04.20 «ПО ТУ СТОРОНУ КРОВАТИ». (16+)
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+) Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г. В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «НЕРАВНЫЙ БРАК». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+) Сериал. Мелодрама, Россия, 2018 г. В ролях: Марина Коняшкина, Александр Давыдов, Алексей Демидов, Татьяна Храмова
13.00, 21.00, 05.00 «ЕРМОЛОВЫ!». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ИНКВИЗИТОР». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)
06.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ ЖЕНА». (0+) По планам градостроительства дом Шаталиных подлежит сносу. Вика занялась квартирным вопросом. Однако ни один из просмотренных домов не устраивает новоиспеченную госпожу Шаталину. Решить исход борьбы за недвижимость неожиданно удастся Владимиру Владимировичу Прутковскому...
10.20 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+)
14.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
17.55 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
23.05 Дашь молодёжь! (16+)
00.55 «РАНЕТКИ». (16+)
04.50 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ ЖЕНА». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (12+)
06.00, 06.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 Лествица. (6+)
11.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (6+)
12.30 «Наши любимые песни». Концерт. (6+)
13.30 Украина, которую мы любим. (12+)
15.00, 00.30 Реакция. (12+)
15.45 Святой Павел Таганрогский. (0+)
16.25, 23.25 Врангель. Путь русского генерала. Фильм 1. На Родине. (0+)
17.20 Врангель. Путь русского генерала. Фильм 2. На чужбине. (0+)
18.15 «ЗВЕЗДОЧЕТ». 2 серия. (12+)
19.30 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
20.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
21.30, 03.45 Лествица. (6+)
22.00 «ВОЙНА (НА ЗАПАДНОМ НАПРАВЛЕНИИ)». 2 серия. (12+)
00.15, 04.45 День Патриарха. (0+)
01.05 Простые чудеса. (12+)
01.45 Движение вверх. (6+)
02.40 Всех радостей радость. (0+)
04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

23 марта
Седмица 2-я Великого поста. Глас 8.
Прп. Анастасия Патриикии.



Мчч. Кодрата и иже с ним: Киприана, Дионисия, Анекта, Павла, Крискента, Дионисия, Викторина, Виктора, Никифора, Клавдия, Диодора, Серафима, Папия, Леонида и мщч. Харисессы, Нунехии, Василиссы, Ники, Гали, Галины, Феодоры и иных многих. Прп. Павла Таганрогского. Мчч. Кодрата Никомидийского, Саторина, Руфина и прочих. Сщмч. Димитрия пресвитера.

Постный день.
«...Мы оправдываем самих себя, что держимся своей воли и следуем самим себе. Все это исчадия гордости, враждебной Богу».
Авва Дорофей

ПЕРВЫЙ



10.55 Модный приговор. (6+)

- 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+)
- 16.05 23.30 Чемпионат мира по фигурному катанию-2021
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.40 На самом деле. (16+)
- 19.45 Пусть говорят. (16+)
- 21.00 Время
- 21.30 «УГРЮМ-РЕКА». (16+)
- 22.30 Большая игра. (16+)
- 00.50 Время покажет. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Время покажет. (16+)
- 03.15 Мужское / Женское. (16+)

РОССИЯ 1



14.55 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (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 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (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 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ: НОВЫЙ СЕЗОН». (16+)
- 23.35 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)
- 02.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
- 04.05 «ЧЕРЧИЛЛЬ». (12+)

НТВ



16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)

- 05.05 «ЛИТЕЙНЫЙ». (16+)
- 06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.25 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
- 10.00 Сегодня
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)
- 17.15 ДНК. (16+)
- 18.15 «ПЁС». (16+)
- 19.00 Сегодня
- 19.40 «ПЁС». (16+)
- 21.15 «ЗАПОВЕДНЫЙ СПЕЦНАЗ». (16+)
- 23.20 Сегодня
- 23.35 Поздняков. (16+)
- 23.45 Уроки русского. (12+)
- 00.15 Мы и наука. Наука и мы. (12+)
- 01.15 Место встречи. (16+)
- 02.55 Их нравы. (0+)
- 03.30 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». (16+)

СТС



20.00 «ФОРСАЖ-6». (12+)

- 06.00 05.50 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Фиксики». (0+)
- 06.15 «Маги». (6+)
- 06.35 «Том и Джерри». (0+)
- 07.00 «Галилео». (12+)
- 07.30 14.30 «МИША ПОРТИТ ВСЁ». (16+)
- 08.00 19.00 «ДЫЛДЫ». (16+)
- 09.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 10.25 «СКУБИ-ДУ». (12+)
- 12.05 «СКУБИ-ДУ-2. МОНСТРЫ НА СВОБОДЕ». (0+)
- 14.00 «Галилео». (12+)
- 15.00 Уральские пельмени. (16+)
- 15.10 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
- 16.55 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
- 20.00 «ФОРСАЖ-6». (12+)
- 22.40 «NEED FOR SPEED. ЖАЖДА СКОРОСТИ». (16+)
- 01.05 Стендап Андеграунд. (18+)
- 02.05 «СКУБИ-ДУ». (12+)
- 03.25 «АНЖЕЛИКА». (16+)
- 04.40 Мультфильмы. (0+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ



13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)

- 07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
- 08.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 09.30 «Ты топ-модель на ТНТ». (12+)
- 11.00 «ББ шоу». (16+)
- 12.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
- 16.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 20.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)
- Сын Вербы ворует шоколадку в супермаркете. Подумав, что это звоночек, Верба решает наглядно показать ему, чем это может закончиться.
- 21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
- 22.05 «Двое на миллион». (16+)
- 23.05 «Stand up». (16+)
- 00.05 «Наша Russia. Дайджест». (16+)
- 01.10 «Импровизация». (16+)
- 03.00 «Comedy Баттл». (16+)
- 03.55 «Открытый микрофон». (16+)
- 05.35 «ТНТ. Best». (16+)

РЕН



20.00 «ПОСЛЕДНИЙ БОЙСКАУТ». (16+)

- 05.00 «Территория заблуждений». (16+)
- 06.00 04.20 «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 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 03.30 «Тайны Чапмана». (16+)
- 18.00 02.45 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 «ПОСЛЕДНИЙ БОЙСКАУТ». (16+)
- 22.05 «Смотреть всем!» (16+)
- 00.30 «КТО Я?» (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Орел и решка. По морям. (16+)
- 07.30 Утро Пятницы. (16+)
- 08.30 Орел и решка. Россия-2. (16+)
- 10.00 Орел и Решка. Чудеса света-2. (16+)
- 11.00 19.00 На ножах. (16+)
- 22.00 «АЛЬ-КАПОТНЯ». (16+)
- 23.00 «МЫЛОДРАМА-2». (16+)
- 00.00 Инсайдеры. (16+)
- 01.00 Пятница News. (16+)
- 01.30 Битва ресторанов. (16+)
- 03.30 Орел и решка. Шоппинг. (16+)
- 04.10 Орел и решка. Америка. (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.35 Каламбур. (16+)
- 07.30 КВН Best. (16+)
- 09.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
- 10.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
- 11.30 Улётное видео. (16+)
- 13.00 Дизель шоу. (16+)
- 15.00 «СОЛДАТЫ-7». (12+)
- 17.00 «СОЛДАТЫ-8». (12+)
- 19.00 Дизель шоу. (16+)
- 21.00 Решала. (16+)
- Каждый день тысячи россиян становятся жертвами аферистов.
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.00 Улётное видео. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.00 15.15 «Календарь». (12+)
- 09.10 16.30 «Врачи». (12+)
- 09.35 16.10 «Среда обитания». (12+)
- 10.00 12.00 13.00 15.00 19.00 20.00 22.00 Новости
- 10.10 22.05 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА». (16+)
- 12.10 13.20 20.05 01.00 «ОТРАЖЕНИЕ»
- 17.00 «Открытая наука». (12+)
- 17.30 «Документальное кино». (12+)
- 18.00 «Губернские новости»
- 18.15 «Вечер вместе». (12+)
- 18.45 «Мастера». (12+)
- 19.20 23.50 «ПравДа!» (12+)

Ю

- 05.20 «Папа попал». (12+)
- 08.20 «Барышня - Крестьянка». (16+)
- Героинь ждёт курьезные и неожиданные ситуации. Бизнес-леди научатся управлять коллективом гостей, а простая деревенская девочка узнает, что за звери такие «дедлайн» и «шугаринг». И еще неизвестно, кому будет сложнее!
- 11.55 «Супермама». (16+)
- 15.00 «Взвешенные и Счастливые». (16+)
- 17.30 «Беременная в 16». (16+)
- 21.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 01.35 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
- 03.05 «Обмен жёнами». (16+)

МИР

- 05.00, 02.40 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)
- 08.25, 10.10, 17.55, 19.25 «КУЛИНАР». (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+)
- 20.35 «КУЛИНАР-2». (16+)
- 21.40 Телеигра «Игра в кино». (12+)
- 22.25 Шоу «Назад в будущее». (12+)
- 23.25 Всемирные игры разума. (12+)
- 00.15 «ЧЕТЫРЕ ТАКСИСТА И СОБАКА-2». (6+)

ПОБЕДА

- 06.00 «Путь к Победе». (16+)
- 07.00 «ТАЙНАЯ ПРОГУЛКА». (12+)
- 08.30 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЬ». (16+)
- 10.10 «РАЗВЕДЧИКИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
- 12.30 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (16+)
- Сериал. Драма, Россия, Украина, 2017 г.
- 16.10 «ШТРАФБАТ». (16+)
- 19.20 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ!» (16+)
- 23.00 «Путь к Победе». (16+)
- 00.10 «РОДИНА ИЛИ СМЕРТЬ». (16+)
- 01.40 «СЫН ПОЛКА». (12+)
- 03.50 «ДВА ФЁДОРА». (12+)
- 05.10 Неизвестная война. «Величайшее танковое сражение». (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 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.50 «Пёс Пэт». (6+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Пёс Пэт». (6+)
- 11.05 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 12.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
- 13.40 «Финес и Ферб». (6+)
- 15.05 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
- 16.05 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 17.30 «Гравити Фолз». (12+)
- 19.00 «Рапунцель: Новая история». (6+)
- 19.30 «Русалочка». (6+) Король морей Тритон запрещает своим подданным подниматься на поверхность, считая, что люди очень опасны...
- 21.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 23.00 «Человек-Паук». (12+)
- 00.00 «ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ!» (6+)
- 01.40 «СОБАКА ТОЧКА КОМ». (6+)
- 02.50 «Человек-Паук». (12+)
- 03.35 «Ким Пять-с-Плюсом». (6+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние птицы. «Малышарики», «Пег + Кат», «Домики». (0+)
- 06.55 «Жужжалка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Жужжалка». (0+)
- 07.40 «ЛЕГО. Дупло». (0+)
- 07.45 «Легенды Спарка». (0+)
- 08.10 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.25 «Ну, погоди!» (0+)
- 10.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 10.45 «Игра сумом». (0+)
- 11.05 «Бурёнка Даша». (0+)
- 11.15 «Тру и Радужное королевство». (0+)
- 11.40 «Роботар Поли и его друзья». (0+)
- 12.15 «ЛЕГО Сити. Приключения». (0+)
- 12.40 «Дикие скричеры!» (6+)
- 13.05 «Металионы». (6+)
- 13.30 «Фиксики». (0+)
- 14.00 Навигатор. Новости. (0+)
- 14.10 «Смешарики. Пинкод». (6+)
- 14.55 «Лео и Тиг». (0+)
- 15.40 «Вкусняшки шоу». (0+)
- 15.55 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
- 16.35 «Хейдроблз». (0+)
- 16.40 «Фееринки». (0+)
- 17.30 «Кинди Кидс» (0+)
- 17.40 «Роботы-поезда». (0+)
- 18.10 «Зебра в клеточку». (0+)
- 19.00 «Свинка Пеппа». (0+)
- 19.20 «Кошечки-собачки». (0+)
- 19.50 «Вспыши и чудо-машинки». (0+)
- 20.15 «Май Литтл Пони». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «История Сильвиан Фэмилли». (0+)
- 20.50 «Три кота». (0+)
- 22.00 «Бен 10». (12+)
- 22.30 «Эволюция Черепашек-ниндзя». (6+)
- 22.50 «Гормити». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL

- 06.00, 06.23 Битвы за контейнеры. (16+)
- 06.46 Махинаторы. (12+)
- 07.39 Охотники за старьем. (12+)
- 08.32, 08.59 Как это сделано? (12+)
- 09.25 Махинаторы. (12+)
- 10.18 Потерянное фото Линкольна. (16+)
- 12.06 Голые и напуганные XL. (16+)
- 13.00, 13.27 Как это сделано? (12+)
- 13.54 Музейные загадки: Пустынный монстр. (16+)
- 14.48 Махинаторы. (12+)
- 15.42, 16.09 Битвы за контейнеры. (16+)
- 16.36 Реальные дальнбойщики. (12+)
- 17.30 Мятёжный гараж. (16+)
- 18.24 Охотники за старьем. (12+)
- 19.18, 19.45 Как это сделано? (12+)
- 20.12 Махинаторы: Maserati Biturbo 1985 года. (12+)
- 21.06 Стальные парни. (12+)
- 22.00, 22.54 Голые и напуганные XL. (16+)
- 23.47 Музейные загадки: Зловещее предсказание. (16+)
- 00.40 Реальные дальнбойщики. (12+)
- 01.30 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)
- 02.15 Мятёжный гараж. (16+)
- 03.00, 03.23 Как это устроено? (12+)
- 03.45 Охотники за старьем. (12+)
- 04.30 Потерянное фото Линкольна. (16+)

VIASAT HISTORY

- 06.00 Невероятные изобретения. (12+)
- 06.25, 07.10 Расшифровка тайн. (12+)
- 07.55, 08.40, 09.30, 10.15 Тайны музеев. (12+)
- 11.00 Военные заводы. (12+)
- 11.50 Досье погоды. (12+)
- 12.40 Последний поход викингов. (12+)
- 13.35 Владыки Тихоокеанского побережья. (12+)
- 14.40 Древние суперстроения. (12+)
- 15.35 Забытые королевства Центральной Америки. (12+)
- 16.35 Боевые корабли. (12+)
- 17.25 Машины смерти. (12+)
- 18.20 Тайны музеев. (12+)
- 19.10 Тайная война. (12+)
- 20.05 Последний поход викингов. (12+) Сезон: 1
- 21.00 Тайны военной машины нацистов. (12+)
- 21.50 Тайная история рыцарей Храма. (12+)
- 22.45 Запретная история. (12+)
- 23.30 Владыки Тихоокеанского побережья. (12+)
- 00.35 Древние суперстроения. (12+)
- 01.30 Забытые королевства Центральной Америки. (12+)
- 02.30 Боевые корабли. (12+)
- 03.25, 04.10 Музейные тайны. (12+)
- 04.50 Запретная история. (12+)
- 05.35 Родовые проклятия. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC NG

- 06.00 Сделать за один день. (16+)
- 06.25 Научные глупости. (16+)
- 06.45, 07.10 Игры разума. (16+)
- 07.35 Машины: Разобрать и продать. (16+)
- 08.25 В дикой природе с Беном Гриллом. (16+)
- 09.20 Настоящий суперкар. (16+)
- 10.10, 11.00 Авто-SOS. (16+)
- 11.50 Дикая тунца. (16+)
- 12.45 Нарковояны. (16+)
- 13.35 Авто-SOS. (16+)
- 14.25 Злоключения за границей. (16+)
- 15.10 Расследования авиакатастроф. (16+)
- 16.00 Служба безопасности аэропорта: Бразилия. (16+)
- 16.50 Нарковояны. (16+)
- 17.45 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+)
- 18.35, 18.55 Фабрика еды. (16+)
- 19.20 Расследования авиакатастроф. (16+)
- 20.10 Расследование авиакатастроф. (16+)
- 21.00 Аляска: Новое Поколение. (16+)
- 21.50 Остров бунтарей (16+)
- 22.40 Авто-SOS. (16+)
- 23.30 Злоключения за границей. (16+)
- 01.10, 01.55 Авто-SOS. (16+)
- 02.40 Аляска: Новое Поколение. (16+)
- 03.30, 04.20 Осушить океан. (16+)
- 05.05 Чудеса инженерии. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМ 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 **К** **РОССИЯ К**
Культура



15.50
«Белая студия»

06.30 07.00 07.30 08.30 10.00
15.00 19.30 23.30
Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 20.05 «Правила жизни»
07.35 18.35 23.50 «Величайшие изобретения»
08.35 12.10 18.15 «Красивая планета»
08.45 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 00.40 ХХ век
12.25 22.15 «ЛЮДМИЛА ГУРЧЕНКО»
13.30 Искусственный отбор
14.15 Больше, чем любовь
15.20 «Библейский сюжет»
15.50 «Белая студия»
16.30 История искусства
17.25 II Московский международный фестиваль искусств Ю. Башмета
19.45 Главная роль
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 Абсолютный слух
21.30 Власть факта
23.00 «Завтра не умрет никогда»

ТВЦ **ТВЦ**



08.40 «ЧЕЛОВЕК РОДИЛСЯ».
(12+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 «ЧЕЛОВЕК РОДИЛСЯ». (12+)
10.40 «Семён Фарада. Непутёвый кумир». (12+)
11.30 События
11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+)
16.55 «Прощание». (12+)
17.50 События
18.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)
22.00 События
22.35 Линия защиты. (16+)
23.05 «Первые лица. Смертельная скорость». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 Петровка, 38. (16+)
00.55 «Удар властью. Павел Грачёв». (16+)
01.35 «Первые лица. Смертельная скорость». (16+)

ТВ-3 **ТВ-3**



23.00 «ТАЙНЫ БЕРМУДСКОГО ТРЕУГОЛЬНИКА». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.15 Врачи. (16+)
12.25 Гадалка. (16+)
14.40 Мистические истории. (16+)
15.45 Гадалка. (16+)
16.55 «Старец». (16+)
17.25 «Слепая». (16+)
20.20 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
После произошедшего Глассман предлагает Браун поход к психологу. К Шону попадает пациент с аутизмом. Родители мальчика не в восторге от того, что лечащий врач их сына страдает схожим заболеванием. У Калу пожилой пациент...
23.00 «ТАЙНЫ БЕРМУДСКОГО ТРЕУГОЛЬНИКА». (16+)
03.45 Дневник экстрасенса с Татьяной Лариной. (16+)
04.30 «ТВ-3 ведёт расследование». (16+)
05.15 «Тайные знаки». (16+)

ДОМАШНИЙ **ДОМАШНИЙ**



13.50 «Порча».
(16+)

06.10 «б кадров». (16+)
06.45 По делам несовершеннолетних. (16+)
08.20 Давай разведёмся! (16+)
09.25 Тест на отцовство. (16+)
11.35 «Реальная мистика». (16+)
12.40 «Понять. Простить». (16+)
13.50 «Порча». (16+)
14.20 «Знахарка». (16+)
14.55 «ПОГОВОРИ С НЕЙ». (16+)
19.00 «ПОСЛЕ ЗИМЫ». (16+)
23.00 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР». (16+)
01.00 «ПРИВЕТ, КИНДЕР!» (16+)
02.55 «Порча». (16+)
03.20 «Знахарка». (16+)
03.45 «Понять. Простить». (16+)
04.35 «Реальная мистика». (16+)
05.25 По делам несовершеннолетних. (16+)

5 **5-й КАНАЛ**

05.00 «Известия»
05.25 «Моё родное». (12+)
06.05 «ПАСЕЧНИК». (16+)
09.00 «Известия»
09.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)
13.00 «Известия»
13.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)
17.30 03.20 «Известия»
17.45 «ПАСЕЧНИК». (16+)
19.55 «СЛЕД». (16+)
23.15 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
00.30 «СЛЕД». (16+)
01.15 03.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

ЗВЕЗДА

06.10 18.50 «Стрелковое вооружение». (12+)
07.00 «Сегодня утром»
09.00 13.00 18.00 21.15
Новости дня
09.20 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
09.40 10.05 «Оружие Первой мировой войны». (12+)
10.40 13.15 14.05 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (16+)
19.40 «Последний день». (12+)
20.25 «Секретные материалы» (субтитры). (12+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.40 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (6+)

ТВ ГУБЕРНИЯ **ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ**

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 16.15 «ДОМ С ЛИЛИЯМИ». (12+)
12.00 «Формула здоровья». (12+)
12.30 18.00 «Футбол губернии». (12+)
13.00 18.30 «Документальное кино». (12+)
13.30 «Открытая наука». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30
«Губернские новости». (12+)
14.15 03.45 «Мастера». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 04.00 «Мастер-класс». (12+)
17.15 01.00 «Заметные люди». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Вечер вместе». (12+)
19.45 01.45 «Главный национальный». (12+)
20.00 21.45 02.45 «Здоровая среда». (12+)
22.45 «МОСКВА, Я ТЕРПЛЮ ТЕБЯ». (12+)
Москва. Редкий солнечный день. Александр надеется отдохнуть от рабочей суеты и заняться любимым делом.
00.30 «Человек мира с Андреем Панкратовым». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! **МАТЧ! ТВ** **EUROSPORT 1**
06.00 08.55 12.00 14.05 16.10
Новости
06.05 12.05 16.15 22.00 00.45
Все на Матч!
09.00 12.45 03.40 Специальный репортаж. (12+)
09.20 Профессиональный бокс. (16+)
10.20 «Главная дорога» (16+)
11.30 «На пути к Евро». (12+)
13.05 13.35 Смешанные единоборства. (16+)
14.10 04.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)
16.50 Хоккей. «Металлург» (Магнитогорск) - «Авангард» (Омск). КХЛ. 1/2 финала конференции
19.20 Все на футбол!
19.50 Футбол. Турция - Нидерланды. Чемпионат мира-2022. Отборочный турнир
22.35 Футбол. Франция - Украина. Чемпионат мира-2022. Отборочный турнир
01.40 Футбол. Мальта - Россия. Чемпионат мира-2022. Отборочный турнир. (0+)
00.30 Ралли-рейд. Extreme E. (12+)
01.30, 02.00 Биатлон. (6+)
02.30, 10.30 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». (12+)
03.30, 09.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Закопане. (12+)
05.00, 06.00 Велоспорт. Тиррено - Адриатико. (12+)
07.00, 07.30, 08.00, 08.30 Лыжное двоеборье. Кубок мира. Клингенталь. (12+)
11.55, 12.25 Олимпийские игры. «Вадали от дома». (12+)
12.55 Теннис. WTA 250. Гвадалахара. Финал. (6+)
13.55 Теннис. ATP 500. Акапулько. Финал. (6+)
15.25 Теннис. WTA 1000. Дубай. Финал. (6+)
16.25 Теннис. ATP 500. Дубай. Финал. (6+)
17.30 Теннис. «АТР: за кадром». (6+)
18.00 Теннис. WTA 1000. Майами. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
20.00, 22.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 11.35 22.25 «10 самых горячих клипов дня». (16+)
05.35 08.35 15.00 18.35 22.00
Про-новости. (16+)
05.55 Каждое утро. (16+)
09.00 TOP Чарт Европы плюс. (16+)
10.00 Фан-клуб. (16+)
10.30 23.05 Прогноз по году. (16+)
12.20 Русские хиты. Чемпионы среды. (16+)
14.00 Золотая дюжина. (16+)
15.25 # ЯНАМУЗТВ. (16+)
16.35 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
17.35 «Тимати: один по жизни или номер один?» (16+)
19.00 Tiktok чарт. (16+)
20.00 «10 Самых!» (16+)
20.35 Лайкер. (16+)
00.05 Клипотация: 25 лет за 25 часов. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000 **TV1000** **РУССКОЕ КИНО** **ДОМ КИНО** **ДОМ КИНО** **СУББОТА!** **СУББОТА!**
05.00, 05.40 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
06.40 «ДИТЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ». (16+)
08.40 «ДЮНА». (12+)
11.10 «МИССИЯ «СЕРЕНИТИ». (16+)
13.15 «СЕРДЦЕЕД». (16+)
15.10 «ЛЮБОВЬ И ДРУГИЕ ЛЕКАРСТВА». (16+)
17.15, 18.05 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
19.00 «ВАНИЛЬНОЕ НЕБО». (16+)
21.25 «ОБЛИВИОН». (16+)
США, 2013 г. В ролях: Том Круз, Ольга Куриленко, Андреа Райзборо, Морган Фриман
23.50 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+)
02.20 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (16+)
05.40 «СПАСИБО ДЕДУ ЗА ПОБЕДУ». (6+)
07.20 «ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА». (6+)
09.40 «НЕВЕСТА». (16+)
11.20, 00.15 «ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ». (16+)
13.05, 13.55 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
14.45, 03.50 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (12+)
16.15 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
17.35 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
19.00, 19.45 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
20.35 «МОЙ ПАРЕНЬ - АНГЕЛ». (16+)
22.25 «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)
01.55 «РУССКИЙ РЕЙД». (18+)
05.20 Золото «Ленфильма». «ТРУФАЛЬДИНО ИЗ БЕРГАМО». (12+)
07.50 «Два хвоста». Мультфильм. (6+)
09.15 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
10.30 «СВАТЫ». (16+)
14.20 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
19.15 «СВАТЫ». (16+)
23.00 «ВЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ УЛИЦЕ». (12+) СССР, 1956 г. В ролях: Нина Иванова, Николай Рыбников, Владимир Гуляев, Валентина Пугачева
00.50 «БАРЫШНЯ- КРЕСТЬЯНКА». (12+)
02.40 «РЕБРО АДАМА». (16+)
04.00 «РУССКИЙ БИЗНЕС». (16+)
05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
10.45, 11.40, 12.40, 13.35, 14.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+) Сериал. Фантастика, США, 1998-2006 гг.
15.25, 16.15, 17.10 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
18.00 Скажи платю «Да!» (16+)
18.45, 19.30 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
20.20, 21.15, 22.00, 22.55 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
23.50 Суббота! News. (16+)
00.00, 01.05 Аферисты в сетях. (16+)
02.05, 02.50, 03.40 Барышня-крестьянка. (16+)
04.35 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
КИНОКОМЕДИЯ **SONY CHANNEL** **ФЕНИКС+КИНО** **СТС LOVE** **СТС LOVE**
00.50 «ЛЕТО. ОДНОКЛАССНИКИ. ЛЮБОВЬ». (16+)
02.35 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПАДДИНГТОНА». (12+)
04.50 «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ». (16+)
06.20 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ-2». (12+)
08.20 «ПРЕКРАСНАЯ ЭПОХА». (18+)
10.30 «ЛЕГКОЕ ПОВЕДЕНИЕ». (16+)
12.20 «ГЕРОЙ СУПЕРМАРКЕТА». (12+)
14.00 «ТОЛСТАК ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
15.45 «НАЧАЛО ВРЕМЁН». (16+)
17.35 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)
19.30 «ВАСАБИ». (16+)
21.15 «СМЕРТЬ НА ПОХОРОНАХ». (16+)
06.00, 10.55, 17.05 Правила моей аптеки. (16+)
07.00, 14.40 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
07.50 «ЦЕНА ЛЖИ». (16+)
09.10, 12.55, 18.05 Проект Подиум. Все звезды. (16+)
09.55, 13.40, 18.55 Правила моей кухни. (16+)
11.55, 21.30, 03.20 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)
15.35, 16.20, 20.00, 20.45, 00.10, 00.55 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
22.30, 02.25 «РАЗВОД ПО-АНГЛИЙСКИ». (16+) 1 сезон. Сериал. Великобритания, 2018 г. В ролях: Никола Уолкер, Стивен Мэнгэн
23.25, 01.40 «АМНЕЗИЯ». (16+)
04.20 «ЛИЦО ЛЮБВИ». (16+)
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «НЕРАВНЫЙ БРАК». (16+) Сериал. Мелодрама, Россия, 2012-2013 гг. В ролях: Анна Антонелли, Дмитрий Брусникин, Елена Костина
12.00, 20.00, 04.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ЕРМОЛОВЫ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ИНКВИЗИТОР». (16+) Сериал. Детективный триллер, Россия, 2014 г. В ролях: Виктория Исакова, Александр Лыков, Константин Лавроненко
15.00, 23.00, 07.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)
06.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ ЖЕНА». (0+)
10.20 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+) Сериал. Драме, Россия, 2005-2006 гг. Кира занята подготовкой к свадьбе и предстоящей поездке в Прагу. Катя остается у руля компании. Продажи на нуле, банк требует погашение процентов, Катя срочно просит Андрея вернуться. Она тщательно готовится к встрече с шефом...
14.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
17.55 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
23.00 Даёшь молодежь! (16+)
00.55 «РАНЕТКИ». (16+)
04.50 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ ЖЕНА». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС **СПАС**
05.00 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (12+)
06.00, 06.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 Лестница. (6+)
11.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (6+)
12.30 Белые ночи на СПАСЕ. (12+)
13.05 Простые чудеса. (12+)
15.00, 00.35 Реакция. (12+)
15.45 Опыт любви. Опыт единства. Митрополит Иосиф (Семашко). 1 часть. (0+)
17.25 Новый Иерусалим. Цикл: Специальный корреспондент с Аркадием Мамонтовым. (0+)
18.15 «ЗВЕЗДОЧЕТ». (12+)
19.30 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
20.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
21.30, 03.45 Лестница. (6+)
22.00 «ВОЙНА (НА ЗАПАДНОМ НАПРАВЛЕНИИ)». (12+)
23.30 Врангель. Путь русского генерала. Фильм 2. На чужбине. (0+)
00.20, 04.45 День Патриарха. (0+)
01.10 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
02.00 В поисках Бога. (6+)
02.25 Лица Церкви. (6+)
02.40 Надеющиеся на Тя, да не погибнем. (0+)
04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

24 марта
Седмица 2-я Великого поста. Глас 8.
Свт. Софрония, патриарха Иерусалимского.



Свт. Евфимия, архиеп. Новгородского, чудотворца. Сщмч. Пиония, пресвитера Смирнского, и иже с ним. Прп. Софрония, затворника Печерского. Свт. Софрония, еп. Врачанского (Болг.). Перенесение мощей мч. Елимаха. Прп. Алексея Голосеевского, Киевского. Прп. Патрикия исп. Св. Василия исп., пресвитера.

Постный день.

«...От здравствующих Бог требует сильного дела. И будем делать, одного того всячески стараясь избегать, чтобы не окрадать самих себя тщеславием перед другими и самомнением перед собою, якобы делающие нечто великое...»

Прп. Феодор Студит

Если ваш дачный участок требует озеленения, то предлагаем рассмотреть в качестве кандидатов на посадку декоративные кустарники.

В зависимости от имеющейся площади и особенностей рельефа, а также климатических условий, можно подобрать растения, которые будут радовать глаз и приносить удовольствие своим присутствием.

Определимся с задачами

Для создания живой изгороди можно рассмотреть такие кустарники, как терн, кизил, барбарис. Для невысокого ограждения могут подойти липа мелколистная, самшит вечнозеленый, тисс ягодный, лапчатка кустарниковая, смородина золотистая и др. При возведении высокой изгороди следует обратить внимание на вяз мелколистный, виргинский можжевельник, тую западную, терн.

Посадим кусты для дачной красоты



КСТАТИ

Еще один аргумент в пользу весенней посадки: в апреле-мае достаточно большой выбор саженцев, так как поставки материала в этот период наиболее активные.

Правила посадки

Как только вы доставили саженцы, стоит приступить к посадке. Это обеспечит растениям высокую приживаемость. Особенно актуально это правило в весенний период, когда температура воздуха повышается быстро. При повышении температуры растения вступают в стадию роста, поэтому им нужен более тщательный уход. Если сразу «заселить» кустарник не получается, то оставьте его в тени до момента посадки.

Готовим «квартиру» для нового жильца

Территория для посадок должна быть подготовлена: выровнена и очищена, почва улучшена, выкопана ямка для саженца. При установке растения в яму важно, чтобы корневая шейка не была заглублена. Если она заглублена, то нужно ее освободить. Для этого следует убрать часть почвы с кома. Корневая шейка должна находиться на уровне почвы, но ни в коем случае не заглублена.

Весной или осенью?

Посадку кустарников обычно проводят весной или осенью. Основная опасность весенней посадки – пересыхание корневой системы. Чтобы этого избежать, при транспортировке и хранении следует следить за тем, чтобы корни всегда были влажными, а ветви находились вдали от палящих лучей весеннего солнца и ветра. Проводить посадку можно сразу же после оттаивания почвы и до начала роста побегов (для средней полосы этот период приходится обычно на начало апреля – первую неделю мая).

ДОМАШНИЙ ПОВАР®

КУХНИ НАРОДОВ МИРА

Итальянская кухня

12+ РЕКЛАМА

ЖУРНАЛ БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!

- ✔ Более 100 рецептов самых популярных национальных блюд в каждом номере
- ✔ Рассказы о том, как эти блюда появились и какими стали в наши дни
- ✔ Советы по приготовлению
- ✔ Секреты национальных приправ
- ✔ Подробности выбора посуды для приготовления и подачи национальных блюд
- ✔ Каждый рецепт имеет информацию о калорийности и количестве порций

ВНИМАНИЕ! Приобрести ранее вышедшие номера* Спецвыпуска «ДОМАШНИЙ ПОВАР» можно на сайте 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

Почему я читаю газету «ДАЧА»?



До того, как увидел газету «ДАЧА», я читал другие издания. Но разуверился в них – пишут небылицы. Возьмешь в руки газету «ДАЧА» и видишь – тут обмениваются мнениями адекватные люди, дают реальные советы. Сам воспользовав ту информацию, которая мне интересна. У меня была проблема: не росли огурцы, не мог понять, почему. И я понял, в чем дело, прочитав именно «ДАЧУ». Газета интересная. Интернету в садовых делах нельзя полностью доверять, а здесь конкретные авторы дают нужные рекомендации. Юридические советы ценны тем, что в них даются ссылки на законы. В отстаивании своих интересов можно ссылаться не на соседа Ивана Ивановича, а на букву закона.

Михаил ШАПОВАЛОВ,
г. Орехово-Зуево

Газета «ДАЧА pressa.ru». Подписной индекс в каталоге «Почта России» П2940

Реклама 12+

Уход после посадки

В первое время после посадки растение нуждается в вашем внимании. Его следует поливать, выпрямлять (если оно наклонилось), подсыпать почву в осевшие посадочные ямы.

Регулярность полива зависит от погодных условий: если весна теплая, нужно поливать чаще, в дождь полив лучше ограничить, но в среднем – не менее одного раза в неделю. Обильный полив крупных кустарников производят из шланга из расчета 75-100 литров воды на 1 кв. м.

Пока молодые растения не приживутся, их не нужно подкармливать, чтобы корневая система развивалась сильной и здоровой. Обращаем внимание, что в первый год после посадки, пока растение еще не окрепло, оно больше подвержено риску заболеваний. Если у вас возникли подозрения, что растение поражено вредителями или болезнями, важно вовремя принять необходимые меры для борьбы с возбудителями заболевания.

Выбираем место

Большинство кустарников комфортно себя чувствуют в условиях солнца или небольшой полутени, супесчаной или суглинистой почвы с большим содержанием органических и минеральных веществ в

условиях средней влажности почвы. Уровень pH должен стремиться к 6-7 (нейтральный). Если условия выращивания не соответствуют оптимальным для растения показателям, ищите тот вид растения, который будет подходить для заданных условий. Лучше потратить чуть больше вре-

мени на поиск нужного саженца, чем потом пытаться «угодить» неподходящему экземпляру.

**– Сын, а не поехать ли нам туда, где много бабок, капусты и зелени?
– Папа, сегодня мне некогда, поезжайте на дачу без меня!**



Валерия ПАШЕЧКИНА

КАК САДОВОД САДОВОДУ

О ранней капусте замолвите слово



Как правило, раннеспелую капусту выращивают для употребления в свежем виде, в отличие от средне- и позднеспелой, которую можно оставлять на зимнее хранение и консервировать.

Несмотря на то что у ранних сортов капусты кочаны не крупные, вырастают они быстро и имеют хорошую урожайность. Кроме того, капуста раннеспелых сортов неплохо растет на неплодородной почве, что тоже является несомненным преимуществом.

ЛУЧШИМИ СОРТАМИ РАННЕЙ КАПУСТЫ СЧИТАЮТСЯ: Взрыв F1, Дюма F1, Июньская, Золотой гектар, Спринтер F1, Казачок F1, Экспресс F1, Старт F1, Трансфер F1, Чудо раннее.

КАК ВЫРАЩИВАТЬ РАССАДУ

Семена высеваются в марте в ящики или горшки с

подготовленной почвой. Ее оптимальный состав – дерновая земля, песок и перегной в пропорциях 1:1:1.

ВАЖНО! Если сеять по несколько семян в день, а не все сразу, то можно продлить период сбора урожая.

Тара с посевами должна находиться в условиях 18-20 °С, пока не появятся первые всходы. Далее их переносят в более холодные условия: 6-8 °С. Через 8-10 дней рассаду следует пикировать в торфяные таблетки или горшочки и поставить на подоконник. Для профилактики забо-

левания черной ножкой рассаду надо полить слабым раствором медного купороса или припудрить почву мелкой золой.

КОГДА ПОРА НА ГРЯДКУ

Рассаду высаживают в открытый грунт в начале мая, когда почва прогреется до 8 °С на глубину 10 см. После посадки рассаду нужно укрыть нетканым материалом для защиты от ожогов солнца, ветров и заморозков. А через 10 дней после посадки капусту требуется окучить и удобрить раствором коровяка 1:10, добавив 1 ст. л. мочевины в половину литра раствора на каждое растение.



Служенье муз не терпит суеты

Творчество и творчества невозможны без посещения муз. И когда они приходят, появляются новые шедевры.



‘хрхэвв
ваваис дозул ‘эж
ээн л иилгайтнес
‘эволог ен иэзиг
л члауа ‘влялз л
вкниш ‘влетатс
–ип л ичнеларм
‘эжлбтлон ен
коханэ ‘иолинк
‘доп илембу
‘эжиннакетс в
пйадрек ‘ал
–отс эдрнэп в
илембу элзиг
ен исицпан
‘ка
–ашт
:члэты
Отвты:



Читайте в свежем номере «ДАЧНОГО СПЕЦА»

ЖУРНАЛ В ПРОДАЖЕ С 19 МАРТА!



СДЕЛАЕМ ПОЧВЫ БОГАЧЕ
Каждому дачнику необходимо знать о том, как «работает» почва. Разберемся в основах почвоведения и агрохимии и, вооружившись знаниями, составим систему правильного питания для сада.

ВЕСЕННЕЕ МЕНЮ ДЛЯ ГРЯДКИ
Чтобы в новом сезоне получить большие урожаи уже весной, нужно подпитать сад-огород – внести весенние удобрения. Поговорим о том, какие питательные элементы необходимы на овощных грядках.



«НАРОДНЫЕ УДОБРЕНИЯ» СВОИМИ РУКАМИ
Книги по природному земледелию просвещают: растения кормит сама природа, надо только грамотно использовать все пищевые отходы, которые часто мы выбрасываем в мусор, в лучшем случае – в компост. Как ими распорядиться? Перед дачным сезоном садоводы поделились своими маленькими секретами.

Журнал «ДАЧНЫЙ СПЕЦ». Выходит 1 раз в месяц.
Подписной индекс в каталоге «Почта России» П2960

НАЙДИ 10 ОТЛИЧИЙ

12+ Реклама

ПЕРВЫЙ



19.45 Пусть говорят. (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 «УГРЮМ-РЕКА». (16+)
- 22.30 23.55 «Горячий лёд». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021
- 00.55 Время покажет. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Время покажет. (16+)
- 03.15 Мужское / Женское. (16+)

РОССИЯ 1



17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (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 «СКЛИФОВСКИЙ». (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 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ: НОВЫЙ СЕЗОН». (16+)
- 23.35 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)
- 02.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
- 04.05 «ЧЕРЧИЛЛЬ». (12+)

НТВ



17.15 ДНК. (16+)

- 05.05 «ЛИТЕЙНЫЙ». (16+)
- 06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
- 10.00 Сегодня
- 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
- 13.00 16.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)
- 17.15 ДНК. (16+)
- 18.15 «ПЁС». (16+)
- 19.00 Сегодня
- 19.40 «ПЁС». (16+)
- 21.15 «ЗАПОВЕДНЫЙ СПЕЦНАЗ». (16+)
- 23.20 Сегодня
- 23.35 ЧП. Расследование. (16+)
- 00.10 «Крутая история» (12+)
- 01.00 Место встречи. (16+)
- 02.40 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». (16+)

СТС



20.00 «ФОРСАЖ-7». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Фиксики». (0+)
- 06.35 «Том и Джерри». (0+)
- 07.00 «Галилео». (12+)
- 07.30 14.30 «МИША ПОЛТИТ ВСЁ». (16+)
- 08.00 19.00 «ДЫЛДЫ». (16+)
- 09.00 15.00 Уральские пельмени. (16+)
- 09.40 «СКУБИ-ДУ-2. МОНСТРЫ НА СВОБОДЕ». (0+)
- 11.25 «NEED FOR SPEED. ЖАЖДА СКОРОСТИ». (16+)
- 14.00 «Галилео». (12+)
- 15.10 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
- 16.55 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
- 20.00 «ФОРСАЖ-7». (16+)
- 22.45 «ВРАГ ГОСУДАРСТВА». (0+)
- 01.20 Стендап Андеграунд. (18+)
- 02.20 «АНЖЕЛИКА». (16+)
- 04.40 «Лесная история». (0+)
- 04.50 «Маугли». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ



16.00 «САШАТАНЯ». (16+)

- 07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
- 08.00 «Перезагрузка». (16+)
- 08.30 «САШАТАНЯ». (16+)
- 11.00 «ББ шоу». (16+)
- 12.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
- 16.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 20.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)
- Туркина и Попова пытаются поймать банду, которая крышует попрошаек. Они решают влиться в ряды попрошаек, переодевают Туркину в грязную одежду и берут с собой без ведома Вербы её сына
- 21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
- 22.05 «Студия «Союз». (16+)
- 23.05 «Новый Мартиросян». (16+)
- 00.05 «Наша Russia. Дайджест». (16+)
- 01.10 «Импровизация». (16+)
- 03.00 «ТНТ-Club». (16+)
- 03.05 «Comedy Баттл». (16+)
- 04.00 «Открытый микрофон». (16+)

REN



20.00 «ШИРОКО ШАГАЯ». (16+)

- 05.00 06.00 09.00 «Документальный проект». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (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?» (16+)
- 17.00 03.05 «Тайны Чапман». (16+)
- 18.00 02.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 «ШИРОКО ШАГАЯ». (16+)
- 21.25 «ПРИСТРЕЛИ ИХ». (16+)
- 00.30 «КРАСНАЯ ШАПОЧКА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Орел и решка. По морям. (16+)
- 07.30 Утро Пятницы. (16+)
- 08.30 Орел и решка. Россия-2. (16+)
- 09.40 Орел и Решка. Чудеса света-2. (16+)
- 10.30 14.00 Четыре свадьбы. (16+)
- 12.00 Любовь на выживание. (16+)
- 19.00 ТикТок талант. (16+)
- 20.30 Мир наизнанку. Китай. (16+)
- 22.00 «Аль-Капотня». (16+)
- 23.00 «МЫЛОДРАМА-2». (16+)
- 00.00 Инсайдеры. (16+)
- 01.00 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.20 «Папа попал». (12+)
- 08.55 «Барышня - Крестьянка». (16+)
- 12.30 «Супермама». (16+)
- 14.35 «Взвешенные и Счастливые». (16+)
- 17.30 «Обмен домами». (16+)
- На несколько дней люди из абсолютно разных миров поменяются домами и судьбами. Обитатели шикарных апартаментов узнают, что такое сени и удобства на улице, а владельцы аутентичного русского домика отправятся в заплыв на доме-якте.
- 20.45 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 01.20 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
- 03.00 «Обмен жёнами». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.35 Каламбур. (16+)
- 07.30 КВН Best. (16+)
- 09.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
- 10.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
- 11.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)
- 13.00 Опасные связи. (18+)
- 15.00 «СОЛДАТЫ-8». (12+)
- 19.00 Дизель шоу. (16+)
- 21.00 Решала. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- Сотни людей становятся жертвами измен. Многие из них живут в неведении и обмане годами.
- 02.00 Улётное видео. (16+)

МИР

- 05.00 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)
- 08.25, 10.10 «КУЛИНАР». (16+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 Новости
- 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 14.10, 17.15, 02.05 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 16.15 Мировое соглашение. (16+)
- 17.55, 19.25 «КУЛИНАР-2». (16+)
- 21.40 «Игра в кино». (12+)
- 22.25 Шоу «Назад в будущее». (12+)
- 23.25 Всемирные игры разума. (12+)
- 00.15 «ЗАТЕРЯННЫЕ В ЛЕСАХ». (16+)
- 03.50 «ЧЕТЫРЕ ТАКСИСТА И СОБАКА». (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.00 15.15 «Календарь». (12+)
- 09.10 16.30 «Врачи». (12+)
- 09.35 16.10 «Среда обитания». (12+)
- 10.00 12.00 13.00 15.00 19.00 20.00 22.00 Новости
- 10.10 22.05 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА». (16+)
- 12.10 13.20 20.05 01.00 «ОТражение»
- 17.00 «Здоровая среда». (12+)
- 18.00 «Губернские новости»
- 18.15 «Вечер вместе». (12+)
- 18.45 «Арт-проспект». (12+)
- 19.20 23.50 «ПравДа?» (12+)
- 00.30 «Фигура речи». (12+)
- 17.00 «Дорожная среда». (12+)
- 18.00 «Губернские новости»
- 18.15 «Вечер вместе». (12+)
- 18.45 «Арт-проспект». (12+)
- 19.20 23.50 «ПравДа?» (12+)
- 00.30 «Фигура речи». (12+)
- 12.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
- 13.40 «Финес и Ферб». (6+)
- 15.05 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
- 16.05 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 17.30 «Гравити Фолз». (12+)
- 19.00 «Рапунцель: Новая история». (6+)
- 19.30 «Русалочка-2: Возвращение в море». (0+)
- Пусть родители говорят, что легендарная Атлантида - всего лишь нелепая сказка...
- 21.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 23.00 «Человек-Паук». (12+)
- 00.00 «ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ!» (6+)
- 01.40 «СОБАКА ТОЧКА КОМ». (6+)
- 02.50 «Человек-Паук». (12+)
- 03.35 «Ким Пять-с-Плюсом». (6+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

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 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.50 «Пёс Пэт». (6+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Пёс Пэт». (6+)
- 11.05 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 12.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
- 13.40 «Финес и Ферб». (6+)
- 15.05 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
- 16.05 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 17.30 «Гравити Фолз». (12+)
- 19.00 «Рапунцель: Новая история». (6+)
- 19.30 «Русалочка-2: Возвращение в море». (0+)
- Пусть родители говорят, что легендарная Атлантида - всего лишь нелепая сказка...
- 21.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 23.00 «Человек-Паук». (12+)
- 00.00 «ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ!» (6+)
- 01.40 «СОБАКА ТОЧКА КОМ». (6+)
- 02.50 «Человек-Паук». (12+)
- 03.35 «Ким Пять-с-Плюсом». (6+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние птички. (0+)
- 06.55 «Жужжалка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Жужжалка». (0+)
- 07.40 «ЛЕГО. Дупло». (0+)
- 07.45 «Легенды Спарка». (0+)
- 08.10 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.25 «Ну, погоди!» (0+)
- 10.05 «Ночная сказка». (0+)
- 10.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 10.45 Все, что вы хотели знать, но боялись спросить. (6+)
- 11.15 «Тру и Радужное королевство». (0+)
- 11.40 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
- 12.15 «ЛЕГО Сити. Приключения». (0+)
- 12.40 «Длинные скричеры». (6+)
- 13.05 «Металлионы». (6+)
- 13.30 «Фиксики». (0+)
- 14.00 Навигатор. Новости. (0+)
- 14.10 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 14.55 «Лео и Тиг». (0+)
- 15.40 «Трам-пам-пам». (0+)
- 16.10 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
- 16.35 «Хейдрорабл». (0+)
- 16.40 «Фееринки». (0+)
- 17.30 «Кинди Кидс» (0+)
- 17.40 «Роботы-поезда». (0+)
- 18.10 «Турбозавры». (0+)
- 19.00 «Свинка Пеппа». (0+)
- 19.20 «Кошечки-собачки». (0+)
- 19.50 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)
- 20.15 «Май Литтл Пони». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «История Сильвиан Фэмили». (0+)
- 20.50 «Оранжевая корова». (0+)
- 22.00 «Бен 10». (12+)
- 22.30 «Эволюция Черепашек-ниндзя». (6+)
- 22.50 «Гормити». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL

- 06.00, 06.23 Битвы за контейнеры. (16+)
- 06.46 Махинаторы. (12+)
- 07.39 Охотники за старьем. (12+)
- 08.32, 08.59 Как это сделано? (12+)
- 09.25 Махинаторы. (12+)
- 10.18 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)
- 11.12, 11.39, 12.06, 12.33 Убитые тачки. (12+)
- 13.00, 13.27 Как это сделано? (12+)
- 13.54 Махинаторы. (12+)
- 14.48, 15.15 Битвы за контейнеры. (12+)
- 15.42 Смертельный улов. (16+)
- 17.30 Мятёжный гараж. (16+)
- 18.24 Охотники за старьем. (12+)
- 19.18, 19.45 Как это сделано? (16+)
- 20.12 Махинаторы. (12+)
- 21.06 Стальные парни. (12+)
- 22.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 22.54 Голые и напуганные XL. (16+)
- 23.47 Музейные загадки: Человек-мотылек. (16+)
- 00.40 Реальные дальнбойщики. (12+)
- 01.30 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)
- 02.15 Мятёжный гараж. (16+)
- 03.00, 03.23 Как это устроено? (12+)
- 03.45 Охотники за старьем. (12+)
- 04.30, 05.15 Голые и напуганные XL. (16+)

VIASAT HISTORY

- 06.00 Невероятные изобретения. (12+)
- 06.25, 07.10 Расшифровка тайн. (12+)
- 07.55, 08.40, 09.25, 10.15 Тайны музеев. (12+)
- 11.00 Военные заводы. (12+)
- 11.50 Неукротимая Румыния. (6+)
- 12.35 Последний поход викингов. (12+)
- 13.30 Владыки Тихоокеанского побережья. (12+)
- 14.35 Древние суперстроения. (12+)
- 15.30 Забытые королевства Центральной Америки. (12+)
- 16.35 Боевые корабли. (12+)
- 17.25 Вторая мировая - битвы за Европу. (12+)
- 18.20 Тайны музеев. (12+)
- 19.05 Тайная война. (12+)
- 20.05 Последний поход викингов. (12+)
- Сезон: 1. Дания, 2019 г.
- 21.00 Тайны военной машины нацистов. (12+)
- 21.50 Тайная история рыцарей Храма. (12+)
- 22.45 Запретная история. (12+)
- 23.35 Владыки Тихоокеанского побережья. (12+)
- 00.40 Древние суперстроения. (12+)
- 01.35 Забытые королевства Центральной Америки. (12+)
- 02.40 Боевые корабли. (12+)
- 03.30, 04.20 Карты убийства. (16+)
- 05.05 Запретная история. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC NG

- 06.00 Сделать за один день. (16+)
- 06.25 Научные глупости. (16+)
- 06.45, 07.10 Игры разума. (16+)
- 07.35 Машины: Разобрать и продать. (16+)
- 08.25 В дикой природе с Беном Гриллом. (16+)
- 09.20 Настоящий суперкар. (16+)
- 10.05, 11.00 Авто-SOS. (16+)
- 11.50 Дикая природа. (16+)
- 12.40 Аляска: Новое Поколение. (16+)
- 13.30 Авто-SOS. (16+)
- 14.25 Злоключения за границей. (16+)
- 15.10 Расследование авиакатастроф. (16+)
- 16.00 Служба безопасности аэропорта: Бразилия. (16+)
- 16.50 Аляска: Новое Поколение. (16+)
- 17.45 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+)
- 18.35, 18.55 Фабрика еды. (16+)
- 19.20, 00.20 Расследования авиакатастроф. (16+)
- 20.10 Расследование авиакатастроф. (16+)
- 21.00, 02.40 Хранители сокровищ Египта. (16+)
- 21.50 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
- 22.40 Авто-SOS. (16+)
- 23.30 Злоключения за границей. (16+)
- 01.10, 01.55 Авто-SOS. (16+)
- 03.30, 04.15 Осушить океан. (16+)
- 05.05 Чудеса инженерии. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ 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 К
РОССИЯ К
Культура



08.40 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»

06.30 07.00 07.30 08.30 10.00
15.00 19.30 23.30
Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Правила жизни»
07.35 18.35 23.50 «Величайшие изобретения»
08.35 Цвет времени
08.40 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 00.40 ХХ век
12.10 «Красивая планета»
12.25 «ЛЮДМИЛА ГУРЧЕНКО»
13.15 «Первые в мире»
13.30 Абсолютный слух
14.15 «Картины жизни»
15.20 «Пряничный домик»
15.45 «2 Верник 2»
16.30 История искусства
17.25 II Московский международный фестиваль искусств Ю. Башмета
19.45 Главная роль
20.05 Открытая книга
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 «Михаил Мещеряков»
21.30 «Энигма»

ТВЦ ТВЦ



08.45 «ТРЕМБИТА». (0+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.45 «ТРЕМБИТА». (0+)
10.40 «Инна Макарова. Предсказание судьбы». (12+)
11.30 События
11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.55 Город новостей
15.10 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+)
16.55 «Прощание». (16+)
17.50 События
18.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)
22.00 События
22.35 «10 самых...» (16+)
23.05 «Шальные браки». (12+)
00.00 События. 25-й час
00.35 Петровка, 38. (16+)
00.55 «90-е. «Пудель» с мандатом». (16+)
01.35 «Прощание». (16+)
02.20 «Андропов против Щёлокова. Смертельная схватка». (12+)

ТВ-3 ТВ-3



01.00 «ВИКИНГИ». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.15 Вернувшиеся. (16+)
12.25 Гадалка. (16+)
14.40 Врачи. (16+)
15.45 Гадалка. (16+)
16.55 «Старец». (16+)
17.25 «Слепая». (16+)
20.20 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
В клинику Святого Бонавентуры поступает вир-пациент. Бобби Ато - известный геймер и чемпион. Поскольку все интерны не могут ассистировать на операции - решено тянуть жребий. Браун, вытянувшая короткую соломинку, становится ассистентом на операции в соседнем отделении. Выясняется, что травма Бобби - следствие смертельной болезни...
23.00 «ПОЕЗД СМЕРТИ». (16+)
01.00 «ВИКИНГИ». (16+)
04.30 «Месть бриллианта Санси». (16+)
05.15 «Тайные знаки». (16+)

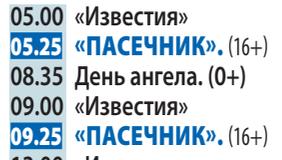
ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ



14.20 «Знахарка». (16+)

06.15 «б кадров». (16+)
06.45 По делам несовершеннолетних. (16+)
08.20 Давай разведёмся! (16+)
09.25 Тест на отцовство. (16+)
11.35 «Реальная мистика». (16+)
12.40 «Понять. Простить». (16+)
13.50 «Порча». (16+)
14.20 «Знахарка». (16+)
14.55 «ПЛАТЬЕ ИЗ МАРГАРИТОК». (16+)
19.00 «СЕ ЛЯ ВИ». (16+)
23.05 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР». (16+)
01.05 «ПРОВОДНИЦА». (16+)
02.55 «Порча». (16+)
03.20 «Знахарка». (16+)
03.45 «Понять. Простить». (16+)
04.35 «Реальная мистика». (16+)
05.25 По делам несовершеннолетних. (16+)
06.15 «б кадров». (16+)

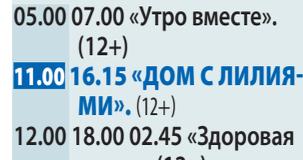
5 5-й КАНАЛ



14.20 «Знахарка». (16+)

05.00 «Известия»
05.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)
08.35 День ангела. (0+)
09.00 «Известия»
09.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)
13.00 «Известия»
13.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)
17.30 03.20 «Известия»
17.45 «ПАСЕЧНИК». (16+)
19.55 «СЛЕД». (16+)
23.15 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
00.30 «СЛЕД». (16+)
01.15 03.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
ЗВЕЗДА
06.10 18.50 «Стрелковое вооружение». (12+)
07.00 «Сегодня утром»
09.00 13.00 18.00 21.15
Новости дня
09.20 18.30 «Спецрепортаж»
09.40 10.05 «Оружие Первой мировой войны». (12+)
10.40 13.15 14.05 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (16+)
15.35 «ЧЕРНЫЙ ПЕС». (16+)
19.40 Легенды телевидения
20.25 «Код доступа». (12+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.40 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (6+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



14.20 «Знахарка». (16+)

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 16.15 «ДОМ С ЛИЛИЯМИ». (12+)
12.00 18.00 02.45 «Здоровая среда». (12+)
13.00 «Документальное кино». (12+)
13.30 03.45 «Открытая наука». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30
«Губернские новости». (12+)
14.15 «Мастера». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 04.15 «Мастер-класс». (12+)
15.45 «Спортивные итоги - 2020». (12+)
17.15 «Заметные люди». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Вечер вместе». (12+)
19.45 20.45 01.00 «Общее дело». (12+)
20.00 21.45 01.15 «Современники. Наше время». (12+)
20.15 22.00 01.30
«Up&Down. Уникальные судьбы уникальных спортсменов». (12+)
22.30 «ЛИНКОВЫЙ ДЛЯ АДВОКАТА». (16+)
00.30 «Магия вкуса». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ
06.00 08.55 12.00 14.05 16.10
17.55 Новости
06.05 12.05 16.15 22.00 00.45
Все на Матч!
09.00 12.45 03.40 Специальный репортаж. (12+)
09.20 Профессиональный бокс. (16+)
10.20 «Главная дорога» (16+)
11.30 «Большой хоккей». (12+)
13.05 Еврофутбол. Обзор. (0+)
14.10 04.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЬ». (12+)
16.50 18.00 «РОККИ». (16+)
19.20 Все на футбол!
19.50 Футбол. Россия - Исландия. Молодёжный чемпионат Европы. Финальный турнир
22.15 «Точная ставка». (16+)
22.35 Футбол. Германия - Исландия. Чемпионат мира-2022. Отборочный турнир
01.40 Волейбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Динамо» (Москва). Кубок ЕКВ. Мужчины. Финал. (0+)
EUROSPORT 1
00.00, 04.00, 20.00 Теннис. АТР 1000. Майами. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
02.00 Теннис. WTA 1000. Майами. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
06.00 Теннис. АТР 1000. Майами. 1-й круг. (6+)
07.00, 10.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Паница. (12+)
07.30, 08.45 Горные лыжи. Кубок мира. Ленцерхайде. Женщины. (12+)
10.30 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 3-й этап. (12+)
11.15, 12.30 Велоспорт. Брюгге - Де Панне. (12+)
12.00 Гольф. PGA-тур. Обзор. (6+)
13.25, 13.55 Олимпийские игры. «Олимпийский момент» (субтитры). (12+)
14.25 Олимпийские игры. «Живые легенды» (субтитры). (12+)
14.55, 15.45, 16.45 Теннис. WTA 1000. Майами. 1-й круг. (6+)
18.00, 22.00 Теннис. WTA 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 Клипотация: 25 лет за 25 часов. (16+)
01.10 «10 Sexy». (18+) Одна из самых сексуальных звезд современности - Маша Малиновская - выступает в роли ведущей самого откровенного хит-парада на МУЗ-ТВ. Какой клип сверху, а какой снизу - следи за движением!
02.05 Караокинг. (18+) Любишь петь всегда и везде? В машине, в душе и по дороге домой? Тогда наш новый музыкальный нон-стоп точно для тебя! Настоящий караоке-клуб в твоём телевизоре, и только самые популярные песни всех любителей караоке!
04.00 Наше. (16+) Самые свежие, самые модные и самые зажигательные клипы российских исполнителей.

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000
05.10, 05.50 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
07.10 «ВАНИЛЬНОЕ НЕБО». (16+)
09.50 «ОБЛИВИОН». (16+)
12.05 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+)
14.40 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (16+)
17.15, 18.05 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
19.00, 03.10 «ЭЛИЗИУМ: РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
20.55 «ИНОПЛАНЕТНОЕ ВТОРЖЕНИЕ: БИТВА ЗА ЛОС-АНДЖЕЛЕС». (16+) США, 2011 г.
23.05 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ I». (16+)
01.05 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ II». (16+)
КИНОКОМЕДИЯ
00.50 «(НЕ)ЖДАНЫЙ ПРИНЦ». (16+)
02.20 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)
03.50 «СУПЕРЗЯТЬ». (16+)
05.30 «УДАЧИ, ЧАК!». (16+)
07.20 «СЛУЧАЙНЫЙ ШПИОН». (12+)
08.55 «БЕЗ ЧУВСТВ». (16+)
10.40 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ». (16+)
12.35 «ЛЮБОВЬ ПРЕТ-А-ПОРТЕ». (12+)
14.10 «ВРАБЫ». (16+)
15.55 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
17.35 «ПАПАШИ БЕЗ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК». (16+)
19.30 «КРОВЬЮ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ». (16+)
21.55 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ СПЛИШКОМ МАЛО ЗНАЛ». (16+)
TV1000 РУССКОЕ КИНО
05.30 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
06.50 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
08.20 «ЭБИГЕЙЛ». (6+)
10.15 «ЛЮБОВЬ СОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)
12.10 «МОЙ ПАРЕНЬ - АНГЕЛ». (16+)
13.55, 14.45, 19.00, 19.50 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
16.05 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
17.20 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
20.40 «КАМЕННАЯ БАШКА». (16+)
22.25 «СПАРТА». (16+)
00.00 «РУССКИЙ РЕЙД». (18+)
01.50 «МАМА НЕ ГОРЮЙ!». (18+)
03.30 «МАМА НЕ ГОРЮЙ-2». (16+)
ДОМ КИНО
05.15 «БЕЗЫМЯННАЯ ЗВЕЗДА». (12+)
07.40 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
09.10 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (6+)
10.30 «СВАТЫ». (16+)
14.20 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
19.15 «СВАТЫ». (16+)
23.00 «ЁЛКИ-2». (12+) Россия, 2011 г. В ролях: Сергей Светлаков, Иван Ургант, Вера Брежнева, Сергей Безруков
00.50 «СТРАНА ЧУДЕС». (12+)
02.25 Золотая коллекция киностудии Горького. «О ЛЮБВИ». (12+)
03.40 Золото «Мосфильма». «ПАЛАТА № 6». (16+)
ФЕНИКС+КИНО
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «НЕРАВНЫЙ БРАК». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ЕРМОЛОВЫ». (16+) Сериал. Драма, мелодрама, Россия, 2008 г. В ролях: Анна Миклош, Дмитрий Щербина, Ада Роговцева, Елена Захарова, Владимир Симонов
14.00, 22.00, 06.00 «ИНКВИЗИТОР». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+) Сериал. Детектив с элементами мелодрамы, Россия, 2006 г.
СУББОТА! СУББОТА!
05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
11.00, 11.50, 12.45, 13.40, 14.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
15.25, 16.15, 17.05 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
18.00 Скажи платю «Да!» (16+)
18.45, 19.35 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
20.25, 21.15, 22.00, 22.55 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+) Сериал. Фантастика, США, Канада, 2005-2020 гг.
23.50 Суббота! News. (16+)
00.00, 01.05 Аферисты в сетях. (16+)
02.10, 03.00, 03.50 Барышня-крестьянка. (16+)
04.35 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (12+)
06.00, 06.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00, 21.30, 03.45 Лестница. (6+)
11.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (6+)
12.30 Лица Церкви. (6+)
12.45 Знак равенства. (16+)
12.55 Завет. (6+)
15.00, 00.35 Реакция. (12+)
15.45 Опыт любви. Опыт единства. Митрополит Иосиф (Семашко). 2 часть. (0+)
16.50 Надеющиеся на Тя, да не погибнем. (0+)
СПАС
18.10 «ВРЕМЯ СВИДАНИЙ». (0+)
19.30 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
20.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
22.00 «ВОЙНА (НА ЗАПАДНОМ НАПРАВЛЕНИИ)». 4 серия. (12+)
23.30 Одесса. Герои подземной крепости. (0+)
00.20, 04.45 День Патриарха. (0+)
01.10 Прямая линия жизни. (16+)
02.05 И будут двое... (12+)
03.00 Врангель. Путь русского генерала. Фильм 1. На Родине. (0+)
04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

25 марта
Седмица 2-я Великого поста. Глас 8.
Свт. Григория Двоеслова, папы Римского.



Прп. Феофана исп., Сигрианского. Прав. Финееса. Прп. Симеона Нового Богослова. Св. Александра исп., пресвитера. Сщмчч. Иоанна, Константина пресвитеров, прмч. Владимира. Сщмчч. Сергия пресвитера. Лиддской нерукотворной (на столпе) иконы Божией Матери.

Постный день.
«...Тому, кто творит свою волю, - пусть будет это даже в малом чем - невозможно последовать Господу нашему и соблюсти Его заповеди».
Прп. Симеон Новый Богослов

ПЕРВЫЙ



00.50 «ИСЧЕЗАЮЩАЯ ТОЧКА». (18+)

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+)
16.05 «Горячий лёд». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 «Человек и закон» (16+)
19.45 Поле чудес. (16+)
21.00 Время
21.30 «Горячий лёд». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021
23.55 Вечерний Ургант. (16+)
00.50 «ИСЧЕЗАЮЩАЯ ТОЧКА». (18+)
02.25 Модный приговор (6+)
03.15 Давай поженимся! (16+)

РОССИЯ 1



05.00 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 «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 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ: НОВЫЙ СЕЗОН». (16+)
00.35 «В ЧАС БЕДЫ». (12+)
Маша молода и счастлива. У неё есть всё для этого - любящий муж, сын, карьера. Но неожиданное письмо от бабушки, которую Маша не видела с детства
04.05 «ЧЕРЧИЛЛЬ». (12+)

НТВ



18.15 «ПЁС». (16+)

05.05 «ЛИТЕЙНЫЙ». (16+)
06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)
08.00 Сегодня
08.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
10.00 Сегодня
10.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
13.00 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.00 Сегодня
16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)
17.15 Жди меня. (12+)
18.15 «ПЁС». (16+)
19.00 Сегодня
19.40 «ПЁС». (16+)
21.15 «ЗАПОВЕДНЫЙ СПЕЦНАЗ». (16+)
23.20 «Своя правда». (16+)
01.05 Квартирный вопрос. (0+)
02.00 «БЕГЛЕЦЫ». (16+)
03.30 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». (16+)

СТС



12.05 «ВРАГ ГОСУДАРСТВА». (0+)

06.00 05.50 Ералаш. (0+)
06.05 «Фиксики». (0+)
06.35 «Том и Джерри». (0+)
07.00 «Галилео». (12+)
07.30 «МИША ПОРТИТ ВСЁ». (16+)
08.00 «ДЫЛДЫ». (16+)
09.00 Русские не смеются. (16+)
10.00 «ВКУС ЖИЗНИ». (12+)
12.05 «ВРАГ ГОСУДАРСТВА». (0+)
14.45 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
19.30 Премьера! Шоу «Уральских пельменей». (16+)
21.00 ПРЕМЬЕРА! «КРАСОТКА В УДАРЕ». (12+)
Россия, 2020 г. Комедия. В ролях: Юлия Александрова, Лариса Кокоева. Полина не очень довольна своей жизнью...
23.05 ПРЕМЬЕРА! «ДНУХА!» (16+)
00.55 Колледж. (16+)
02.20 «АНЖЕЛИКА». (16+)
04.45 Мультфильмы. (0+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ



00.05 «Наша Russia. Дайджест». (16+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.00 «САШАТАНЯ». (16+)
11.00 «ББ шоу». (16+)
Ежедневное ток-шоу с Ксенией Бородиной и Ольгой Бузовой. В «ББ шоу» темы будут обсуждаться в откровенном дружеском ключе без излишнего драматизма и наигранности.
12.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
16.00 «САШАТАНЯ». (16+)
20.00 «Однажды в России». (16+)
21.00 «Комеди Клуб». (16+)
22.00 «Comedy Баттл». (16+)
23.00 «Импровизация. Команды». (16+)
00.05 «Наша Russia. Дайджест». (16+)
01.10 «Такое кино!» (16+)
01.40 «Импровизация». (16+)
03.25 «Comedy Баттл». (16+)
04.15 «Открытый микрофон». (16+)
06.00 «ТНТ. Best». (16+)

РЕН



20.00 «ЛЮСИ». (16+)

04.45 «Военная тайна». (16+)
06.00 09.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым 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 03.35 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 Засекреченные списки. (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 «ЛЮСИ». (16+)
21.40 «ВОЙНА МИРОВ». (16+)
00.00 «ПРИЗРАЧНЫЙ ГОНЩИК». (16+)
02.00 «НЕСНОСНЫЕ БОСЫ-2». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Орел и решка. По морям. (16+)
08.00 Орел и решка. Россия-2. (16+)
09.00 Орел и Решка. Чудеса света-2. (16+)
12.00 Умный дом. (16+)
13.10 Мир наизнанку. Китай. (16+)
17.00 «Аль-Капотня». (16+)
19.00 «СУМЕРКИ». (16+)
21.10 «ВАН ХЕЛЬСИНГ». (16+)
23.30 «КИНГ КОНГ». (16+)
02.50 Пятница News. (16+)
03.20 «ЛЕГЕНДЫ ЗАВТРАШНЕГО ДНЯ». (18+)

Ю

05.05 «Папа попал». (12+)
09.30 «Беременная в 16». (16+)
14.35 «Взвешенные и Счастливые». (16+)
17.30 «Немножко разведённый». (16+)
Обычно, в семейных проблемах супруги винят друг друга. Они думают, что с другими «идеальными» одиночками им будет лучше. Семьям на грани развода предлагается эксперимент. В течение 5 дней супругам предстоит прожить с идеальными незнакомцами...
21.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
01.35 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
03.05 «Обмен жёнами». (16+)

ЧЕ!

06.00 Улётное видео. (16+)
06.35 Каламбур. (16+)
07.30 КВН Best. (16+)
09.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
10.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
11.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)
13.00 «ЛИГА ВЫДАЮЩИХСЯ ДЖЕНТЛЬМЕНОВ». (12+)
15.15 «ТЕЛЕПОРТ». (16+)
17.00 «ЭКВИЛИБРИУМ». (16+)
19.10 +100500. (16+)
23.00 «ПЕКЛО». (16+)
01.10 Фейк такси. (18+)
02.00 Утилизатор. (12+)
03.45 Улётное видео. (16+)

МИР

05.00 «ЧЕТЫРЕ ТАКСИСТА И СОБАКА». (12+)
05.55 «ЧЕТЫРЕ ТАКСИСТА И СОБАКА-2». (6+)
08.20, 10.20, 16.50 «КУЛИНАР-2». (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, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
19.15 «Слабое звено». (12+)
20.15 «Игра в кино». (12+)
21.00 Всемирные игры разума. (12+)
21.40 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (16+)
01.15 Ночной экспресс (12+)
02.05 «ЗАТЕРЯННЫЕ В ЛЕСАХ». (16+)
03.40 «ПОДКИДЫШ». (6+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 15.15 «Календарь»
09.10 16.30 «Домашние животные». (12+)
09.35 16.10 «Среда обитания». (12+)
10.00 12.00 13.00 15.00 19.00 20.00 22.00 Новости
10.10 «ИТО» нация большой Одессы». (16+)
11.40 «То, что задело». (12+)
12.10 13.20 20.05 «ОТРАЖЕНИЕ»
17.00 «Заметные люди». (12+)
17.45 «Общее дело». (12+)
18.00 «Губернские новости»
18.15 «Вечер вместе». (12+)
18.45 «Современники». (12+)
19.20 «За дело!» (12+)
22.05 «Имею право!» (12+)
22.35 «ПРЕДСКАЗАНИЕ». (16+)

ПОБЕДА

06.00 «Путь к Победе» (16+)
07.00 «ХЛЕБ ДЕТСТВА МОЕГО». (12+)
08.40 «РОДИНА ИЛИ СМЕРТЬ». (16+)
10.10 «РАЗВЕДЧИКИ. ВОЙНА ПОСЛЕ ВОЙНЫ». (16+)
12.30 «ФРОНТ». (16+) Сериал. Историческая драма, Россия, 2019 г. В ролях: Магдалена Гурска
16.00 «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ». (16+)
19.20 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ: КРЫМ». (16+)
23.00 «Путь к Победе» (16+)
00.10 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
01.50 «НАЗНАЧАЕШЬСЯ ВУНЧКОЙ». (12+)
04.00 «И ТЫ УВИДИШЬ НЕБО». (12+)
05.10 Неизвестная война. «Битва на море». (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 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.50 «Пёс Пэт». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
11.00 «Пёс Пэт». (6+)
11.05 «Алиса в стране чудес». (0+)
13.00 «Гравити Фолз». (12+)
16.00 После школы. (6+)
16.25 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
17.55 «Хранитель Луны». (6+)
Доро пожаловать на планету, где смена дня и ночи осуществляется вручную! В один день юного фавна Мьюна избирают хранителем Луны, но он сразу же теряет ее. Воспользовавшись этим недоумением, царь подземного мира решает украсть Солнце...
19.30 «Русалочка: Начало истории Ариэль». (0+)
21.05 «РАССКАЗЫ РУСАЛОЧКИ». (6+)
23.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ НА ОСТРОВ НИМ». (6+)
00.55 «СЫН РУСАЛКИ». (6+)
02.20 «Алиса в стране чудес». (0+)
03.35 «Аладдин» (субтитры). (0+)
04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние птички. (0+)
06.55 «Жужжалка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Жужжалка». (0+)
07.40 «ЛЕГО. Дулла». (0+)
07.45 «Легенды Спарка». (0+)
08.10 «Маша и Медведь». (0+)
09.25 «Ну, погоди!» (0+)
10.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
10.45 «Студия Каляки-Малыки». (0+)
11.15 «Тру и Радужное королевство». (0+)
11.40 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
12.15 «ЛЕГО Сити. Приключения». (0+)
12.40 «Дикие скричеры!» (6+)
13.05 «Металионы». (6+)
13.30 «Фиксики». (0+)
14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
14.10 «Смешарики. Пинкод». (6+)
14.55 «Лео и Тиг». (0+)
15.40 «Букабу». (0+)
15.55 «Буба». (6+)
16.10 «Клуб Винкс». (6+)
16.35 «Хейдрораблз». (0+)
16.40 «Энциантималс. Солнечная саванна». (0+)
16.45 «Дядя Стёпа и друзья». (0+)
17.30 «Кинди Кидс» (0+)
17.40 «Роботы-поезда». (0+)
18.10 «Турбозавры». (0+)
19.00 «Свинка Пеппа». (0+)
19.20 «Кошечки-собачки». (0+)
19.50 «Вспышки и чудо-машинки». (0+)
20.15 «Май Литтл Пони». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Истории Сильвиан Фмилиси». (0+)
20.50 «Лунтики и его друзья». (0+)
22.30 «Пауэр Плейерс». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL

06.00, 06.23 Битвы за континенты. (16+)
06.46 Махинаторы. (12+)
07.39 Охотники за старьем. (12+)
08.32, 08.59 Как это сделано? (12+)
09.25 Махинаторы: машина мечты. (12+)
10.18, 01.30 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)
11.12, 05.15 Золотая лихорадка. (16+)
12.06 Операция «Спасение дома»: ранчо Рейни. (12+)
13.00, 13.27 Как это сделано? (12+)
13.54 Музейные загадки. (16+)
14.48 Махинаторы. (12+)
15.42, 16.09 Битвы за континенты. (12+)
16.36 Смертельный улов. (16+)
17.30 Мятный гараж. (16+)
18.24, 03.45 Охотники за старьем. (12+)
19.18, 19.45 Как это сделано? (16+)
20.12 Махинаторы. (12+)
21.06 Стальные парни. (12+)
22.00 Операция «Спасение дома». (12+)
22.54 Голье и напуганные XL. (16+)
23.47 Музейные загадки. (16+)
00.40 Реальные дальноточки. (12+)
02.15 Мятный гараж. (16+)
03.00 Как это устроено? (12+)
03.23 Как это устроено: автомобили мечты. (12+)

VIASAT HISTORY

06.10 Расшировка тайн. (12+)
06.55 Тайны мертвых. (12+)
07.55, 08.40, 09.25, 10.15 Тайны музеев. (12+)
11.00 Военные заводы. (12+)
11.50 Неукротимая Румыния. (6+)
12.40 Последний поход викингов. (12+)
13.35 Сканирование Нила. (12+)
14.30 Древние небеса. (6+)
15.30 Забытые королевства Южной Америки. (12+)
16.35 Боевые корабли. (12+)
17.25 Вторая мировая - битвы за Европу. (12+) Сезон: 1. Великобритания, 2019 г.
18.20 Тайны музеев. (12+)
Сезон: 3. Великобритания, 2013 г.
19.10 Тайная война. (12+)
Сезон: 1. Великобритания, 2011 г.
20.05 Последний поход викингов. (12+) Сезон: 1
21.00 Тайны военной машины нацистов. (12+)
21.50 Реформация: священная война в Европе. (12+)
22.45 Запретная история. (12+)
23.35 Сканирование Нила. (12+)
00.30 Древние небеса. (6+)
01.30 Забытые королевства Южной Америки. (12+)
02.30 Боевые корабли. (12+)
03.25, 04.10 Карты убийства. (16+)
05.00 Запретная история. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC NG

06.00 Сделать за один день. (16+)
06.20 Научные глупости. (16+)
06.45, 07.10 Игры разума. (16+)
07.35 Машины: Разобрать и продать. (16+)
08.25 В дикой природе с Беном Гриллом. (16+)
09.20 Настоящий суперкар. (16+)
10.05, 10.55 Авто-SOS. (16+)
11.50 Дикая природа. (16+)
12.40 Хранители сокровищ Египта. (16+)
13.30 Авто-SOS. (16+)
14.20 Злоключения за границей. (16+)
15.10 Расследования авиакатастроф. (16+)
16.00 Служба безопасности аэропорта: Бразилия. (16+)
16.50 Хранители сокровищ Египта. (16+)
17.40 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+)
18.30, 18.55 Фабрика еды. (16+)
19.20 Расследования авиакатастроф. (16+)
20.10 Расследования авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
21.00, 02.45 Остров Пахи в опасности. (16+)
21.50 В дикой природе с Беном Гриллом. (16+)
22.45 Авто-SOS. (16+)
23.35 Злоключения за границей. (16+)
00.25 Расследования авиакатастроф. (16+)
01.15, 02.00 Авто-SOS. (16+)
03.30, 04.20 Осушить океан. (16+)

РОССИЯ **РОССИЯ К**
Культура



19.45 «СЕМЕН
ДЕЖНЕВ»

- 06.30 07.00 07.30 10.00 15.00
19.30 23.10 Новости
- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 «Правила жизни»
- 07.35 Черные дыры. Белые пятна
- 08.20 Легенды кино
- 08.50 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»
- 10.15 Шедевры старого кино
- 12.10 Открытая книга
- 12.35 22.20 «ЛЮДМИЛА ГУРЧЕНКО»
- 13.25 «А. Аверченко. Человек, который смеялся»
- 14.05 16.15 «Красивая планета»
- 14.20 «Михаил Мещеряков»
- 15.05 Письма из провинции
- 15.35 «Энигма»
- 16.30 История искусства
- 17.25 II Московский международный фестиваль искусств Ю. Башмета
- 18.45 «Билет в Большой»
- 19.45 «СЕМЕН ДЕЖНЕВ»
- 21.05 Линия жизни
- 23.30 «ПО ТУ СТОРОНУ НАДЕЖДЫ»

ТВЦ **ТВЦ**



12.30
«НЕМАЯ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «ОДНА ЛОЖЬ НА ДВОИХ». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ОДНА ЛОЖЬ НА ДВОИХ». (12+)
- 12.30 «НЕМАЯ». (12+)
- 14.30 События
- 14.55 Город новостей
- 15.10 «НЕМАЯ». (12+)
- 16.55 «Актёрские судьбы. Мировые мамы». (12+)
- 17.50 События
- 18.10 «КРАСАВИЦА И ВОРЫ». (12+)
- 20.00 «АКТЁРЫ ЗАТОНУШЕГО ТЕАТРА». (12+)
- 22.00 «В центре событий»
- 23.10 «Семён Альтов. Женщин волнует, мужчин успокаивает». (12+)
- 00.20 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)
- 02.20 Петровка, 38. (16+)
- 02.35 «По данным уголовного розыска...» (12+)
- 03.50 «Разлучённые властью». (12+)

ТВ-3 **ТВ-3**



19.30 «ПЕЩЕРА». (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+)
- 16.55 «Старец». (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 19.30 «ПЕЩЕРА». (16+)
- США, Германия, Румыния, 2005 г. Ужасы. В ролях: Коул Хаузер, Эдди Сибриан, Моррис Честнат, Лина Хиди. Много лет назад в Карпатских горах Румынии бесследно исчезла группа исследователей, изучавших пещеры. Все поиски оказались напрасны...
- 21.30 «СИНЯЯ БЕЗДНА: НОВАЯ ГЛАВА». (16+)
- 23.15 «АНАКОНДА». (16+)
- 01.00 «ТАЙНЫ БЕРМУДСКОГО ТРЕУГОЛЬНИКА». (16+)
- 05.00 «Символ пиратского счастья». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ **ДОМАШНИЙ**



23.00 Про здоровье. (16+)

- 06.30 «б кадров». (16+)
- 06.45 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.20 Давай разведёмся! (16+)
- 09.25 Тест на отцовство. (16+)
- 11.35 «Реальная мистика». (16+)
- 12.40 «Понять. Простить». (16+)
- 13.50 «Порча». (16+)
- 14.20 «Знахарка». (16+)
- 14.55 «ПОСЛЕ ЗИМЫ». (16+)
- 19.00 «РЫСЬ». (16+)
- 23.00 Про здоровье. (16+)
- 23.15 «ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕНА». (16+)
- 03.05 «Порча». (16+)
- 03.30 «Знахарка». (16+)
- 03.55 «Понять. Простить». (16+)
- 04.45 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 05.35 Давай разведёмся! (16+)
- 06.25 «б кадров». (16+)

5 **5-й КАНАЛ**

- 05.00 «Известия»
- 05.30 «ПАСЕЧНИК». (16+)
Россия, 2012 г. Детектив. В ролях: Леонид Окунёв, Анатолий Журавлев. Следователь МУРа после серьезного ранения вынужден в 38 лет оставить успешную службу...
- 09.00 «Известия»
- 09.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)
- 13.00 «Известия»
- 13.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)
- 17.05 «СЛЕД». (16+)
- 23.45 Светская хроника. (16+)
- 00.45 «СЛЕД». (16+)
- 01.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- ЗВЕЗДА**
- 05.30 «ЧЕРНЫЙ ПЕС». (16+)
- 07.40 09.20 10.05 13.20 14.05 «ОФИЦЕРЫ. ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)
- 09.00 13.00 18.00 Новости
- 10.00 14.00 Военные новости
- 18.40 21.15 «МАРШ-БРОСОК-2». (16+)
- 22.55 «Сделано в СССР». (6+)
- 23.10 «Десять фотографий». (6+)
- 00.00 «В ДВУХ ШАГАХ ОТ «РАЯ». (0+)
- 01.40 «ВОЗВРАЩЕНИЕ ТРИДЦАТОГО». (0+)
- 04.40 «Москва фронту». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ **ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ**

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «Загадки русской истории». (0+)
- 12.00 «Такие разные». (12+)
- 13.00 18.30 «Мастера». (12+)
- 13.15 16.15 «Общее дело». (12+)
- 13.30 «Открытая наука» (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.15 «Современники». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «Мастер-класс». (12+)
- 15.45 19.45 «Точка зрения ЛДПР». (12+)
- 16.30 «Магия вкуса». (12+)
- 17.00 «Up&Down». (12+)
- 17.30 «Документальное кино». (12+)
- 18.00 «Формула здоровья». (12+)
- 18.45 04.15 «Собрание сочинений». (12+)
- 19.00 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 21.45 04.30 «Записки из провинции». (12+)
- 20.30 01.30 «Просто жизнь». (12+)
- 20.45 «Спортивные итоги - 2020». (12+)
- 21.00 01.45 «Точка.ру». (12+)
- 22.15 «Малая сцена». (12+)
- 23.30 «ЧЕЛОВЕК ИЗ РИО». (16+)
- 02.15 «Область спорта». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ!** **МАТЧ! ТВ**
- 06.00 08.55 12.00 14.05 16.10 17.55 Новости
- 06.05 12.05 16.15 00.30 Все на Матч!
- 09.00 12.45 Специальный репортаж. (12+)
- 09.20 Профессиональный бокс. (16+)
- 10.20 «Главная дорога» (16+)
- 11.30 Хоккей. НХЛ. Обзор. (0+)
- 13.05 Еврофутбол. (0+)
- 14.10 04.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)
- 16.50 18.00 «РОККИ-2». (16+)
- 19.20 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала. конференции. Прямая трансляция.
- 21.50 Смешанные единоборства. М. Бибулатов - Д. Де Альмейда. АСА. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга
- 01.00 Баскетбол. «Химки» (Россия) - «Зенит» (Россия). Евролига. Мужчины. (0+)
- 02.30 Баскетбол. ЦСКА (Россия) - «Црвена Звезда» (Сербия). Евролига. Мужчины. (0+)
- EUROSPORT 1**
- 00.00 Теннис. АТР 1000. Майами. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
- 02.00 Теннис. АТР 1000. Майами. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
- 04.00, 20.00 Теннис. WTA 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)
- 06.00, 16.45 Теннис. АТР 1000. Майами. 1-й круг. (6+)
- 07.00, 08.15 Горные лыжи. Кубок мира. Ленцерхайде. Мужчины. (12+)
- 09.30, 11.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Паница. HS 240. (12+)
- 10.30 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 4-й этап. (12+)
- 12.45 Олимпийские игры. «Бег в КНДР» (субтитры). (12+)
- 13.45, 14.15, 14.45 Олимпийские игры. Foul Play (субтитры). (12+)
- 15.15 Теннис. WTA 1000. Майами. 2-й круг. (6+)
- 18.00, 22.00 Теннис. АТР 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 12.55 Отпуск без путёвки. (16+)
- 14.00 МУЗ-ТВ Чарт. (16+)
- 15.25 «Шоу-дружба в шоу-бизнесе». (16+)
- 17.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 19.00 Русский чарт. (16+)
- 20.00 Новая волна 2018. Лучшие выступления. (16+)
- 22.20 DFM - Dance chart. (16+)
- 23.15 Неспиннер. (18+)
- 02.00 Золотая лихорадка. (18+)
- 05.00 16.20 «10 самых горячих клипов дня». (16+)
- 05.35 08.35 15.00 18.35 Пронности. (16+)
- 05.55 Каждое утро. (16+)
- 09.00 Золотая дюжина. (16+)
- 10.00 «10 Самых». (16+)
- 10.35 Check-In на МУЗ-ТВ. (16+)
- 12.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV 1000** **TV 1000**
- 05.00, 05.40, 17.15, 18.05 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
- 06.25 «БЛИЗКИЕ КОНТАКТЫ ТРЕТЬЕЙ СТЕПЕНИ». (6+)
- 08.50 «ИНОПЛАНЕТНОЕ ВТОРЖЕНИЕ: БИТВА ЗА ЛОС-АНДЖЕЛЕС». (16+)
- 10.55 «ЭЛИЗИУМ: РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
- 12.50 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ I». (16+)
- 14.55 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ II». (16+)
- 19.00 «СУМЕРКИ». (16+)
- 21.10 «СУМЕРКИ. САГА. НОВОЛУНИЕ». (12+)
- 23.30 «СУМЕРКИ. САГА. ЗАТМЕНИЕ». (16+)
- 01.45 «ЛЮБОВЬ И ДРУГИЕ ЛЕКАРСТВА». (16+)
- 03.35 «СЕРДЦЕЕД». (16+)
- TV 1000 РУССКОЕ КИНО**
- 05.30 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 07.00 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 08.40 «8 ЛУЧШИХ СВИДАНИЙ». (12+)
- 10.20, 04.00 «8 НОВЫХ СВИДАНИЙ». (12+)
- 11.55 «СПАРТА». (16+)
- 13.30, 14.15 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
- 15.10 «Урфин Джюс и его деревянные солдаты». Мультфильм. (6+)
- 16.50 «Урфин Джюс возвращается». Мультфильм. (6+)
- 18.05 «ГОРЬКО!». (16+)
- 20.00 «ГОРЬКО!-2». (16+)
- 21.40 «НА КРЮЧКЕ!». (16+)
- 23.25 «НЕВЕСТА». (16+)
- 01.00 «ТРОИЦА». (18+)
- 02.25 «8 ЛУЧШИХ СВИДАНИЙ». (12+)
- ДОМ КИНО** **ДОМ КИНО**
- 05.10 Золото «Ленфильма». «ДОН СЕЗАР ДЕ БАЗАНЬ». (12+)
- 07.40 «Синдбад. Пираты семи штормов». Мультфильм. (6+)
- 09.10 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 10.30 «СВАТЫ». (16+)
- 14.20 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 19.15 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «ХУДЕЮ». (16+)
- Россия, 2018 г. В ролях: Александра Бортич, Ирина Горбачёва, Сергей Шнуров, Евгений Кулик, Роман Курцын
- 01.00 «ГОРЬКО!-2». (16+)
- 02.40 «ЗА ПРЕКРАСНЫХ ДАМ!». (16+)
- 03.50 Золото «Ленфильма». «ГОНЩИКИ». (12+)
- СУББОТА!** **СУББОТА!**
- 05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 11.00, 11.50, 12.45, 13.40, 14.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+) Сериал. Фантастика, США, 1998-2006 гг. В ролях: Алиса Милано, Холли Мари Комбс, Роуз МакГоун
- 15.30, 16.15, 17.00, 17.55, 18.50, 19.35 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
- 20.30, 21.15, 22.05, 22.55 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
- 23.50 Суббота! News. (16+)
- Развлекательные новости с Машей Миногаровой и Натальи Яшук.
- 00.00, 01.00 Аферисты в сетях. (16+)
- 01.55, 02.40, 03.25, 04.10 Барышня-крестьянка. (16+)
- КИНОКОМЕДИЯ** **SONY CHANNEL**
- 01.50 «ЭТОТ НЕЛОВКИЙ МОМЕНТ». (16+)
- 04.30 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- 06.25 «НАЧАЛО ВРЕМЁН». (16+)
- 08.15 «ЛЕГКОЕ ПОВЕДЕНИЕ». (16+)
- 10.00 «УДАЧИ, ЧАК!». (16+)
- 11.50 «КРОВЬЮ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ». (16+)
- 14.15 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)
- 16.10 «СМЕРТЬ НА ПОХОРОНАХ». (16+)
- 17.50 «СЕМЕЙНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+)
- 19.30 «АНАЛИЗИРУЙ ЭТО». (16+) Криминал, комедия, США, Австралия, 1999 г.
- 21.25 «СУПЕРАЛИБИ». (16+)
- 23.10 «СЛУЧАЙНЫЙ ШПИОН». (12+)
- 06.00, 14.15 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
- 06.55 «ЦЕНА ЛЖИ». (16+)
- 08.15, 12.15 Проект Подиум. Все звезды. (16+)
- 09.05, 13.10, 18.55 Правила моей кухни. (16+)
- 10.10, 17.05 Правила моей пекарни. (16+)
- 11.15 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)
- 15.35, 16.20 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
- 18.10 Проект Подиум. (16+)
- 20.00 «БЛОНДИНКА В ЗАКОНЕ-2». (16+)
- 21.35 «БОЛЬШОЙ ПАПА» (16+)
- 23.05 «ГОЛУБАЯ ЛАГУНА». (16+)
- 00.55 «КОНЕЦ РОМАНА». (16+)
- 02.40 «ЛИЦО ЛЮБВИ». (16+)
- 04.10 «КОШКИ-МЫШКИ». (16+)
- ФЕНИКС+ КИНО** **ФЕНИКС+ КИНО**
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+) Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г. В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «НЕРАВНЫЙ БРАК». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2018 г. В ролях: Марина Коняшкина, Александр Давыдов, Алексей Демидов, Татьяна Храмова
- 13.00, 21.00, 05.00 «ЕРМОЛОВЫ!». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ИНКВИЗИТОР». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
- СТС LOVE** **СТС LOVE**
- 06.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
- 10.20 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
- 14.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 17.55 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- 23.05 Даёшь молодёжь! (16+)
- 00.55 «РАНЕТКИ». (16+) Романовский понимает, что был обманут. Марков разрабатывает план, желая отомстить за любимую женщину. Глеб окружает Леру заботой и вниманием. Собрание педагогического коллектива принимает решение об исключении Надежды Гушиной...
- 04.50 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС** **СПАС**
- 05.00 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (12+)
- 06.00, 06.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00, 21.30, 03.45 Лестница. (6+)
- 11.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (6+)
- 12.30 Дорога. (0+)
- 13.30 В поисках Бога. (6+)
- 15.00 Реакция. (12+)
- 15.45 Путь. (0+)
- 16.50 Одесса. Герои подземной крепости. (0+)
- 17.50 «ПРОШАНИЕ СЛАВЯНИКИ». (0+)
- 19.30 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
- 20.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
- 22.00, 23.45 «ВОЙНА (НА ЗАПАДНОМ НАПРАВЛЕНИИ)». 5 и 6 серии. (12+) Сериал. СССР, 1990 г.
- 23.30, 04.45 День Патриарха. (0+)
- 01.05 Икона Феодоровской Божией Матери. Цикл: Царица Небесная. (0+)
- 01.30 «Наши любимые песни». Концерт. (6+)
- 02.20 Новый Иерусалим. Цикл: Специальный корреспондент с Аркадием Мамоновым. (0+)
- 03.00 Врангель. Путь русского генерала. Фильм 2. На чужбине. (0+)
- 04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

26 марта
Седмица 2-я Великого поста. Глас 8.
Перенесение мощей свт. Никифора, патриарха Константинопольского.



Мч. Савина. Мчч. Африкана, Публия и Терентия. Мчч. Александра. Мчч. Христуны Персидской. Прп. Анина пресвитера. Сщмч. Николая пресвитера. Сщмч. Григория пресвитера. Сщмч. Михаила пресвитера.

Постный день.

«...Кто признает полезным, что ему угодно, тот ненадежный судия справедливого, походит же на слепцов, которых водят слепцы».

Св. Василий Великий

ПЕРВЫЙ



00.35 «ВСЕ В ТВОИХ РУКАХ». (16+)

- 06.00 «Доброе утро. Суббота»
- 09.00 Умницы и умники (12+)
- 09.45 Слово пастыря. (0+)
- 10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 «Мороз и солнце» (12+)
- 11.15 Видели видео? (6+)
- 12.15 Видели видео? (6+)
- 13.55 «Фабрика чемпионов Алексея Мишина» (12+)
- 15.00 19.00 21.20 «Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021
- 17.00 Футбол. Сборная России - сборная Словении. Отборочный матч чемпионата мира-2022
- 19.25 «Голос. Дети». (0+)
- 21.00 Время
- 22.20 Земфира. Концерт в «Олимпийском». (16+)
- 00.35 «ВСЕ В ТВОИХ РУКАХ». (16+)
- 02.20 Модный приговор (6+)
- 03.10 Давай поженимся! (16+)

РОССИЯ 1



13.40 «ЧУЖИЕ РОДНЫЕ». (12+)

- 05.00 «Утро России. Суббота»
- 08.00 Вести. Местное время
- 08.20 Местное время. Суббота
- 08.35 «По секрету всему свету»
- 09.00 «Формула еды». (12+)
- 09.25 «Пятеро на одного»
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 11.30 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)
- 12.35 «Доктор Мясников». (12+)
- 13.40 «ЧУЖИЕ РОДНЫЕ». (12+)
- 18.00 «Привет, Андрей!» (12+)
- 20.00 Вести в субботу
- 21.00 «ВОСПИТАТЕЛЬНИЦА». (12+)
- Майя Ракитина, воспитательница в детском саду. Она обожает работу, вместе с любимым мужчиной Игорем они переехали в новую квартиру, оформив ипотеку.
- 01.30 «ПРАВО НА ЛЮБОВЬ». (12+)

НТВ



10.20 Главная дорога. (16+)

- 05.00 ЧП. Расследование. (16+)
- 05.30 «СЛЕД ТИГРА». (16+)
- 07.20 Смотр. (0+)
- 08.00 Сегодня
- 08.20 Сегодня. (0+)
- 08.50 Поедем, поедим! (0+)
- 09.25 Едим дома. (0+)
- 10.00 Сегодня
- 10.20 Главная дорога. (16+)
- 11.00 «Живая еда». (12+)
- 12.00 Квартирный вопрос
- 13.10 Основано на реальных событиях. (16+)
- 15.00 Своя игра. (0+)
- 16.00 Сегодня
- 16.20 Следствие вели... (16+)
- 19.00 «Центральное телевидение»
- 20.00 Ты не поверишь! (16+)
- 21.10 Секрет на миллион. (16+)
- 23.15 «Международная пилорама». (18+)
- 00.00 Квартирник НТВ. (16+)
- 01.15 Дачный ответ. (0+)
- 02.10 «СЛЕД ТИГРА». (16+)
- 03.40 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». (16+)

СТС



18.25 «ГОДЗИЛЛА». (16+)

- 06.00 05.50 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Фиксики». (0+)
- 06.15 «Охотники на троллей». (6+)
- 07.00 «Три кота». (0+)
- 07.30 «Том и Джерри». (0+)
- 08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 08.25 Уральские пельмени. (16+)
- 09.00 ПроСТО кухня. (12+)
- 10.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 11.00 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК. ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ». (16+)
- 13.40 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК. ВДАЛИ ОТ ДОМА». (12+)
- 16.05 «КОНГ. ОСТРОВ ЧЕРЕПА». (16+)
- 18.25 «ГОДЗИЛЛА». (16+)
- 21.00 ПРЕМЬЕРА! «ГОДЗИЛЛА-2. КОРОЛЬ МОНСТРОВ». (16+)
- 23.35 «ХИЩНИКИ». (18+)
- 01.40 «ПРОРЫВ». (12+)
- 03.30 «АНЖЕЛИКА». (16+)
- 04.20 «б кадров». (16+)
- 04.30 Мультфильмы. (0+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ



00.00 «СКОРЫЙ «МОСКВА-РОССИЯ». (12+)

- 07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
- 08.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 09.00 «Мама Life». (16+)
- 09.30 «Битва дизайнеров». (16+)
- 10.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 12.00 «Ты как я». (16+)
- 13.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 16.25 «ОКЕЙ, ЛЕКСИ!». (18+)
- Журналист Фил - из тех парней, которым девушки побоку. Зачем они ему, когда есть Лекси, виртуальная помощница из смартфона?
- 18.00 «Танцы. Последний сезон». (16+)
- 20.00 «Музыкальная интуиция». (16+)
- 22.00 «Секрет». (16+)
- 23.00 «Женский стендап». (16+)
- 00.00 «СКОРЫЙ «МОСКВА-РОССИЯ». (12+)
- 01.55 «Импровизация». (16+)
- 03.40 «Comedy Баттл». (16+)
- 04.30 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.05 «ТНТ. Best». (16+)

РЕН



19.35 «ТОР: ЦАРСТВО ТЬМЫ». (12+)

- 05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 06.35 «ЗЕЛЁНЫЙ ФОНАРЬ». (12+)
- 08.30 «О вкусной и здоровой пище». (16+)
- 09.00 «Минтранс». (16+)
- 10.05 «Самая полезная программа». (16+)
- 11.20 «Военная тайна». (16+)
- 13.20 «СОВБЕЗ». (16+)
- 14.20 Документальный спецпроект. (16+)
- 15.20 Засекреченные списки. (16+)
- 17.25 «ТОР». (12+)
- 19.35 «ТОР: ЦАРСТВО ТЬМЫ». (12+)
- 21.45 «ТОР: РАГНАРЁК». (16+)
- 00.15 Бокс. Д. Уайт - А. Поветкин. Бой-реванш за звание чемпиона в тяжёлом весе. Прямой эфир. (16+)
- 01.45 «ПРИЗРАЧНЫЙ ГОНЩИК: ДУХ МЩЕНИЯ». (16+)
- 03.15 «КЛЕТКА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Орел и решка. Перегрузка. (16+)
- 06.30 Орел и решка. Мегapolis. (16+)
- 07.30 Ревизорро. (16+)
- 08.30 Мамы Пятницы. (16+)
- 09.00 14.00 Орел и Решка. 10 лет. (16+)
- 10.00 12.00 «Планета Земля». (16+)
- 11.00 «Животные в движении». (16+)
- 13.00 15.00 Орел и Решка. Чудеса света-4. (16+)
- 18.00 Большой выпуск. (16+)
- 19.00 Мир наизнанку. Бразилия. (16+)
- 23.00 ТикТок талант. (16+)
- 00.30 «ДУБЛЁР». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.20 Каламбур. (16+)
- 07.35 КВН Best. (16+)
- 09.00 Дизель шоу. (16+)
- 11.00 «СОЛДАТЫ-7». (12+)
- 19.00 «СОЛДАТЫ-8». (12+)
- 20.00 +100500. (16+)
- 00.00 Фейк такси. (18+)
- Фейк такси - интеллектуально-эротическое шоу-викторина, в котором участие необходимо ответить на ряд вопросов в формате «правда или фейк».
- 01.00 «ТЕЛЕПОРТ». (16+)
- США - Канада, 2008 г. Фантастический триллер.
- 02.40 Улётное видео. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.00 14.45 «Календарь»
- 09.10 «За дело!» (12+)
- 10.10 «Дом Э». (12+)
- 10.40 «МАНДАРИН». (16+)
- 12.10 «Пешком в историю»
- 12.40 «ПРЕДСКАЗАНИЕ». (16+)
- 15.45 «Среда обитания». (12+)
- 16.05 «Большая страна». (12+)
- 17.00 «День вместе». (12+)
- 17.30 «Точка.ру». (12+)
- 18.05 «Вечер вместе». (12+)
- 18.35 «Записки из провинции». (12+)
- 19.05 «ОТРАЖЕНИЕ». (12+)
- 20.00 «КАПИТАН АЛАТРИСТЕ». (16+)
- 22.25 «Культурный обмен»
- 23.05 «ПОЛЕТТА: ВО ВСЕ ТЯЖИЕ». (16+)

Ю

- 05.10 «Папа попал». (12+)
- 09.15 «Беременная в 16». (16+)
- 15.55 «Битва за тело». (16+)
- Участников проекта ждет год серьезной работы над собой. Сражаться придется не только с лишним весом, но и с вредными привычками, зависимостью от еды и образом жизни. Похудение будет происходить под надзором команды проекта: врачей, диетологов, фитнес-тренеров. Главным наставником и мотиватором станет ведущая Наталья Давыдова.
- 20.05 «Беременная в 16». (16+)
- 23.45 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
- 03.05 «Папа попал». (12+)

МИР

- 05.00, 06.15, 08.05, 04.40 Мультфильмы. (0+)
- 06.00 Все, как у людей. (6+)
- 06.45 Секретные материалы. Нэпман поневоле. (12+)
- 07.10 «Игра в слова» с Антоном Комоловым. (6+)
- 08.25 Наше кино. Неувядающие. К 95-летию Арчила Гомашвили. (12+)
- 09.00 Ток-шоу «Слабое звено». (12+)
- 10.00 Погода в Мире
- 10.10 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (6+)
- 13.35, 16.15, 19.15 «ОДНОЛЮБЫ». (16+) Сериал. Мелодрама, Россия, 2012 г. В ролях: Александр Робаков, Татьяна Черкасова, Фёдор Лавров
- 16.00 19.00 Новости
- 03.20 «БЛИЗНЕЦЫ». (6+)

ПОБЕДА

- 06.00 «Путь к Победе» (16+)
- 07.00 «РИОРИТА». (16+)
- 08.50 «ЯЛТА-45». (16+)
- 12.10 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (16+)
- Июль 1941 года. Фашисты рвутся к Киеву. Обстановка в городе накаляется с каждым днем, что добавляет работы лучшему следователю киевской военной прокуратуры.
- 23.00 «Путь к Победе» (16+)
- 00.10 «ДУМА О КОВПАКЕ. НАБАТ». (16+)
- 01.45 «НЕТ НЕИЗВЕСТНЫХ СОЛДАТ». (12+)
- 03.15 «ПРАКЕТЫ НЕ ДОЛЖНЫ ВЗЛЕТЕТЬ». (12+)
- 04.40 «Обратный отсчет». (16+)
- 05.10 Неизвестная война. «Освобождение Белоруссии». (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 «Леги Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.50 «Пёс Пэт». (6+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «София Прекрасная. Загадочные острова». (0+)
- 12.25 «Турнир Долины Фей». (0+)
- 12.55 «Русалочка». (6+)
- 14.35 «Русалочка-2: Возвращение в море». (0+)
- 16.00 «Русалочка: Начало истории Ариэль». (0+)
- 17.30 «Ральф». (6+)
- 19.30 «Моана». (6+) Бесстрашная Моана, дочь вождя маленького племени на острове в Тихом океане, больше всего на свете мечтает о приключениях и решает отправиться в опасное морское путешествие. Вместе с некогда могущественным полубогом Мауи ей предстоит пересечь океан...
- 21.40 «ЗОЛУШКА». (6+)
- 23.50 «СУМАСШЕДШИЕ ГОНКИ». (12+)
- 01.40 «ВОЗВРАЩЕНИЕ НА ОСТРОВ НИМ». (6+)
- 03.00 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 «Пэмми. Пять детей и волшебство». (6+)
- 06.55 «Жужжалка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Жужжалка». (0+)
- 07.35 «Бурёнка Даша». (0+)
- 07.40 «Суперкрылья. Миссия выполняема». (0+)
- 08.20 «Грузовичок Лева». (0+)
- 09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)
- 09.20 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 10.45 Зелёный проект. (0+)
- 11.10 «Семья Трефилов». (0+)
- 11.30 «Малыши и Медведь». (0+)
- 11.40 «Легенды Спарка». (0+)
- 12.10 «Три кота». (0+)
- 12.30 «Три!» (0+)
- 12.50 «Вперёд, Астробой!» (0+)
- 13.30 «Тайны Медовой долины». (0+)
- 14.30 «Большие праздники». (0+)
- 15.00 «Ералаш». (6+)
- 16.10 «Клуб Винкс». (6+)
- 16.40 «Энциантималс. Солнечная саванна». (0+)
- 16.45 «Поезд динозавров». (0+)
- 18.10 «Зебра в клеточку». (0+)
- 19.00 «Белка и Стрелка. Карибская тайна». (6+)
- 20.15 «Пластилиники». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Дракоша Тоша». (0+)
- 22.05 «Радужно-бабочково-единорожная кошка». (6+)
- 22.30 «Пауэр Плейерс». (0+)
- 22.55 «Инфинити Надо». (6+)
- 23.20 «Ералаш». (6+)
- 00.10 «Шоу Тома и Джерри». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL

- 06.00 Как это сделано? (12+)
- 06.23 Потерянное фото Линкольна. (16+)
- 08.06 Голье и напуганные XL. (16+)
- 08.59 Автомир Майка Брюера. (12+)
- 09.25 Супермеханик Энт Энстед. (12+)
- 09.52, 10.18 Женская автомастерская. (12+)
- 10.45, 11.12 Придорожное золото. (12+)
- 11.39 Миллиардер под прикрытием. (12+)
- 13.27 Стальные парни: распаковка. (12+)
- 14.21, 15.15, 16.09, 17.03 Стальные парни. (12+)
- 17.57 Золотая лихорадка. (16+)
- 18.51 Как это сделано? (12+)
- 19.18 Голье и напуганные XL. (16+)
- 20.12 Автомир Майка Брюера. (12+)
- 20.39 Супермеханик Энт Энстед. (12+)
- 21.06, 21.33 Женская автомастерская. (12+)
- 22.00 Калифорния в огне. (12+)
- 22.54, 23.21, 23.47, 00.14 Убитые тачки. (12+)
- 00.40, 01.05 Странные связи. (12+)
- 01.30 Пятерка лучших. (12+)
- 02.15, 02.38 Как это сделано? (16+)
- 03.00 Самогонщики. (18+)
- 03.45, 04.08 Придорожное золото. (12+)
- 04.30 Миллиардер под прикрытием. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.00 Родовые проклятия. (12+)
- 06.20 Невероятные изобретения. (12+)
- 06.45 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 07.35 Лондон: 2000 лет истории. (12+)
- 08.25, 09.20 Древние суперстроения. (12+)
- 10.15 Древние небеса. (6+)
- 11.15 Тайная история рыцарей Храма. (12+)
- 12.15 Реформация: священная война в Европе. (12+)
- 13.10, 14.00, 14.45 Генрих VIII: человек, монарх, чудовище. (12+) Сезон: 1. Великобритания, 2019 г.
- 15.35, 16.25 Вулканы: разрушение и сотворение. (6+) Сезон: 1. Новая Зеландия, 2017 г.
- 17.15, 18.10 Сканирование Нила. (12+) Сезон: 1. Франция, 2020 г.
- 19.05, 20.05 Хит-парад военной техники. (12+) Сезон: 1. Великобритания, 2015 г.
- 21.00 Патагонские захоронения. (12+) США, 2015 г.
- 22.00 Тайны военной машины нацистов. (12+) Сезон: 1. Великобритания, 2019 г.
- 22.50 Война во Вьетнаме. (12+)
- 23.40, 00.25 Музейные тайны. (12+)
- 01.10, 01.55 Вулканы: разрушение и сотворение. (6+)
- 02.45, 03.30 Карты убийства. (16+)
- 04.20, 05.10 Запретная история. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC NG

- 06.00 Машины: Разобрать и продать. (16+)
- 06.50 Научные глупости. (16+)
- 07.15, 07.35 Игры разума. (16+)
- 08.00, 08.50 Техасский улов. (16+)
- 09.40, 10.30 Дикий туец. (16+)
- 11.25, 12.15 Вторая мировая война: Ад под водой. (16+)
- 13.05, 13.55 Нераскрытые тайны второй мировой войны. (16+)
- 14.45, 15.40, 16.40 «ДЕРЕВЯННАЯ КОЖА». (16+)
- 17.35 Путешествия с Гордоном Рамзи: Могучий Меконг Лаоса. (16+)
- 18.30 Путешествия с Гордоном Рамзи: Юго-Восточная Аляска. (16+)
- 19.20 Величайшие сокровища древнего мира: Раскопки фараона Тутанхамона. (16+)
- 20.10 Величайшие сокровища древнего мира: Мумии Египта. (16+)
- 21.00 Затерянные сокровища Египта: Погоня за царицей Нефертити. (16+)
- 21.50 Затерянные сокровища Египта. (16+)
- 22.40 Царство мумий: Путевой саркофаг. (16+)
- 23.30, 00.20, 01.05 Космос: Пространство и время. (16+)
- 01.45, 02.35 Настоящая книга диктатора. (16+)
- 03.25, 04.10 Авто-SOS. (16+)
- 04.55 Международный аэропорт Дубай: Отложенный отпуск. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Сериилы (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 **РОССИЯ К**
Культура



19.40 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО»

- 06.30 «Библейский сюжет»
- 07.05 «Мультфильмы»
- 08.30 «СЕМЕН ДЕЖНЕВ»**
- 09.50 «Передвижники»
- 10.20 «УСПЕХ»**
- 11.50 «Феликс Петуваш. Художник из Майкопа»
- 12.20 «Земля людей»
- 12.50 01.40 «Несейка. Младшая дочь»
- 13.35 «Любимые песни»
- 14.25 «Даты, определившие ход истории»
- 14.55 Больше, чем любовь
- 15.35 Легендарные спектакли Большого
- 17.20 «Великие мифы. Илиада»
- 17.50 «30 лет и один не-Традиционный сбор». Международный театральный фестиваль «Балтийский дом»
- 18.35 Линия жизни
- 19.40 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО»**
- 22.00 «Агора»
- 23.00 «ЗОЛОТАЯ КАСКА»**
- 00.35 Клуб 37

ТВЦ **ТВЦ**



08.40 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)

- 05.30 «ПАССАЖИРКА».** (16+)
- 07.25 Православная энциклопедия. (6+)
- 07.55 «Ирина Печерникова. От первой до последней любви...» (12+)
- 08.40 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ».** (16+)
- 11.30 События
- 11.45 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ».** (16+)
- 14.30 События
- 14.45 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ».** (16+)
- 17.00 «НЕФРИТОВАЯ ЧЕРЕПАХА».** (12+)
- 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
- 22.15 «Право знать!» (16+)
- 23.45 События
- 00.00 «Блудный сын президента». (16+)
- 00.50 «Дикие деньги». (16+)
- 01.35 Специальный репортаж. (16+)
- 02.00 Линия защиты. (16+)
- 02.30 «Прощание». (16+)
- 05.20 «Осторожно, мошенники!» (16+)

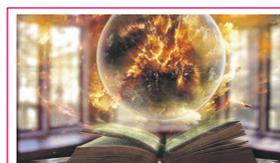
ТВ-3 **ТВ-3**



16.15 «ГОДЗИЛЛА». (12+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 10.30 «АСТРАЛ: ГЛАВА 3».** (16+)
- 12.30 «СИНЯЯ БЕЗДНА: НОВАЯ ГЛАВА».** (16+)
- 14.15 «ПЕЩЕРА».** (16+)
- 16.15 «ГОДЗИЛЛА».** (12+)
- США, Япония, 1998 г. Фантастика. В ролях: Мэттью Бродерик, Жан Рено, Мария Питилло, Хэнк Азария. Неподалеку от островов Французской Полинезии, рыбацкое судно подвергается нападению загадочного существа.
- 19.00 Последний герой. Чемпионы против новичков. (16+)
- 20.30 «КИНГ КОНГ».** (12+)
- 00.15 «ПОЕЗД СМЕРТИ».** (16+)
- 01.45 Дневник экстрасенса с Татьяной Лариной. (16+)
- 02.30 «ТВ-3 ведет расследование». (16+)
- 04.15 «Тайные знаки». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

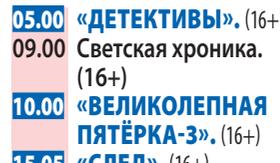
ДОМАШНИЙ **ДОМАШНИЙ**



06.35 «Предсказания: 2021». (16+)

- 06.30 «6 кадров». (16+)
- 06.35 «Предсказания: 2021». (16+)
- 07.30 «ЛАБИРИНТ ИЛЛЮЗИЙ».** (16+)
- 11.35 «ПРОВИНЦИАЛКА».** (16+)
- Россия, 2008 г. Мелодрама. В ролях: Анна Арланова, Ирина Розанова. Лиза приезжает в Москву из провинциального городка в надежде добиться освобождения из тюрьмы своей сестры, несправедливо осужденной за убийство бизнесмена Горина.
- 19.00 «МОЯ МАМА».** (16+)
- 22.00 «ТАИСИЯ».** (16+)
- Украина, 2018 г. Мелодрама. В ролях: Евгения Нохрина, Дмитрий Беляков. Таисия живёт в посёлке, затерянном среди лесов. Она сирота, единственный близкий человек – пожилая соседка.
- 02.30 «Ночная смена». (18+)
- 03.20 «ПРОВОДНИЦА».** (16+)

5 **5-й КАНАЛ**



06.35 «Предсказания: 2021». (16+)

- 05.00 «ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)
- 09.00 Светская хроника. (16+)
- 10.00 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3».** (16+)
- 15.05 «СЛЕД».** (16+)
- 00.00 «Известия. Главное»
- 00.55 «НЕ МОГУ СКАЗАТЬ ПРОЩАЙ».** (12+)
- СССР, 1982 г. Драма. В ролях: Сергей Варчук, Анастасия Иванова, Татьяна Паркина, Александр Коршунов.
- 02.30 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ».** (12+)
- 04.15 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».** (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.00 08.15 «МАРШ-БРОСОК-2».** (16+)
- 08.00 13.00 18.00 Новости
- 08.40 «Морской бой». (6+)
- 09.45 «Легенды музыки». (6+)
- 10.10 «Легенды кино». (6+)
- 11.00 «Загадки века». (12+)
- 11.55 «Не факт!» (6+)
- 12.30 «Крузик-контроль». (6+)
- 13.15 «СССР. Знак качества»
- 14.05 «Улика из прошлого»
- 14.55 18.25 «МАРШ-БРОСОК. ОХОТА НА «ОХОТНИКА».** (16+)
- 18.10 «Задело!»
- 19.50 «Отборочный матч ЕВРО-2000». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ **ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ**



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 10.00 «Зоомалыши». (6+)
- 11.00 00.00 «Здоровая среда». (12+)
- 12.00 19.45 «Современники. Наше время». (12+)
- 12.15 20.00 «Документальное кино». (12+)
- 12.45 20.30 «Просто жизнь». (12+)
- 13.00 23.30 «Точка.ру». (12+)
- 13.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.45 «ЧЕЛОВЕК ИЗ РИО».** (16+)
- 15.45 01.00 «Записки из провинции». (12+)
- 16.15 «Мастера». (12+)
- 16.30 «ЛЕТНЕЕ БЕЗУМИЕ».** (16+)
- 18.00 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 20.45 «ТАЙНЫ ПРОШЛОГО».** (12+)
- 22.30 «Большой вопрос». (16+)
- 01.30 «Футбол губернии». (12+)
- 02.00 «Малая сцена». (12+)
- 03.15 «ОДИН ШАНС НА ДВОИХ».** (16+)

СПОРТ

- МАТЧ!** **МАТЧ! ТВ**
- 06.00** Смешанные единоборства. (16+)
- 07.00** 08.50 15.50 19.05 Новости
- 07.05** 15.15 22.00 00.45 Все на Матч!
- 08.55** Мультфильмы
- 09.25** Лыжный спорт. Марафонская серия Ski Classics. 100 км. Прямая трансляция из Швеции
- 15.55** Лыжный спорт. Лучшее. (0+)
- 17.55** Формула-1. Гран-при Бахрейна. Квалификация. Прямая трансляция
- 19.10** Все на футбол!
- 19.50** Футбол. Нидерланды - Латвия. Чемпионат мира-2022. Отборочный турнир
- 22.35** Футбол. Сербия - Португалия. Чемпионат мира-2022. Отборочный турнир. Прямая трансляция
- 01.30** Футбол. Россия - Словения. Чемпионат мира-2022. Отборочный турнир. (0+)
- 00.00** Теннис. АТР 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)
- 02.00** Теннис. WTA 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)
- 04.00, 20.00** Теннис. АТР 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)
- 06.00, 14.55, 17.00** Теннис. АТР 1000. Майами. 2-й круг. (6+)
- 07.00** Фристайл. Кубок мира. Вейзонна. Ски-кросс. (12+)
- 08.00, 09.00, 11.30** Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. HS 240. (12+)
- 10.30** Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 5-й этап. (12+)
- 11.50** Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. HS 240. Команды. Прямая трансляция. (12+)
- 13.55** Олимпийские игры. Footsteps (субтитры). (12+)
- 16.00** Теннис. WTA 1000. Майами. 2-й круг. (6+)
- 18.00, 22.00** Теннис. WTA 1000. Майами. 3-й круг. Прямая трансляция. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV 1000** **TV 1000**
- 05.25** «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)
- 08.00** «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА». (12+)
- 10.10** «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)
- 12.10** «СУМЕРКИ». (16+) США, 2008 г.
- 14.25** «СУМЕРКИ. САГА. НОВОЛУНИЕ». (12+) США, 2009 г.
- 16.45** «СУМЕРКИ. САГА. ЗАТМЕНИЕ». (16+)
- 19.00** «СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ: ЧАСТЬ 1». (12+)
- 21.00** «СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ: ЧАСТЬ 2». (12+)
- 23.00** «ТЕПЛО НАШИХ ТЕЛ». (12+)
- 00.40** «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)
- 02.50** «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА». (12+)
- 07.15** «Урфин Джус возвращается». Мультфильм. (6+)
- 08.55** «ГОРЬКО!» (16+)
- 10.40** «ГОРЬКО!-2». (16+)
- 12.25** «8 ЛУЧШИХ СВИДАНИЙ». (12+)
- 14.10** «8 НОВЫХ СВИДАНИЙ». (12+)
- 15.40** «НА КРЮЧКЕ!» (16+)
- 17.15** «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
- 19.00** «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
- 20.15** «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГКОК». (16+)
- 21.50** «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕК-ПОТ». (16+)
- 23.20** «КАМЕННАЯ БАШКА». (16+)
- 01.00** «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)
- 02.45** «МОЙ ПАРЕНЬ - АНГЕЛ». (16+)
- 04.15** «КОЛЛЕКТОР». (16+)

- КИНОКОМЕДИЯ** **SONY CHANNEL**
- 00.45** «ЛЕТО. ОДНОКЛАССНИКИ. ЛЮБОВЬ». (16+)
- 02.35** «МУЖЧИНЫ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ-2». (16+)
- 05.25** «ЗАЖГИ ЭТИМ ЛЕТОМ». (16+)
- 07.05** «СУПЕРЗЯТЬ». (16+)
- 08.55** «ЛЮБОВЬ ПРЕТ-А-ПОРТЕ». (12+)
- 10.30** «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
- 12.10** «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ СПИШКОМ МАЛО ЗНАЛ». (16+)
- 13.55** «SUPERALIPI». (16+)
- 15.40** «ПАПАШИ БЕЗ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК». (16+)
- 17.35** «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ». (16+)
- 19.30** «ГЕРОЙ СУПЕРМАРКЕТА». (12+)
- 21.10** «ТОЛСТАК ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
- 06.00, 04.55, 05.25** Голливуд за кадром. (16+)
- 06.30, 07.25, 08.20, 09.15** «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
- 10.10, 11.00** Проект Подиум. Все звезды. (16+)
- 11.50, 12.55** Правила моей кухни. (16+)
- 14.00, 14.45, 15.30, 16.15, 17.00, 17.45, 18.30, 19.15** «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
- 20.00** «УЛИЧНЫЙ КОТ ПО КЛИЧКЕ БОБ». (16+) Великобритания, 2016 г. В ролях: Люк Тредэвэй
- 21.45** «ЧЕРЕЗ ВСЕЛЕННУЮ». (16+)
- 23.55** «28 ДНЕЙ». (16+)
- 01.45, 02.30, 03.15, 04.05** «АМНЕЗИЯ». (16+)

ДОМ КИНО **ДОМ КИНО**

- 05.10** «КРЕПОСТНАЯ АКТРИСА». (12+)
- 07.00** «ФИННИСТ - ЯСНЫЙ СОКОЛ». (6+)
- 08.30** «СВАТЫ». (16+)
- 15.00** «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 16.25** «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
- 17.55** «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
- 19.15** «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 20.35** «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 22.00** «КАРНАВАЛ». (12+)
- 00.55** «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ...» (12+)
- 02.45** «ДУБРОВСКИЙ». (16+)

- СТС LOVE** **СТС LOVE**
- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00** «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+) Сериал. Драма, комедия, мелодрама, Россия, 2002 г. В ролях: Екатерина Семенова, Анжелика Вольская, Александр Мохов, Дмитрий Щербина
- 12.00, 20.00, 04.00** «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00** «ЕРМОЛОВЫ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00** «ИНКВИЗИТОР». (16+) Сериал. Детективный триллер, Россия, 2014 г. В ролях: Виктория Исакова, Александр Лыков
- 15.00, 23.00, 07.00** «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)
- 06.00** «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НАНЯ». (0+)
- 06.25** «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+) Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г. В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова, Кирилл Сафонов, Наталья Данилова
- 18.00** «МОЛОДЁЖКА». (16+) Яна вынуждена обманывать Кисляка. Васген находит Макееву кандидатуру для второго тренера. Васильев и Кисляк заключают спор. Мать Шукиных обращается за помощью к Юле. Жилин не оставляет попыток соблазнить Романову...
- 23.10** Даёшь молодёжь! (16+)
- 00.55** Сердца за любовь. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС** **СПАС**
- 05.00** «Новый день». Новости на СПАСЕ. (12+)
- 06.00** Икона Феодоровской Божией Матери. Цикл: Царица Небесная. (0+)
- 06.30, 07.00, 07.30** Монастырская кухня. (0+)
- 08.00, 08.45, 04.15** Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.30, 04.45** Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
- 09.00, 20.00, 01.15** Простые чудеса. (12+)
- 09.55** Русский обед. (6+)
- 11.25, 11.55, 12.25, 12.55, 13.25** Лествица. (6+)
- 13.55** «ВРЕМЯ СВИДАНИЙ». (0+)
- СССР, 1986 г.
- 15.15** «Наши любимые песни». Концерт. (6+)
- 16.15, 17.30, 18.45** «ЗВЕЗДОЧЕТ». 1-3 серии. (12+) СССР, 1986 г. Режиссёр: Анатолий Лютонник. В ролях: Альбина Матвеева, Игорь Ледоговор, Георгий Жжёнов, Викторас Шинкарькас, Георгий Дрозд
- 20.50** Паломница. (0+)
- 22.00** Вера в большом городе. (16+)
- 23.05, 03.15** Украина, которую мы любим. (12+)
- 23.35, 03.45** Белые ночи на СПАСЕ. (12+)
- 00.10** День Патриарха. (0+)
- 00.25** Вера в большом городе. (16+)
- 02.00** Пилигрим. (6+)
- 02.30** «Парсуна» с Владимиром Легойдой. (6+)

Православный календарь

27 марта
Седмица 2-я Великого поста.
Поминовение усопших. Глас 8.
Прп. Венедикта Нурсийского.

Свт. Евхимона исп., еп. Лампсакского. Блгв. вел. кн. Ростислава-Михаила. Свт. Феогноста, митр. Киевского и всея России. Феодоровской иконы Божией Матери.

Постный день.

«...От деятельности по своей воле и по своему разуму немедленно явится попечительность о себе, предстанут уму различные соображения, предположение, опасения, мечты, уничтожат внимательную молитву».

Свт. Игнатий Брянчанинов

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00** Про-новости. (16+)
- 05.20** Top 30 - Русский крутяк недели. (16+)
- 07.10** Про-новости. (16+)
- 07.30** Сделано в 90-х. (16+)
- 09.00** Ждите ответа. (16+)
- 10.00** Мир в одной тарелке. (16+)
- 10.35** TOP Чарт Европы плюс. (16+)
- 11.35** Про-обзор. (16+)
- 12.05** Top 30. (16+)
- 14.20** Отпуск без путёвки. (16+)
- 15.25** Яндекс.Музыка. (16+)
- 16.25** «Миллионеры поколения Z». (16+)
- 17.25** Солнечное шоу Полины Гагариной «Смотри» в День Рождения певицы. (16+)
- 19.20** Live в кафе. (16+)
- 20.40** Юбилейный вечер Виктора Дробыша. (16+)
- 23.15** Танцпол. (16+)
- 00.30** Неспиннер. (18+)

РОССИЯ **К** **РОССИЯ К**
Культура



18.00 «УСПЕХ»

- 06.30 «Палка-выручалка». «Волшебный магазин»
- 07.30 «ВАШИ ПРАВА?»
- 09.05 «Обыкновенный концерт»
- 09.35 «Мы - грамотеи!»
- 10.15 «НА ПОДМОСТКАХ СЦЕНЫ»
- 11.40 Письма из провинции
- 12.10 Диалоги о животных
- 12.50 «Другие Романовы»
- 13.20 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
- 14.00 «КАНИКУЛЫ ГОСПОДИНА ЮЛО»
- 15.35 «Молога»
- 16.30 «Картина мира»
- 17.15 «Роман в камне»
- 17.45 «Первые в мире»
- 18.00 «УСПЕХ»
- 19.30 Новости культуры
- 20.10 «Монологи кинорежиссера»
- 21.00 «МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ»
- 22.10 Спектакль «Амадеус. Лаборатория оперы»
- 00.10 «Кинескоп»
- 00.50 «СИРЕНА С «МИССИСИПИ»

ТВЦ **ТВЦ**



17.45 «ПРЕИМУЩЕСТВО ДВУХ СЛОНОВ». (12+)

- 05.50 «ТРЕМБИТА». (0+)
- 07.30 «Фактор жизни». (12+)
- 08.00 «10 самых...». (16+)
- 08.40 «АКТЁРЫ ЗАТОНУВШЕГО ТЕАТРА». (12+)
- 10.40 «Спасите, я не умею готовить!» (12+)
- 11.30 События
- 11.45 Петровка, 38. (16+)
- 11.55 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.05 «Екатерина Фурцева. Жертва любви». (16+)
- 16.00 «Прощание». (16+)
- 16.50 «90-е. Звёздное достоинство». (16+)
- 17.45 «ПРЕИМУЩЕСТВО ДВУХ СЛОНОВ». (12+)
- 21.40 «СЕЛФИ НА ПАМЯТЬ». (12+)
- 00.35 События
- 00.55 «СЕЛФИ НА ПАМЯТЬ». (12+)
- 01.45 «КРАСАВИЦА И ВОРЫ». (12+)
- 03.15 «ЧЕЛОВЕК-АМФИБИЯ». (0+)

ТВ-3 **ТВ-3**



19.00 «ЧЕЛЮСТИ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.00 Новый день. (12+)
- 09.30 «Мультфильмы». (0+)
- 10.15 «АСТРАЛ: ПОСЛЕДНИЙ КЛЮЧ». (16+)
- 12.30 «ГОДЗИЛЛА». (12+)
- 15.15 «КИНГ КОНГ». (12+)
- 19.00 «ЧЕЛЮСТИ». (16+)
- США, 2011 г. Ужасы. В ролях: Сара Пэкстон, Дасти Миллиган. Семеро студентов колледжа снимают на выходные уютный домик...
- 20.45 «ПИРАНИИ». (16+)
- 22.30 Последний герой. Чемпионы против новичков. (16+)
- 00.00 «АСТРАЛ: ГЛАВА 3». (16+)
- 01.45 «АНАКОНДА». (16+)
- 03.15 Дневник экстрасенса с Татьяной Лариной. (16+)
- 04.00 «ТВ-3 ведёт расследование». (16+)
- 04.45 «Тайные знаки». (16+)
- 05.30 Охотники за привидениями. Битва за Москву. (16+)

ДОМАШНИЙ **ДОМАШНИЙ**



22.10 «ВОЗВРАЩЕНИЕ В ЭДЕМ». (16+)

- 06.30 «6 кадров». (16+)
- 06.45 «ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕНА». (16+)
- 10.45 «СЕ ЛЯ ВИ». (16+)
- 14.45 Пять ужинов. (16+)
- 15.00 «РЫСЬ». (16+)
- Украина, 2020 г. Мелодрама. В ролях: Виктор Мирский, Виктория Корогод. Две подруги - красотка Аня и скромница Марина Рысева по кличке Рысь поехали в летний лагерь и встретили там Сашу.
- 19.00 «МОЯ МАМА». (16+)
- 21.55 Про здоровье. (16+)
- 22.10 «ВОЗВРАЩЕНИЕ В ЭДЕМ». (16+)
- Австралия - США, 1983 г. Мелодрама. В ролях: Ребекка Джиллинг, Джеймс Райн, Вэнди Хьюз. У Стефани было всё: красота, богатство, любимый муж, дети. А еще у неё было прекрасное родовое поместье...
- 03.30 «ПРОВОДНИЦА». (16+)
- 05.55 Домашняя кухня. (16+)
- 06.20 «6 кадров». (16+)

5 **5-й КАНАЛ**



05.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)

- 05.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 09.30 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)
- Россия, 2018 г. Детектив. В ролях: Дмитрий Паламарчук, Петр Рыков, Алиса Горшкова, Владимир Литвинов, Андрей Терентьев. Андрей Климов - следователь Следственного Комитета отказывается от выгодных предложений работы в частных компаниях или продвижения по карьерной лестнице...
- 02.05 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- ЗВЕЗДА**
- 09.00 «Новости недели»
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 09.55 «Военная приемка». (6+)
- 10.45 «Скрытые угрозы». (12+)
- 11.30 «Секретные материалы». (12+)
- 12.20 «Код доступа». (12+)
- 13.15 «Специальный репортаж». (12+)
- 14.00 «ОТПУСК ПО РАНЕНИЮ». (16+)
- 18.00 Главное
- 19.25 «Незримый бой». (16+)
- 22.45 «Сделано в СССР». (6+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 23.45 Церемония вручения премии МО РФ. (0+)

ТВ ГУБЕРНИЯ **ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ**

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Зоомалыши». (6+)
- 11.00 «Такие разные». (12+)
- 12.00 «Неделя с Олегом Кофманом». (12+)
- 12.30 «Футбол губернии». (12+)
- 13.00 «Территория успеха». (12+)
- 13.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.45 «Просто жизнь». (12+)
- 14.00 «Мастера». (12+)
- 14.15 «ТАЙНЫ ПРОШЛОГО». (12+)
- 16.00 «Большой вопрос». Сезон 3. (16+)
- 17.00 «Здоровый интерес». (12+)
- 17.15 «Точка.ру». (12+)
- 17.45 «МОЛОДОЙ МАСТЕР». (16+)
- 19.30 «Неделя с Олегом Кофманом». (12+)
- 20.00 «ОДИН ШАНС НА ДВОИХ». (16+)
- 21.45 «Такие разные». (12+)
- 22.45 «Up&Down. Уникальные судьбы уникальных спортсменов». (12+)
- 23.15 «Малая сцена». (12+)
- 00.30 «Марафон». (12+)
- 01.30 «МОЛОДОЙ МАСТЕР». (16+)
- 03.15 «ТАЙНЫ ПРОШЛОГО». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ!** **МАТЧ! ТВ** **EUROSPORT 1**
- 06.00 Хоккей. «Аризона Койотис» - «Сан-Хосе Шаркс». НХЛ
- 07.30 09.20 12.00 15.45 21.00 Новости
- 07.35 12.05 15.00 21.10 00.00 Все на Матч!
- 09.25 «Спортландия». (0+)
- 09.40 «Футбольные звезды». (0+)
- 10.00 «РОККИ-3». (16+)
- 12.45 20.00 Еврофутбол. Обзор. (0+)
- 13.45 Формула-2. Гран-при Бахрейна
- 15.50 Футбол. Казахстан - Франция. Чемпионат мира-2022. Отборочный турнир
- 18.00 Формула-1. Гран-при Бахрейна
- 21.50 Футбол. Россия - Франция. Молодёжный чемпионат Европы. Финальный турнир
- 01.00 Хоккей. «Даллас Старз» - «Флорида Пантерз». НХЛ
- 03.30 «Команда мечты» (12+)
- 04.00 Формула-1. Гран-при Бахрейна. (0+)
- 00.00, 02.00 Теннис. АТР 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)
- 04.00, 20.00 Теннис. WTA 1000. Майами. 3-й круг. Прямая трансляция. (6+)
- 06.00 Теннис. АТР 1000. Майами. 2-й круг. (6+)
- 07.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. HS 240. (12+)
- 08.00, 10.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. HS 240. Команды. (12+)
- 09.30, 12.45 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». (12+)
- 10.50 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. HS 240. Прямая трансляция. (12+)
- 13.30 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 7-й этап. Прямая трансляция. (12+)
- 15.20 Велоспорт. Мировой тур. Прямая трансляция. (12+)
- 18.15 Теннис. АТР 1000. Майами. 3-й круг. Прямая трансляция. (6+)
- 22.00 Теннис. АТР 1000. Майами. 3-й круг. Прямая трансляция. (6+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 14.00 «Жара» в Баку. Большой гала-концерт. (16+)
- 15.40 Pro-обзор. (16+)
- 16.10 Прогноз по году. (16+)
- 17.10 МегаДискотека. Русское Радио. 25 Лет. (16+)
- 19.55 Top 30 - Крутяк недели. (16+)
- 22.00 Ждите ответа. (16+)
- 23.00 «10 Sexу». (18+)
- 00.00 Наше. (18+)
- 02.00 Караокинг. (18+)
- 05.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 08.00 Караокинг. (16+)
- 09.00 Pro-обзор. (16+)
- 09.35 DFM - Dance chart. (16+)
- 10.25 «10 самых!» (16+)
- 11.00 Русский чарт. (16+)
- 11.55 «Миллионеры поколения Z». (16+)
- 13.00 TikTok чарт. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

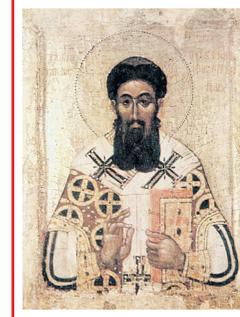
- TV 1000** **TV 1000** **TV1000 РУССКОЕ КИНО**
- 05.00 «ДИТЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ». (16+)
- 06.50 «ДЮНА». (12+)
- 09.15 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)
- 11.25 «СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ: ЧАСТЬ 1». (12+)
- 13.25 «СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ: ЧАСТЬ 2». (12+)
- 15.20 «ТЕПОТ НАШИХ ТЕЛ». (12+)
- 17.05 «ИГРА В ПРЯТКИ». (16+)
- 19.00 «КЛЮЧ ОТ ВСЕХ ДВЕРЕЙ». (16+) США, Германия, 2005 г. В ролях: Кейт Хадсон, Джина Роулэндс, Джон Хёрт, Питер Сарсгаард, Джой Брайант
- 20.50 «ДРУГИЕ». (16+)
- 22.45 «ТЁМНАЯ ВОДА». (16+)
- 00.35 «ДИТЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ». (16+)
- 02.40 «ДЮНА». (12+)
- 05.30 «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!». (12+)
- 07.15 «МОЙ ПАРЕНЬ - АНГЕЛ». (16+)
- 09.05 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
- 10.40 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
- 12.00 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГ-КОК». (16+)
- 13.35 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕК-ПОТ». (16+)
- 15.00 «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)
- 16.55 «ЛЁД». (12+)
- 19.00 «ЛЁД-2». (6+)
- 21.30 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (12+) Россия, 2020 г.
- 23.25 «ЛЮБОВНИЦЫ». (16+)
- 01.00 «НА КРЮЧКЕ!» (16+)
- 02.30 «СПАСИБО ДЕДУ ЗА ПОБЕДУ». (6+)
- 04.00 «ГОРЬКО!» (16+)
- КИНОКОМЕДИЯ** **SONY CHANNEL**
- 01.05 «(НЕ)ЖДАНЫЙ ПРИНЦ». (16+)
- 02.40 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)
- 04.40 «СКАМЕЙКА ЗАПАСНЫХ». (16+)
- 06.10 «ЭТОТ НЕЛОВКИЙ МОМЕНТ». (16+)
- 08.05 «СМЕРТЬ НА ПОХОРОНАХ». (16+)
- 09.45 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- 11.40 «ЛЕГКОЕ ПОВЕДЕНИЕ». (16+)
- 13.30 «СЕМЕЙНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+)
- 15.05 «АНАЛИЗИРУЙ ЭТО». (16+)
- 17.00 «КРОВЬЮ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ». (16+)
- 19.30 «ВАСАБИ». (16+)
- 21.15 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)
- 06.00, 06.50 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
- 08.10, 09.00 Проект Подиум. Все звезды. (16+)
- 09.50, 10.55, 12.00 Правила моей кухни. (16+)
- 13.05, 14.00, 15.00, 16.00 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)
- 16.55 «БЛОНДИНКА В ЗАКОНЕ-2». (16+)
- 18.30 «БОЛЬШОЙ ПАПА» (16+)
- 20.00 «ОСЕНЬ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)
- 21.50 «СЕКС ПО ДРУЖБЕ». (16+)
- 23.40 «ЧЕРЕЗ ВСЕЛЕННУЮ». (16+)
- 01.55, 02.50, 03.45, 04.40 «РАЗВОД ПО-АНГЛИЙСКИ». (16+)
- 05.30 Голливуд за кадром. (16+)
- ДОМ КИНО** **ДОМ КИНО** **СУББОТА!** **СУББОТА!**
- 05.15 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
- 07.00 «СВАТЫ». (16+)
- 13.20 Золотая коллекция киностудии Горького. «КАР-НАВАЛ». (12+)
- 16.15 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
- 17.40 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (6+)
- 19.10 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 20.30 «Три богатыря. Ход козлёнок». Мультфильм. (6+)
- 22.00 «ХОЛОП». (16+)
- 00.00 «ЗОЛУШКА». (16+)
- 01.40 «КАЗУС КУКОЦКОГО». (16+)
- 05.00 «Машины сказки». Мультсериал. (0+)
- 06.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 11.00, 11.50, 12.40, 13.30, 14.20, 15.05, 16.00, 16.55, 17.50, 18.40, 19.35, 20.25, 21.15, 22.00, 22.55 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+) Сериал. Мелодрама, Аргентина, 1998-1999 гг. В ролях: Наталия Орейро, Факундо Арана, Артуро Мали, Норберто Диас
- 23.50 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+) Комедия, Россия, 2018 г. В ролях: Дун Чан, Елизавета Кононова, Виталий Хаев
- 01.40, 02.30, 03.20, 04.10 Барышня-крестьянка. (16+)
- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ЕРМОЛОВЫ». (16+) Сериал. Драма, мелодрама, Россия, 2008 г.
- 14.00, 22.00 «ИНКВИЗИТОР». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)
- 00.00, 01.00 «СТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 02.00, 03.00 «НЕРАВНЫЙ БРАК». (16+)
- 06.00 «НА ГЛУБИНЕ». (18+) Сериал. Криминал, Россия, 2014 г. В ролях: Алексей Гуськов, Дмитрий Ратомский, Михаил Бабичев, Полина Сидихина
- 06.00 «КОРОЛЬ-ЛЯГУШОНОК». (12+)
- 07.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+) Сериал. Комедия, Россия, 2007 г. В ролях: Андрей Леонов, Мирослава Карпович, Анастасия Сиваева, Дарья Мельникова, Екатерина Старшова в семье Васнецовых событие: Веник попросил у Мамы руку и сердце одной из её дочерей. Илья, как бывший жених, помогает Веннику составить план торжественного мероприятия и заодно занимает у нового друга деньги...
- 17.55 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- 23.05 Дашь молодёжь! (16+)
- 00.50 Сердца за любовь. (16+)
- 05.00 «КОРОЛЬ-ЛЯГУШОНОК». (12+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00, 00.20 День Патриарха. (0+)
- 12.55, 02.35 Завет. (6+)
- 14.00 Паломница. (0+)
- 15.10 «ПРОШАНИЕ СЛАВЯНКИ». (0+)
- 16.50 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
- 18.00, 00.35 «Главное» с Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 19.45 Следы империи. (16+)
- 21.25 «Парсуна» с Владимиром Леготой. (6+)
- 22.25, 02.05 Щипков. (12+)
- 22.55, 04.00 Лица Церкви. (6+)
- 23.10 Вера в большом городе. (16+)
- 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)

Православный календарь

28 марта
Неделя 2-я Великого поста. Глас 1.
Свт. Григория Паламы, архиеп. Солунского.



Мч. Агапия и с ним семи мучеников: Пуплия, Тимолая, Ромила, двух Александров и двух Дионисиев. Сщмч. Александрия, иерея в Сиде. Мч. Никандра. Собор всех преподобных отцов Киево-Печерских. Сщмч. Алексия пресвитера. Сщмч. Михаила пресвитера.

Постный день.
«Пустыня приняла многих благоискусными и потом отвергла их, как искусных, обличив сластолюбие их, которому они подверглись через самочиние». Прп. Иоанн Лествичник

Яна появилась на пороге нашей с мужем квартиры совершенно неожиданно. Свадилась как снег на голову.

С маленькой дочкой, чемоданом и вся в слезах. Какая-то неприкаянная, постаревшая, с неизбывной тоской в глазах.

«Когда я его встретила...»

– Можно мы поживем у вас немного? – бывшая жена моего мужа адресовала эту просьбу нам обоим, но смотрела только на меня.

Не скажу, что я была в восторге от этой просьбы, гостьюшка была не из категории «мы всегда вам рады». Но и выгнать их с ребенком за порог я не могла. Как ни крути, а мужу моему они не чужие. Да и дочка Софьюшка уже висла на папе, облепив ручонками его шею и шепча на ухо свои детские секреты.

– Ну конечно, проходите, живите, сколько нужно, – попыталась изобразить я улыбку и гостеприимство. Хотя ни улыбаться, ни изображать радушную хозяйку мне совершенно не хотелось.

Когда полтора года назад я встретила Игоря, он был совершенно раздавлен.

– Ты понимаешь, она полгода жила на два дома, а я даже не почувствовал, – делился он со мной. – Казалось, у нас все хорошо: дом, квартира, дочка подрастает. Домой с работы каждый день на крыльях летел. Подарками их осыпал. Мечтал еще о детях. Как-то вернулся с работы, а жены нет, дочки нет, и шкафы с их вещами пустые. Думал, с ума сойду. Телефон Яны оборвал. А она трубку не берет, общение только написала: ухожу, мол, полюбила другого, не ищи.

Незванная гостья

Но Игорь искал, всех родных и друзей на уши поставил. И нашел. Умолял вернуться. Когда понял, что Яна не вернется, просил не лишать его общения с дочкой. На том и сошлись. Да только общаться Игорю с Соней было все сложнее. Новый Янин муж переезжал из города в город, искал себя, менял работу. Игорь тосковал, мучился, снова искал. Тогда-то я его и встретила. Уставшего, измученного, разуверившегося в любви.

Сонечке нужна помощь

– У Сонечки обнаружили порок сердца, – поздно вечером, когда Игорь уложил дочку спать, мы втроем сидели на кухне, пили чай и обсуждали сложившуюся ситуацию. – Нужно обследование, возможно, операция.

– Но как так вышло? – недоумевал мой муж. – Сонечке уже почти пять, неужели раньше не могли увидеть проблему?

– Игорёк, нутакбывает, – хлюпнула носом и пожала плечами Яна. – Врачи объяснили, что не всегда проблему видно сразу. Плюс ты же знаешь, мы часто переезжали, меняли поликлиники, врачей.

Игорь сжал зубы, поиграл желваками, кулаком ударил по ладони. Было видно, что муж сдерживается. Ему хотелось обвинить Яну в том, что произошло, наговорить ей гадостей.

Я тихонечко погладила Игоря по спине, дав понять, что я на его стороне, и он молодец, что не кричит, что проявляет самообладание.

– Завтра я поеду с вами в больницу. Позвоню на работу, возьму отгул.



– Нет-нет, – запротестовала Яна. – Пока не нужно. У нас все направления, документы. Сонечка – послушная девочка. Мне нетрудно с ней. Если понадобится помощь, Игорёк, я позвоню. Не хочу, чтобы еще и ты нервничал и переживал. Нам с Соней очень нужна сейчас опора и твои сила и рассудительность.

Яна накрыла ладошкой руку бывшего мужа, заглянула в глаза.

– А что же твой муж, Яна? – выпалила я, когда увидела эту нарочитую нежность.

Обман вскрылся

Оказалось, с мужем Яна рассталась. Тот избил ее на глазах Сонечки, после этого-то, по словам Яны, и обнаружились проблемы с сердцем у дочки. Игорь рвался разобраться с соперником, некогда уведшим у него жену, а теперь вот и доведшим до больницы его дочь. Но мы с Яной удержали его, объяснив, что этим он дочери не поможет, а вот попасть в тюрьму может запросто.

– Ты нужен Софьюшке сильным, заботливым и уверенным себе, – убеждала я Игоря чуть позже. – Держись ради нее и не слишком наседай на Яну. Ей сейчас тоже нелегко.

Позже я миллион раз пожалела об этом совете.

Игорь был нежен с дочерью, но и к бывшей жене относился... с меньшей нежностью. Заметила я, правда, это не сразу. Сама старалась во всем помогать Яне с Сонечкой. Жалела девочку, да и маму ее жалела тоже.

Пока не заметила, что мой муж все чаще остается наедине с Яной, оба они ищут поводы вдвоем уйти из дома по тем или иным делам. Яна расцвела, похорошела, сделала новую стрижку, накачала губы. А позже, когда я уже подозревала связь между моим мужем и его бывшей женой, я нашла документы Сонечки, где говорилось, что у девочки все хорошо со здоровьем.

«Я справлюсь сама»

– Что же во всей этой истории правда? – спросила я у Яны, когда та сообщила мне, что они с Игорем вновь вместе и собираются вернуться в их город.

– Я развелась с Петром, – пожалала женщина плечами и улыбнулась.

– И он не бил тебя? – Нет, конечно, – хохотнула женщина. – Просто, пожив с этим мямлей, который и работу-то нормальную найти не мог, я поняла,

Тоска по утраченному не так мучительна, как тоска по несбывшемуся.
Миньон Маклофлин

что с Игорьком мне было лучше. Он же такой надежный, заботливый, в Сонечке души не чаёт. Да ты не переживай, подруга, – меня передернуло от этого слова, – у вас же нет детей, ты молодая, упакованная, найдешь еще свое счастье. И да, спасибо, что Игорька приветила, ты баба хорошая, не дала ему ни запить, ни в депрессию впасть. За это вот я тебе благодарна.

Теперь мне хотелось кричать на Яну, обзывать ее, обвинять и даже ударить. Но я лишь отвернулась к плите, налила себе кофе, отхлебнула горячий напиток из чашки.

– Уходи, – спокойно сказала я Яне, – уходите оба.

Игорь не просил у меня прощения, ничего не пытался объяснить. Я видела, что ему стыдно, он прятал взгляд, молчал.

Когда я осталась одна в квартире, стало совсем тошно. Но мне было ради чего держать себя в руках, ради чего учиться заново радоваться жизни и верить людям. Я носила под сердцем ребенка. Игорю я об этом не сказала. Зачем? У него есть любимая женщина и обожаемая дочь. А я лишь «хорошая баба». Я справлюсь, справлюсь сама.

ТАТЬЯНА

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



Судоку

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

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

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

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

1 ★★★★★★

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

2 ★★★★★★

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

3 ★★★★★★

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

Ванька мокрый, бальзамин, огонёк, недотрога – это четыре имени одного и того же растения.

Э тот цветок быстро растёт и активно цветёт. Им можно украсить подоконник квартиры и даже балкон. Бальзамин можно также посадить в саду, а летом при желании выкопать и занести в дом. И что особенно приятно, это красивое растение без особого труда можно вырастить из семян и получить настоящее разноцветие на протяжении как минимум с мая и до конца сентября.

Вырастим бальзамин из семечка

Как сажать

Подходящей емкостью для посадки семян будет широкий и неглубокий ящик, контейнер, годится даже плоская высотой сантиметров десять. Ширина и длина вы-

растается в зависимости от количества семян, которые вы планируете посадить. В любой емкости для посадки обязательно должны быть дренажные отверстия и, конечно, сам дренаж. Землю лучше выбирать легкую и рыхлую. Можно использовать специальный грунт для рассады, добавив для большей рыхлости песок, перлит, вермикулит.

Семена бальзамина довольно крупные. Расстояние между семенами при по-

садке должно быть примерно 3 см. Сверху семена желательно слегка присыпать землей, после этого полить из пульверизатора и накрыть сверху полиэтиленовым пакетом или пленкой для создания теплички и лучшего прорастания. Созданный парник поставить в теплое место. Температурный режим – желательно в районе 25 градусов. Ежедневно парник надо открывать минут на 15-20 для проветривания. Следите, чтобы грунт не пересыхал. Если необходимо, дополнительно увлажните почву. Как только появятся всходы, увеличивайте время проветривания – начиная от часа в день, постепенно доведя до шести часов. По мере роста семян окончательно уберите пленку. Обратите внимание, что семена могут всходить постепенно, а

не сразу вместе и дружно.

Как пленка убрана полностью, поливать растение нужно чаще – делать это надо очень аккуратно, с краю емкости, без переувлажнения. По мере роста растения пересаживают в новые емкости. Пикировку бальзамин переносит очень хорошо.

Уход

Бальзамину нужен рассеянный свет на протяжении всего года. Температура содержания желательна невысокая, около 20 градусов. Если он растет дома, можно вынести цветок на летнее время на балкон, только не ставить его под прямые солнечные лучи. Помните, что нельзя допускать пересыхания почвы, это может губительно сказаться на растении, однако излишнее переувлажнение тоже вредно для бальзамина.

Кстати

Говорят, что клад найти в лесу достаточно просто. Для этого надо отыскать поляну с цветущим папоротником – под цветами и будут зарыты сокровища. Но это только в легендах и сказках. А в реальной жизни, как известно, папоротники не цветут.

Детали

В Китае, Индии и Азии произрастают некоторые разновидности бальзамина, которые считаются очень ценными – ещё бы, ведь из них производят хну.



Когда сажать

Если вы созрели в своем желании, со второй половины марта уже можно посеять семена.

– Вторую неделю он мне дарит цветы. Теперь я думаю, либо он понял, что я такая хорошая, либо он что-то плохое сделал...

Подготовила 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

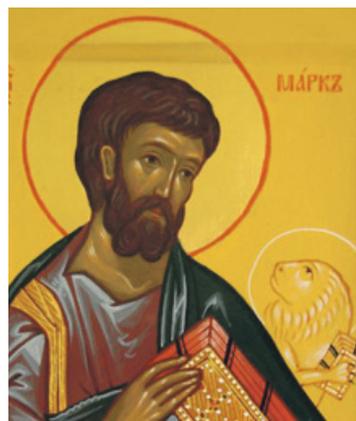


СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...Встань, возьми свою постель и ходи»

Через несколько дней опять пришел Он в Капернаум; и слышно стало, что Он в доме. Тотчас собрались многие, так что уже и у дверей не было места; и Он говорил им слово. И пришли к Нему с расслабленным, которого несли четверо; и, не имея возможности приблизиться к Нему за многолюдством, раскрыли кровлю дома, где Он находился, и, прокопав ее, спустили постель, на которой лежал расслабленный. Иисус, видя веру их, говорит расслабленному: чадо! прощаются тебе грехи твои. Тут сидели некоторые из книжников и помышляли в сердцах своих: что Он так богохульствует? кто может прощать грехи, кроме одного Бога? Иисус, тотчас узнав духом Своим, что они так помышляют в себе, сказал им: для чего так помышляете в сердцах ваших? Что легче? сказать ли расслабленному: прощаются тебе грехи? или сказать: встань, возьми свою постель и ходи? Но чтобы вы знали, что Сын Человеческий имеет власть на земле прощать грехи, – говорит расслабленному: тебе говорю: встань, возьми постель твою и иди в дом твой. Он тотчас встал и, взяв постель, вышел перед всеми, так что все изумлялись и прославляли Бога, говоря: никогда ничего такого мы не видали.



Этот отрывок из Евангелия от Марка будет читаться в православных храмах 28 марта, в воскресенье.



Комментирует
епископ
Переславский
и Угличский
Феохтист

В сегодняшнем евангельском рассказе Христос не говорит, что у парализованного человека не было греха, и не говорит, что нет связи между его болезнью и грехом. Более того, в данном случае фразы «чадо! прощаются тебе грехи твои» и «встань, возьми постель твою и иди в дом твой» звучат в устах Господа Иисуса Христа как синонимы. Особенно же примечательно

здесь то, что этот паралитик никак не мог проявить свою волю. Он не просил ни исцеления, ни прощения грехов. Он здесь выступает в роли объекта, вокруг которого разворачивается вся эта евангельская сцена. В его исцелении нет ровным счетом никакой его заслуги, это действие Божие, основанием для которого явились безразличие и вера его друзей. Ведь именно они придумали остроумный способ обойти толпу и пробраться через крышу, именно они верили в то, что Христос в силах исцелить их друга, именно они попросили об этом. Господь исцелил парализованного, видя веру его друзей.

Зачастую приходится сталкиваться с вопросом о том, стоит ли молиться

за тех наших близких, которые не веруют во Христа. И можно ли это делать? Разные священники дают разные ответы. Но какой ответ мы можем дать, если будем помнить о чуде исцеления парализованного человека по вере его друзей?

Кажется, что двух мнений здесь быть не может: не только личная вера способна творить чудеса, но и вера тех, кто нам близок, кому мы безразличны, а значит, и молиться мы должны за всех и за каждого, вне зависимости от их отношения к Богу и Его Церкви. Конечно, не за всех мы можем молиться во время совершения литургии и вообще в храме, но это вовсе не означает, что чьи-то имена могут быть исключены из домашней молитвы.

КОМУ МОЛИТЬСЯ О БЕРЕМЕННОЙ?

? Мы счастливы – ждём внука. Кому молиться о здоровье беременной невестки? Семья Никитиных

Молиться можно и нужно и Господу нашему, и заступнице нашей Богородице, и вообще всем святым.

ЗАЧЕМ ЕЗДИТЬ В ПАЛОМНИЧЕСКИЕ ПОЕЗДКИ?

? И трёх месяцев не прошло, а мама опять собирается в дорогу: всё выбирает, куда бы поехать в паломническую поездку. Я её пытаюсь отговорить, мол, погода к поездкам не располагает. А она – стоит на своём. Для чего надо ездить в паломнические поездки? Валентина К.

Паломнические поездки – одна из добрых традиций. Во время таких поездок мы почитаем тех святых, чьи иконы или нетленные мощи находятся в святых местах. И за наш труд, за то, что совершили дальнюю дорогу, помолились и доставили душе праздник, Господь по вере нашей дает нам просимое. В такой поездке можно обрести друзей по духу, соратников по вере. Паломническая поездка дарит радость в сердце и свет в душе.

ДОРОГА К ХРАМУ

Фото предоставлено радио «Вера»

19 марта 1906 года в состав флота России были введены подводные лодки. Наша викторина посвящена истории подводного флота России, которому в 2021 году исполняется 115 лет.

1. Крестьянин и мастерской Ефим Никонов написал челобитную Петру I, в которой заявил о том, что может построить корабль, который способен «потаённо ходить по самому дну». Да ещё и «к военному случаю на неприятеля угодный». Царь велел доставить уроженца села Покровское-Рубцово (близ подмосковной Истры) в Санкт-Петербург. 300 лет назад, в марте 1721 года, на суд царя и Адмиралтейства было представлено «потаённое судно». В районе Галерного двора судно по орудийному выстрелу погрузилось в Неву, проделало путь до противоположного берега, всплыло, снова погрузилось и всплыло почти у Галерной верфи. Что приводило в движение «потаённое судно «Морель»?

а) Его толкали водолазы.
б) Оно шло с помощью весел.
в) Движению судна помогал трос, проложенный по дну Невы.

2. Советская дизель-электрическая тор-

педная подводная лодка «Красногвардеец» была построена в 1927-1930 гг. Она стала первой из советских подводных лодок, совершивших именно это в 1938 году...

а) Сняла дрейфующих на полярной станции «Северный полюс-1» людей.
б) Совершила самое долгое для того времени автономное плавание без всплытия.
в) Прошла подо льдами.

3. По проекту корабельного инженера Ивана Григорьевича Бубнова на Балтийском заводе была построена первая (официально зачисленная в списки кораблей Российского флота) русская боевая подводная лодка. «Дельфин» был оснащён бензиновым мотором и электродвигателем. Как по документам значилось на флоте погружающееся судно для береговой охраны?

а) Батиплан.

ЛЕГЕНДАРНЫЙ ФЛОТ ПОДВОДНЫЙ



- а)** Могли подрываться на своей торпеде.
б) Чтобы надежно спрятаться от противника.
в) Могли изменить курс торпеды своей массой.
- 6.** В фантастическом фильме «Тайна двух океанов» действие происходит на подводной лодке «Пионер», которая идёт из Ленинграда во Владивосток, чтобы выяснить причины, по которым тонут суда. Службе безопасности удаётся выяснить, что на борту «Пионера» находится шпион. В результате вражеский шпион был вычислен и обезврежен. Что интересно, кино опередило время. Чем?
- а)** Скоростью перемещения субмарины.
б) Наличием в экипаже женщин.
в) Водолазным оборудованием.

- а)** Александр Маринеску.
б) Николай Лунин.
в) Магомед Гаджиев.
5. Во время Второй мировой войны подводные лодки после выстрела акустической торпедой с небольшого расстояния немедленно погружались в воду. Почему?



ОТВЕТЫ

1-б. «Потаённое судно»...
2-в. Движению судна помогал трос, проложенный по дну Невы.
3-б. Совершила самое долгое для того времени автономное плавание без всплытия.
4-в. Прошла подо льдами.
5-в. Могли изменить курс торпеды своей массой.
6-б. Чтобы надежно спрятаться от противника.
7-б. В фантастическом фильме «Тайна двух океанов» действие происходит на подводной лодке «Пионер», которая идёт из Ленинграда во Владивосток, чтобы выяснить причины, по которым тонут суда. Службе безопасности удаётся выяснить, что на борту «Пионера» находится шпион. В результате вражеский шпион был вычислен и обезврежен. Что интересно, кино опередило время. Чем? а) Скоростью перемещения субмарины. б) Наличием в экипаже женщин. в) Водолазным оборудованием.

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

22 марта	Восход: 6 ч. 20 м. Заход: 18 ч. 39 м. Долгота дня: 12 ч. 19 мин.	Растущая Луна в знаке Рака
23 марта	Восход: 6 ч. 18 м. Заход: 18 ч. 41 м. Долгота дня: 12 ч. 23 мин.	Растущая Луна в знаке Рака
24 марта	Восход: 6 ч. 16 м. Заход: 18 ч. 42 м. Долгота дня: 12 ч. 26 мин.	Растущая Луна в знаке Льва
25 марта	Восход: 6 ч. 13 м. Заход: 18 ч. 44 м. Долгота дня: 12 ч. 31 мин.	Растущая Луна в знаке Льва
26 марта	Восход: 6 ч. 11 м. Заход: 18 ч. 46 м. Долгота дня: 12 ч. 35 мин.	Растущая Луна в знаке Девы
27 марта	Восход: 6 ч. 09 м. Заход: 18 ч. 48 м. Долгота дня: 12 ч. 39 мин.	Растущая Луна в знаке Девы
28 марта	Восход: 6 ч. 06 м. Заход: 18 ч. 49 м. Долгота дня: 12 ч. 43 мин.	Полнолуние в знаке Весов

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 22 ПО 28 МАРТА

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

22 МАРТА
В 1895 году в Париже состоялась первая в истории демонстрация кинофильма.
В 1951 году была создана первая в СССР Центральная студия телевидения.
23 МАРТА
В 1891 году впервые на футбольных воротах использована сетка.
В 1900 году археологи обнаружили на Крите остатки легендарного лабиринта – дворца Минотавра.
24 МАРТА
В 1882 году Роберт Кох выделил бактерию, вызывающую туберкулез.
25 МАРТА
В 1655 году был открыт Титан (самый крупный спутник Сатурна).
В 1938 году начато регулярное вещание Московского телецентра.

26 МАРТА
В 1997 году экспедиция Хермана Моро обнаружила легендарный галеон «La Capitana» с грузом золота инков.
В 1828 году состоялся единственный авторский концерт Ф. Шуберта.
В 2003 году на Марсе было найдено замерзшее море.
27 МАРТА
В 1841 году была опробована первая паровая пожарная машина.
В 1990 году в Лондоне открылся музей Шерлока Холмса.
28 МАРТА
В 1776 году в Москве основан Государственный Академический Большой театр.
В 1857 году в Петербурге открылась первая в России женская гимназия.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

22 МАРТА. Александра, Валерий, Кирилл, Наталья, Николай, Пётр, Сергей, Тарас.
23 МАРТА. Анастасия, Василиса, Виктор, Галина, Павел.
24 МАРТА. Георгий, Иван.
25 МАРТА. Владимир, Григорий, Дмитрий.
26 МАРТА. Кристина.
27 МАРТА. Венедикт, Михаил, Ростислав.
28 МАРТА. Алексей, Александр, Денис, Леонид.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

22 МАРТА ■ Всемирный день водных ресурсов ■ Международный день таксиста
23 МАРТА ■ День работников гидрометеорологической службы России
24 МАРТА ■ День штурманской службы ВВС России ■ Международный день борьбы с депрессией
25 МАРТА ■ День работника культуры России
27 МАРТА ■ Всемирный день театра
■ День войск национальной гвардии России ■ Час Земли
28 МАРТА ■ Всемирный день историка

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Венедиктов мороз ещё семь дней зимы принёс

22 марта отмечали день Сороки, или Сорока Сороков. Считалось, что если в этот день тепло, то следующие сорок дней (до Зосима пчельника – 30 апреля) будут теплыми, а если холодно – холодными. На Василисин день, **23 марта**, было принято наблюдать за туманом: густой утренний туман сулил перемену погоды, дневной туман – дожди и ненастье. На Ефимов день, **24 марта**, наши предки подмечали приметы на погоду. Если ночью появлялся иней, то снегопада не будет. Если в Феофанов день, **25 марта**, подмечали дружную примету – снег начал таять с южной стороны муравейника, то лето будет коротким и холодным.

В день Никифора Скотника, **26 марта**, наблюдали за птицами: если первым зяблик прилетел – к стуже, а если жаворонок – к теплу. Про **27 марта** в народе говорили: «Венедиктов мороз еще семь дней зимы принес» – намекая на то, что если в этот день случаются заморозки, то будет холодно еще семь дней. **28 марта**, в Александров день, ждали прилета первых чаек. Это сулило наступление теплых дней и скорое начало ледохода.



Замкнутый круг какой-то: у меня бессонница из-за стресса, а стресс – из-за недостатка сна.

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

№ 11 (280).
Дата подписания в печать: 01.00 час. 16.03.2021 г.
Дата производства: 16.03.2021 г.
Дата выхода в свет: 17.03.2021 г. Тираж 45 310 экз.
Отпечатано в АО «Прайм Принт Воронеж» (АО «ППВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48л, Тел.: +7. (473) 246-52-70
Заказ 1949. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.
Тираж этого номера 935 280 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

Наверное, самой популярной в кулинарии злаковой культурой является рис. Это и отличный гарнир, и прекрасное самостоятельное блюдо, и даже основа для вкусного десерта.

Сегодня мы предлагаем вам несколько рецептов с использованием риса. Попробуйте приготовить что-нибудь из предложенного нами, и наверняка вам понравится.

Нежное куриное филе с ароматным рисом



Американская кухня. На 4 персоны
ИНГРЕДИЕНТЫ: 400 г куриного филе, 300 г риса, 2 ст. л. меда, пучок шпината, пучок зеленого лука, растительное масло, молотый черный перец, соль по вкусу.
Калорийность (на 100 г): 95 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Рис сварить до готовности.
- 2 Всю зелень порубить.
- 3 Филе нарезать на 4 плоских куска.
- 4 На сковороде разогреть 1 ст. л. растительного масла, насыпать зеленый лук, жарить 1 минуту, помешивая.
- 5 Выложить на сковороду куски филе, посолить, поперчить, обжарить с обеих сторон (~ 5 минут), выложить на теплую тарелку.
- 6 Выложить на эту же сковороду рис, посолить, поперчить, перемешать, добавить мед, готовить, помешивая, 5-7 минут.
- 7 Добавить шпинат, перемешать, готовить еще 2-3 минуты.



Рис с цукини



Турецкая кухня. На 4 персоны
ИНГРЕДИЕНТЫ: 200 г риса, 1 цукини, 2 помидора, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль.
Калорийность (на 100 г): 81 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Рис сварить до готовности.
- 2 Цукини и помидоры нарезать небольшими кубиками.
- 3 В сотейнике разогреть масло, обжарить цукини (5-7 минут), добавить помидоры, обжаривать все вместе еще 5-7 минут.
- 4 Добавить в сотейник рис, посолить, поперчить, перемешать, снять с огня.



Совет

Как варить рис

Рис засыпать в кипящую воду (на 1 стакан крупы нужно 2 стакана воды), накрыть емкость с рисом крышкой и варить на самом малом огне 18-20 минут. По окончании варки вся вода должна впитаться в рис. Коричневый рис варят точно так же, но воды берут больше – 500-600 мл на 200 г риса. Времени для варки тоже необходимо больше – от 40 минут. Это общий совет. Вместе с тем у многих хозяек есть свои секреты варки риса. Одни обязательно промывают его перед варкой холодной водой, другие – исключительно горячей водой. Есть хозяйки, которые обязательно заранее замачивают крупу, а есть те, которые насыпают рис в сухую кастрюлю, заливают воду на два пальца выше его уровня, накрывают крышкой и варят на самом медленном огне до полного выкипания воды. Словом, способов приготовления риса существует множество.



Рис не содержит глютена, поэтому подходит для безглютеновой диеты.

Рисовое волшебство



Кальмары с рисом



Японская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 500 г кальмаров, 200 г риса, 1 луковица, 2 моркови, 1 ст. л. томатной пасты, 1 ч. л. сахара, по 1/3 ч. л. молотого кориандра, базилика и кумина, 1/2 ч. л. куркумы, растительное масло, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 88 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Кальмаров обдать кипятком, удалить пленки и внутренности, опустить на несколько секунд в кипящую подсоленную воду, затем нарезать тонкими полосками.
- 2 Отдельно сварить до готовности рис.
- 3 Лук нарезать тонкими полукольцами, морковь – тонкими кружочками.
- 4 В глубоком сотейнике на растительном масле обжарить лук и морковь.
- 5 Добавить в сотейник кальмаров, томатную пасту, сахар, соль, специи, влить 50-70 мл горячей воды, перемешать, тушить 3-5 минут.
- 6 При подаче на тарелки разложить рис, сверху выложить кальмаров.



Кстати

Выбираем рис для...

Собираясь готовить блюдо с рисом, необходимо выбрать правильный, именно тот самый для того или иного блюда. Ведь от вашего выбора зависит не только внешний вид, но и вкус готового блюда. Так, для каш, пудингов и ризотто многие хозяйки выбирают рис, содержащий побольше крахмала, – он хорошо разваривается и немного слипается, приобретает кремовую консистенцию. Как правило, такой рис имеет округлую форму. А для плова или гарниров необходим длиннозерный рис, который разваривается меньше и не слипается.

Рис с чесночным соусом



Узбекская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 200 г риса, 8 зубчиков чеснока, 2,5 ст. л. меда, 1 лимон, 1 апельсин, 1-2 веточки розмарина, 2,5 ст. л. растительного масла, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 136 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 С лимона и апельсина срезать цедру, нарезать тонкой соломкой.
- 2 Оборвать и мелко нарубить листики розмарина.
- 3 В ковш сложить цедру, розмарин, чеснок (не очищая), влить масло и 3 ст. л. воды.
- 4 Накрыть ковш крышкой и поставить на небольшой огонь; готовить ~ 20 минут (чеснок должен стать мягким).
- 5 Одновременно сварить до готовности рис.
- 6 Достать чеснок из ковшика шумовкой, слегка остудить, оставшуюся жидкость процедить.
- 7 Выдавить мякоть чеснока обратно в ковшик, добавить мед, посолить, взбить в пюре с помощью венчика.
- 8 Рис полить полученным соусом, перемешать и сразу подавать.



ПОСЛОВИЦЫ

Рассыпанный рис сполна не соберёшь.

(Вьетнамская)

Капли воды составляют реку, зёрна риса наполняют корзину.

(Китайская)

На чужом поле рис кажется лучше, свои дети кажутся краше.

(Китайская)

В чужом рисе всегда кость попадается.

(Японская)

Ничего, что мешок грубый, зато рис в нём отборный.

(Бенгальская)

Рис рассыплешь – собрать можно, слово скажешь – назад не вернёшь.

(Корейская)



Светлана ИВАНОВА

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.

Тесто получилось эластичным и тонким. Вера немного полюбовалась на дело рук своих и, вооружившись бокалом, с рвением начала вырезать ровные кружочки для вареников.

– Ого! – подскочивший к маме Юра восхитился результатами ее труда. – Какие ровные солнышки у тебя получились.

– Точно, – кивнула Вера. – Ты, Юр, с чем, например, солнышко съел бы, с творогом, с вишней или с картошкой?

– Я бы со всем съел, я ужасно голодный, потому что я знаменитый флибустьер – гроза всех морей и океанов. А пираты, они знаешь, сколько едят? Целую бочку еды зараз могут умять! Да-да.

И Юра стал носиться по кухне, размахивая вырезанной из картона саблей.

Значит, мне нужно поторопиться, – рассмеялась Вера,

Загадка с морским уклоном



поймала своего любимого маленького пирата и от души чмокнула его в раскрасневшуюся щеку. – Скоро папа придет, будем ужинать. Главное, чтобы он сметану не забыл купить. А то папа он такой, какой-нибудь сундук мертвеца притащить не забудет, а вот про сметану вполне может.

Ого! Папа принесет сундук? С сокровищами? – запрыгал на одной ножке Юра. – Здоровско! А я для него загадку придумал. Морячку.

Вера хмыкнула. Она знала, что Максим купил для сына набор конструктора, о котором тот давно мечтал. А значит, сегодня

вечером мужчины будут заняты конструированием фрегата, и она сможет остаток выходного просто поваляться и почитать. Ее подруга написала очередной детективный роман и прислала ей свеженькую, еще даже с запахом типографской краски, книгу. И Вере не терпелось погрузиться в хитросплетения детективного сюжета.

– Папа, папа, – Юра бросился к отцу, как только тот переступил порог квартиры. – Ты принес сундук мертвеца?

Секундное замешательство на лице Максима сменилось понимающей улыбкой. Мужчина изобразил загадочность и медленно вытащил из огромного пакета коробку с изображением красивейшего фрегата. Юра вскрикнул от радости и восхищения.

– Пап, а отгадай загадку, – затараторил мальчик, не отрывая взгляда от коробки. – На японском круизном лайнере произошла кража. Пока туристы осматривали достопримечательности на берегу, а члены команды отдыха-

ли в кафе, капитан решил принять душ в своей каюте. Когда он вышел, то обнаружил, что из каюты пропали деньги, золотые часы и обручальное кольцо. Он сразу же позвал к себе тех членов команды, которые оставались с ним на корабле. Кок на вопрос, чем он занимался в прошедшие полчаса, ответил, что готовил блюда для вечернего фуршета. Механик сообщил, что возился с валопроводами и редукторами, проверяя их исправности, и не покидал машинного отделения. Старший помощник капитана рассказал, что заметил свою оплошность – кверху ногами висающий

флаг – и исправлял ее, перевесив флаг на флагштоке как положено. Выслушав всех, капитан сразу же смог понять, кто же из членов его команды нечист на руку. А ты понял, пап?

Максим с тоской посмотрел на Веру.

– Ты научила?

Нет, – улыбнулась та и вилкой подцепила из тарелки самый красивый вареник. – Хочешь солнышко с вишней?

– Ох, а сметану-то я и забыл, – хлопнул себя по лбу Максим.

Вера с Юрой переглянулись и рассмеялись.

Любовь АНИНА



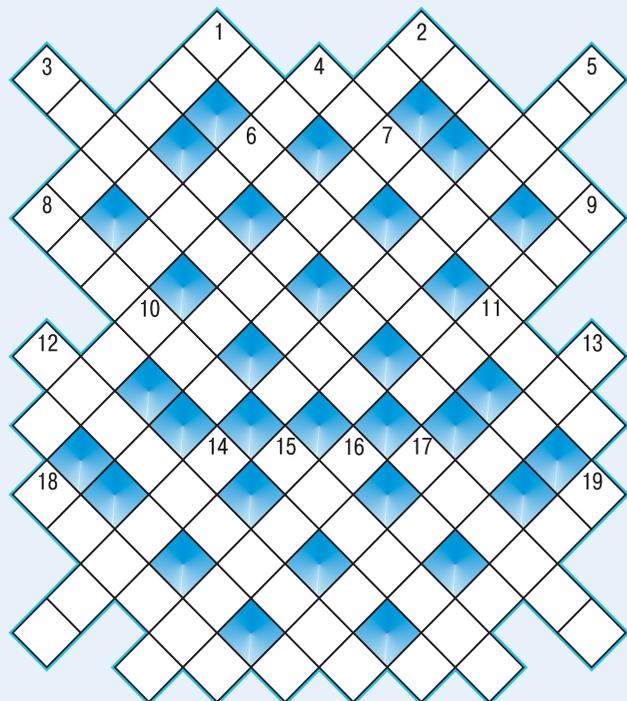
Каков же ответ на загадку Юры?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 10: настоящие шахматисты никогда не положили бы доску так, как она лежит у игроков на картинке. Шахматная доска, согласно правилам игры, располагается таким образом, чтобы ближайшее угловое поле справа от игрока было белым. А у подозреваемых в краже она лежит черной клеткой справа от игроков. А поскольку сейф взломан не был, судя по показаниям организатора турнира, то он мог передать ключ сообщникам, прикинувшимся будущими участниками чемпионата, пока организовывал алиби для себя.

Рис. Ирины Светловой

КРОССВОРД «ДИАГОНАЛЬ»



рит» радуги с точки зрения оптика.

Справа-вниз-налево:

1. К этой мультяшной красавице сватался боярин Полкан. **2.** Стиль стихов Гаврилы Державина. **4.** Круче и светлее золота. **5.** Тренажер с повышенным давлением для космонавта. **7.** Всем знакомый оранжевый цветок с крючковатыми семенами, похожими на когти животных. **9.** Ее продал папа Карло, чтобы купить Буратино азбуку. **10.** «Жил-был ..., стороны той государь». **13.** Спортсмен на все руки. **14.** «Ты видишь, пролетает звездочкой ..., а это добрая примета. Полнеба золотого цвета и это добрая примета» (Е. Долматовский). **16.** Информация-свежачок. **19.** Единственное спасение при стрельбе в собственннй висок.

ОТВЕТЫ

Слева-вниз-направо:

1. Банкетный ... ресторана. **2.** Часть ноги, которую свинье позволено класть на стол. **3.** Нужные кнопки на ней нажимаем, набранный текст на мониторе читаем. **4.** Трус, будоражащий и без того напуганную толпу. **6.** Скаун арабских кровей. За такого и полцарства не жалко. **8.** Белое дерево с «гроздьями душистыми». **11.** «Проекция» предмета от падающего све-

та. **12.** Ручное оружие для стрельбы разрывными снарядами. **15.** У человека она – черепная, у автомобиля – передач. **17.** У каллиграфа он очень красивый. **18.** «Коло-

Ракета. **16.** Новостная. **19.** Осечка. **10.** Куртка. **9.** Идиотский. **7.** Ноголок. **13.** Дарь. **14.** Баронит. **4.** Плата. **5.** Баро-робка. **17.** Поцрк. **18.** Снектр. **6.** Арамажк. **8.** Акция. **11.** Тень. **12.** Грамотмет. **15.** Ко-Слева-вниз-направо: **1.** Зал. **2.** Окорок. **3.** Клавиятура. **4.** Па-

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

РАБОТА

■ **8 (916) 502-44-34** Требуется семейная пара – завхоз и горничная в частный загородный комплекс с проживанием в Тверской области. Предоставляем коттедж со всеми удобствами. Без семейных проблем, хозяйственные, трудолюбивые, аккуратные ЧИСТОПЛОТНЫЕ люди. График 5/2. Достойная заработная плата – от 100 000 руб. Тел.: 8 (916) 502-44-34

■ Фасовка семян, изготовление пакетов для фасовки на дому. Рабочие материалы почтой. 3/п: 16 700 руб. Любого возраста и регион. Подробности вышлем всем бесплатно! Отправляйте СМС-заявку (ваше ФИО, точный адрес, индекс) по тел.: 8 (987) 840-08-17

КУПЛЮ

■ **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

■ **8 (900) 951-13-25** Закупаем лом чёрных металлов. Цена до 23 руб./кг. Демонтаж, резка, вывоз, погрузка БЕСПЛАТНО. Честный вес, высокие цены, моментальная оплата. Работаем без выходных!!! Тел: 8 (900) 951-13-25. 000 «Воронежторсплав». Лиц.: 36 МЕ 004184

По вопросам размещения рекламы 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

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

Специальное предложение для пенсионеров!

Реклама



Ножницы педикюрные удлиненные

Материал: сталь, пластик.
Размер: 21 см. КНР.
Лот 689 883



Удлиненная ручка

Специальные ножницы с длинными ручками и коротким захватом. Они создают большее усилие при обрезании ногтя на пальцах ног, что намного удобнее, чем работа с маникюрными или универсальными ножницами.

690 р.

Щипцы для ногтей

Из особо прочной стали, предназначены для ухода за ногтями на ногах. Они с легкостью справятся с толстыми ногтями. Вы также сможете удалить кутикулу и заусенцы. Удобная ручка с антискользящим покрытием.



Специальный рельеф, не скользит

Материал: нерж. сталь, пластик. Размер: 11x6 см. КНР.

ВАШ ПОДАРОК ПРИ ПОКУПКЕ НОЖНИЦ



Белые сабо с хлястиком

Мягкая ортопедическая стелька, перфорированный верх из натуральной кожи, удобная танкетка, нескользящая подошва.

Материал: верх и подпятник – натуральная кожа, подошва – пвх.

Размеры 36 – 41, спрашивайте у оператора при заказе!

скидка 50%

~~2600 р.~~ **1290 р.**



Бабуши

Спасение для тех, у кого мерзнут ноги в любую погоду. Зимой они защитят от сквозняков и холодного пола, а летом, благодаря литой непромокаемой подошве, подойдут для улицы.

Материал: сукно, ПВХ, искусственный мех. Россия. Размеры: 37-42. Спрашивайте у оператора при заказе!

скидка 40%

~~1490 р.~~ **890 р.**



Носки женские «Отдых», 6 пар

Однотонные женские носки без резинки. Не затрудняют отток крови, что очень важно при поражении вен.

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

скидка 50%

~~990 р.~~ **490 р.** 6 пар

Полотенце «Сумерки», 2 шт.
Это полотенце из натурального хлопка подарит вам комфорт после сауны или водных процедур. Яркое, стильное и нежное, оно займет достойное место в ванной комнате!

Материал: 100% хлопок. Размер: 150x78 см. Россия. Лот 134 4031



150 см

78 см

2 по цене 1

~~980 р.~~ **490 р.** 2 шт.

Браслет «Здоровье»
Измеряет давление и пульс, считает шаги и потраченные калории. Время и дата, звонки и SMS, анализ сна. Совместим с Android 5.0 и выше, iOS 8 и выше. Сенсорное управление. Bluetooth 4. Li-Ion аккумулятор. КНР. Лот 124 1064



скидка 50%

~~1400 р.~~ **690 р.**



Анатомическая подушка, 2 шт.

Эта подушка обеспечит правильное положение головы – и больше никакого храпа и ломоты в теле!

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

2 по цене 1

~~1580 р.~~ **790 р.** 2 шт.

МОЙ МИР

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

8-800-250-21-76

код заказа: **PM-21-304-ПЕД**

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 31.08.2021 г. при условии наличия товара на складе. Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода PM-21-304-ПЕД.