

ЖАРКИЕ СКИДКИ до **-80%**
НА ТВ-ХИТЫ И ЛИДЕРЫ ПРОДАЖ!

Реклама

ИЩИТЕ
на стр. 31

ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

№29
(402)

ТВ-программа с 24 по 30 июля 2023 года

ТЕЛЕЛЕК

36
КАНАЛОВ
ТВ

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

**ЧЕМ ОПАСНЫ
СОЛНЦЕ И ЖАРА**

стр. 7

**ЮБКА ДЛЯ
КОРОЛЕВЫ ЛЕТА**

стр. 29

**ВСЕ НА ПИКНИК
ЗА СТРОЙНОСТЬЮ!**

стр. 25

**КАК ПОМИРИТЬСЯ
С САМИМ
СОБОЙ?**

стр. 4

**ПЕЧЕНЬ:
КЛЮЧИК К ВАШЕМУ
ЗДОРОВЬЮ**

стр. 8

**ИРИНА
РУДОМИНСКАЯ**

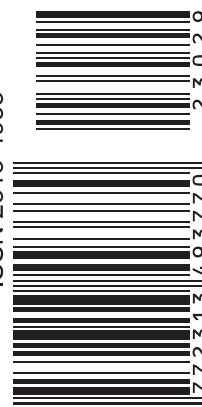
**ВАША ЦЕЛЬ СИЛЬНЕЕ
ВСЕХ ПРЕГРАД!**

стр. 2

12+

Фото: Александр Щербак/ТАСС

ISSN 2313-4933



9 772313 1493770 23029

Актриса театра и кино, основатель бренда одежды Ирина Рудоминская знакома нам по фильму «Ботан и супербаба», сериалам «Зацепка», «Грымза», «Зайцев, жги!».

Представить такую красавицу у плиты довольно сложно. Актриса словно создана для того, чтобы выходить на подиум или сцену. В реальности же Ирина с удовольствием трудится на кухне, можно сказать, что здесь она чудодействует...

«Наполеон» не покорился

– Ирина, вам всегда нравилось готовить или это качество пришло с годами?

– У меня очень развито чувство благодарности, прежде всего, к своей семье. С детства наблюдала, как мама готовила, видела, что она старалась и семье уделить внимание, и на работе быть среди первых, давать концерты (мама актрисы – оперная певица, – Прим. ред.). Как-то, помню, проснулась, а она разговаривает по телефону. И мне страшно захотелось ей сделать что-то приятное. Ничего другого не придумала, как приготовить яичницу. Но до этого никогда сама не зажигала газовую плиту, и очень боялась. Но желание сделать сюрприз взяло верх, и, несмотря ни на что, я приготовила глазунью, да еще сверху посыпала ее лучком и принесла маме. До сих пор помню ее глаза в тот момент, и с тех пор желание сделать ей что-то хорошее укоренилось и вошло в привычку. Как и желание больше общаться с бабушкой, которая все время что-то «мути-

Ирина РУДОМИНСКАЯ:

Торт люблю есть ложкой



Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Двигайтесь к заветной цели. Помните о своих желаниях, осуществляйте их, никогда не переставайте быть собой. И помните всегда, что ваша цель сильнее всех преград.

печеньки. А вот мамино коронное блюдо – торт «Наполеон» – так до сих пор повторить не могу.

«Обожаю шоколадные пудинги»

– Свою первую выпечку помните?

– Конечно. Еще в отроческом возрасте начала экспериментировать с шарлоткой. Взбалтывала сахар с яйцом без миксера, и у меня получалась толстая корка безе. Никто из родственников не мог этого повторить. В шарлотку

ла», обожала печь разные пирожки. Часто вспоминаю, как она раскатывала скалкой тесто, потом делала круглые формочки и уже из них складывала пополам конвертики, которые посыпала сахаром. Получались маленькие, невероятно вкусные



я добавляла все, что было в доме: экспериментировала с какао, разными ягодами, орехами, вареньем, и получалось очень вкусно. Кстати, делаю это до сих пор.

– Любите выпечку?

– Всегда любила. Когда выросла, старалась себя ограничивать, особенно в гостях, где всегда много соблазнов. Помню, у меня была педагог по вокалу, которая очень вкусно готовила. После занятий она меня не отпускала, пока не накормит. А уж на свой день рождения накрывала такой стол, что мне самой уходить не хотелось (смеется). Да и дома у нас всегда было что-то сладенькое. До сих пор обожаю шоколадные пудинги. И съесть торт за один присест – для меня не проблема, причем душевней всего это делать ложкой. Резать на кусочки – это не моя история. Правда, сейчас стараюсь сладкого есть меньше, но стала больше пить кофе латте, которое у меня ассоциируется со вкусом шоколада (улыбается).

– Судя по всему, в еде себя не сильно ограничиваете...

– Сосиски с картошкой и соленым огурчиком люблю до сих пор. Ем их, как у бабушки в детстве, с картошкой пюре.

– А как насчёт мяса?

– Больше рыбу люблю и все, что с ней связано.

– А как же диеты?

– Если себя ограничивать и не покупать иногда сладенькое, то можно и от брокколи потолстеть. Это психология. Вес держит наше сознание. Я вот вчера съела ванильный эклер – он не отложится, вырабатываются положительные гормоны, которые сразу в топку это пирожное пускают. А если ты будешь смотреть на этот пирожок и думать: «Нет-нет, нельзя, пойду съем грудку», у тебя будет вырабатываться кортизол, и сразу это все идет на разрушение... И у тебя это куриное филе отложится в 300 раз больше, чем этот эклер.

Наталья АНОХИНА

РЕЦЕПТ ОТ ЗВЕЗДЫ

Фирменная шарлотка

– Берем 4-5 яиц, стакан песка и стакан муки. Замешиваем, чтобы было не очень густо. Добавляем в тесто грецких орехов и четыре яблока. Я люблю зеленые, подойдут – любые. Яблоки нарежьте мелкими дольками и перемешайте с тестом. Полученную массу выкладывайте на сковородку и ставьте в духовку, минут на 30. Верх и низ пирога должны пропекаться равномерно. Готовность проверяется зубочисткой. Приятного аппетита!



КСТАТИ

Архитектор, дизайнер, актриса

– Вы гостеприимная хозяйка?

– К сожалению, в этом вопросе мне за мамой не угнаться. Это она всех принимала, объединяла, и стол у нее был накрыт всегда. Что касается меня, то на данный момент предпочитаю встречать гостей на нейтральной территории, где-нибудь в кафе-ресторане. Еще и потому, что в своей старой квартире я оборудовала мастерскую (у Ирины своя

линия одежды, – Прим. ред.), а принимать друзей в рабочих условиях мне некомфортно. Но скоро надеюсь перебраться в другую квартиру, где все будет иначе, наладится быт. Последние два года, как занялась дизайнерской деятельностью, об этом подумывать было некогда. Но эта ситуация в скором времени должна разрулиться.

– Если бы у вас была вторая жизнь, стали бы ресторатором?

– Если бы у меня было несколько жизней, в одной бы стала дизайнером, в другой – архитектором (по первому образованию Ирина архитектор, – Прим. ред.). Но актерская профессия для меня первична, без нее не могу.

– Можно сказать, что вы сторонник здорового питания?

– Конечно. Правда, соблюдать необходимые для этого меры очень сложно, надо

иметь силу воли. Например, держишь диету три месяца, ходишь в спортзал, но стоит случиться какому-нибудь мероприятию – и все коту под хвост. Потом думаешь: «Вот на следующей неделе снова сяду на диету, начну ходить в зал», а потом смотришь, месяц прошел, два, а ты все собираешься... (Смеется.)

Я за то, чтобы питаться вкусно, полезно, но при этом обязательно знать чувство меры.

Александр Самойленко рассказал о «Счастье не за горами»

На телеканале «Россия» – премьера многосерийной мелодрамы «Счастье не за горами» режиссёра Ольги Субботиной. Это история, на первый взгляд, обычной семьи. Но у каждого из участников этого сюжета есть свои скелеты в шкафу. Роли в сериале исполнили Зоя Бербер, Александр Голубев, Илья Антоненко, Лариса Шахворостова, Евгений Сидихин, Александр Самойленко, Анна Якунина, Алёна Коломина и другие артисты.

Отдельно стоит сказать об Александре Самойленко: он не только сыграл одну из главных ролей, но и стал продюсером этого сериала.



– У меня много и актерских, и продюсерских работ – но, наверное, это первый проект, который я вел так кропотливо от начала до конца, находясь практически все время на площадке, – вспоминает Александр Самойленко. – И мне этот опыт очень понравился: я в своем роде заново прочувствовал создание фильма от первой странички до последнего штриха в монтаже и сведения звука. Так что для меня этот сериал – некий этап в жизни, который, кроме опыта, принес также и большое удовольствие.

Съемки фильма в течение двух месяцев проходили в горах Южного Урала Белорецкого района Башкирии. Все артисты в горных и альпинистских сценах, в том числе и ночных, снимались сами. К помощи дублеров прибегали только для исполнения очень сложных трюков. Затем съемочный период в течение двух месяцев продолжался в Уфе и ее окрестностях.

Фото телеканала «Россия»

О легендарном футболисте снимут кино

В Москве стартовали съёмки художественного фильма о легендарном игроке клуба «Спартак» Фёдоре Черенкове с рабочим названием «Федя. Народный футболист». Главную роль исполняет Станислав Румянцев. Также в киноленте снимаются Николай Фоменко, Борис Щербаков, Игорь Петренко, Сергей Мигицко, Александр Носик, Борис Каморзин, Владимир Гуськов и многие другие артисты.

– Конечно, есть волнение, – рассказывает исполнитель главной роли Сергей Румянцев. – Но я для себя решил, что мои страхи и волнения – все-таки выдающаяся личность, легенда футбола! – соотносятся со сценарием. И я понимаю, что чем больше я буду переживать, чем более требовательным буду к себе – тем лучше будет результат. При всей своей скромности Фёдор Черенков был настоящим бойцом, человеком с большим сердцем, наполненным любовью ко всему миру. Мы постараемся передать его бойцовый характер и негибаемый внутренний стержень.

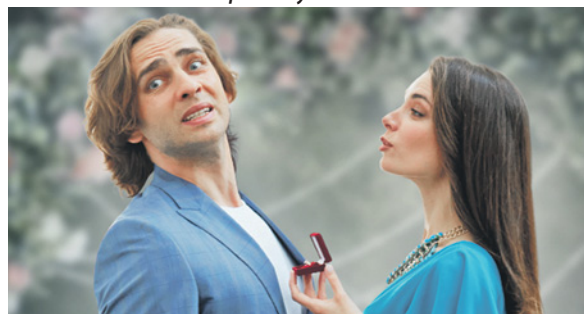
Ирина Шеянова представила героиню

На телеканале Домашний завершились съёмки мелодрамы «Мужчина, который не хочет на мне жениться». Роли в сериале исполнили Ирина Шеянова, Владимир Баркалаев, Елизавета Аверьянова, Дмитрий Тополь, Анастасия Чепелюк, Михаил Клошкин и другие артисты.

По сюжету фильма Елена и Андрей живут в гражданском браке уже десять лет. Елена считает себя замужней женщиной, а Андрей предпочитает думать, что он свободный мужчина. Конфликт зреет. Андрей уже завел новый роман с дочерью влиятельного человека – Викой. Та предпочитает любой ценой заполучить Андрея, и для этого включает связи и возможности отца. Благополучие и бизнес Елены рушатся...

– Моя героиня – прекрасная женщина: она целеустремленная, красивая, волевая, живая, – рассказывает исполнительница роли Елены Ирина Шеянова. – Ей больно от того, что, прожив столько лет с любимым человеком, она не стала его женой. Я не хочу искать ей оправдания, ведь она сама пошла на это, но могу понять, потому что она надеялась, что в конце концов у нее будет счастливая семья.

Фото пресс-службы телеканала Домашний



Киноисторию о сёстрах ждёт продолжение

Завершились съёмки фильма «Моя ужасная сестра – 2». Главные роли в этом проекте исполняют Владимир Яглыч и Наталья Чистякова-Ионова (певица Глюкоза). В семье главных героев Юли и Максима родится еще одна девочка, и детей станет трое. Так что в продолжении истории про двух сводных сестер появится новый повод для споров, интриг и веселых приключений.

Съемки прошли в самых ярких и запоминающихся локациях Санкт-Петербурга и Выборга. В кадре зрителей ждут речные прогулки на теплоходе, пляжные волейбольные турниры и множество других летних пейзажей.

К актерскому ансамблю также присоединились Марина Яковлева и Лариса Удовиченко.

«Пилот» вручил призы

Пятый российский фестиваль сериалов «Пилот», проходивший в городе Иваново, подвёл свои итоги. За четыре фестивальных дня гости посетили более 30 сериалов, а церемония закрытия состоялась в кинотеатре «Лодзь». Председателем жюри был именитый режиссер Сергей Урсулак. Также сериалы оценивали продюсер Сергей Титинков, сценарист Илья Тилькин, актриса, продюсер и режиссер Дарья Мороз и актриса и продюсер Анна Банщикова.

«Лучшим актером» был признан Максим Стоянов – за роль в сериале «Черное солнце». «Лучшей актрисой» стала Евгения Борзых, сыгравшая в сериале «Убить Риту». Приз «Лучшему режиссеру» достался Дмитрию Тюрину за его проект «Горящий тур».

А специальный приз жюри «За актерский талант» был вручен Тимофею Трибунцеву.



Программа «Едим Дома» отмечает юбилей

Одна из самых любимых зрителями телеканала НТВ передач – «Едим Дома» отмечает юбилей, ей исполнилось 20 лет. Впервые она вышла в эфир в 2003 году, а ее бессменной ведущей стала актриса Юлия Высоцкая. Актриса смогла очаровать зрителей своим веселым нравом и нетривиальным подходом к приготовлению самых разных блюд.

Как нас проинформировали сотрудники НТВ, за эти годы в эфир вышло 815 программ, в которых Юлия Высоцкая приготовила более 2500 блюд, причем самыми популярными стали салаты. За 20 лет в рамках программы было приготовлено почти 300 салатов. Также телеведущая сварила 90 супов. И это, конечно, далеко не полный перечень блюд, которые были приготовлены на программе. По мнению команды шоу, секрет популярности «Едим Дома», прежде всего, в искренности и энергии Юлии Высоцкой. Для многих людей она стала своеобразным проводником в гастрономию, научила не бояться экспериментировать и снова полюбить домашнюю кухню.

Фото PR НТВ

Огромные водоплавающие – киты

Много загадочного, непознанного и интересного связано с китами. 23 июля отмечают Всемирный день китов и дельфинов. Кстати, упоминание о китах есть даже в Библии (Книга Иова). Наша викторина – о китах, которых на планете существует 78 видов.



1 Длина тела этого кита может достигать 30 метров, а вес – 180 тонн. Сердце его можно сравнить с небольшим автомобилем, а звук его работы обнаружить с расстояния почти в три километра; по артериям этого кита может свободно плавать баскетбольный мяч. Как называют гиганта?

а) Кашалот. б) Синий кит. в) Белый кит.

2 В 2013 году появилось сообщение от группы учёных, наблюдавших за кашалотами. У побережья Чили стая китов «зависла» в вертикальном положении. Головы животных просто поднимались и опускались на поверхность. Как оказалось, киты...

а) ...ждали рождения детеныша. б) ...поддерживали раненого собрата. в) ...спали.

3 Герман Мелвилл написал свою историю о злопаятном ките, жаждущем отомстить китобоям. Его история основана на реальных событиях: в 1820 году кит-альбинос, покрытый ракушками и тянущимися за ним гарпунами и верёвками, атаковал и потопил английский корабль. Экипаж смог добраться до пустынного острова, и в живых остались немногие. Как называется роман Мелвилла?

а) «Левифан». б) «Моби Дик». в) «Китус».

СЕКРЕТ УСПЕХА

Работа в другом городе: за и против

Готовы ли вы переехать в другой город с целью получения хорошего предложения о работе? Взвешиваем за и против.



Молодым и несемейным

Для молодых специалистов, не обремененных семьей, переезд в другой город – шанс не только заявить о себе в профессиональном плане, но и вероятность устроить личную жизнь, пусть и не в родном городе. А вот работников, уже имеющих семью и детей, такой вопрос, скорее всего, заставит хорошенько задуматься. Если переезжать всей семьей, то слишком уж много придется решать сопутствующих задач: трудоустройство второй половины, организация учебы для детей, наличие возрастных родителей в родном городе... А если переезд предстоит без семьи, то вопросов придется решать не меньше, но других.

Временный вариант

Если вариант переезда рассматривать как временную меру для повышения уровня квалификации, то он вполне имеет право на существование. Главное – сразу определиться со сроком отсутствия и возможностью применить полученные знания и опыт в своем регионе. Важно также документально зафиксировать сроки отсутствия и факт вашего возвращения, чтобы о вас не «забыли» в самый ответственный момент.

Этого человека вы знаете всю жизнь, буквально с колыбели.

Вы смотрели на мир его глазами, вы получили одинаковое образование и такой же жизненный опыт – это вы сами. Так почему же в итоге вы не можете найти с этим человеком общий язык? Как будто внутри живут двое, которые все время спорят: «Нужно ли искать работу лучше или можно довольствоваться текущей?», «Потратить все накопления на отпуск и отдохнуть как следует или остаться дома, зато сохранить деньги?», «Промолчать в ответ на хамство или ответить тем же?». Вариантов много, только компромисса нет и нет... Что делать?

Как помириться с собой?



На заметку

Тренинги для себя

Чтобы научиться прислушиваться к себе, можно использовать следующие методики:

● **10 желаний.** Каждое утро записывайте на листке 10 самых простых и выполнимых желаний и вычеркивайте их по мере исполнения (погладить кошку, выпить чашечку чая в тишине, прочитать 10 страниц любимой книги и т. д.). Главное, чтобы вы действительно этого хотели.

● **Не как всегда.** Откажитесь на один вечер от привычных ритуалов. Что вы делаете обычно? Приходите, переодеваетесь в домашнюю одежду, моете руки, готовите ужин. Попробуйте заменить эти действия чем-то другим. Сходите на прогулку или включите любимую музыку и потанцуйте. Главное – сбить с толку мозг и заставить его оценить возможности по-новому.

Признать проблему

Состояние неопределенности может быть совершенно невыносимым и доходить до абсурда. Бывает, что даже в простой бытовой ситуации человек не в состоянии решить, что сделать. Например, какой кофе заказать в кофейне. С одной стороны, хочется чего-то привычного – капучино, например. Или попробовать что-то новенькое? Кофе со льдом и апельсиновым соком? Даже сделав выбор, человек, который потерял связь с самим собой, останется недоволен. Вместо того, чтобы насладиться напитком, он будет сожалеть, что не выбрал альтернативный вариант. Подобные метания скажутся губительно и на психике, и на физическом состоянии, потому что перманентный стресс приводит к спазму сосудов и развитию психосоматических заболеваний.

Первый шаг к избавлению от проблемы – ее признание. Нужно попытаться взглянуть на свою жизнь как бы со стороны и понять, что раздразнит с самим собой сильно портит вам жизнь.

Слушать и слышать

...свои желания – не такое уж простое занятие для того, кто не делал этого в течение долгого времени. Вспомните героиню Джулии Робертс из мелодрамы «Сбежавшая невеста». Она была в таком диссонансе с собой, что даже не знала, какое блюдо из яиц нравится ей больше остальных. Стремление подстраиваться под других, заложенное еще в детстве, может сослужить плохую службу.

Так что же теперь, вообще не принимать во внимание мнения и желания окружающих? Конечно, нет! Просто нужно признать тот факт, что ваши желания не менее важны и значимы, чем чужие. Поэтому в хоре чужих хотелок важно научиться слышать и свои собственные.

С чего начать?

С того, чтобы не слушать чужие советы и принимать ответственность за решения на себя. Конечно, проще всего взять с собой за покупками маму или подругу и полностью положиться на их мнение. Или поддаться на уговоры консультанта в магазине, потому что неудобно ничего не купить, он же на вас столько времени потратил! А потом не носить купленную одежду, потому что вам-то она не нравится.

Правильнее будет сознательно выработать навык принятия решения. Выделите полдня, чтобы не спеша ходить по магазинам и примерять разные вещи, ничего не покупая. Постепенно вы начнете понимать, в чем вы себе нравитесь, в чем чувствуете себя комфортно, какие цвета и фасоны вас радуют и украшают. Работа непростая, но очень нужная!

А что подумают люди?

Ох уж этот с детства знакомый стереотип! И если на мысли и мнения посторонних людей более или менее наплевать, то с близкими не все так просто. А вдруг мама обидится, что я не прислушиваюсь к ее мнению? Или муж перестанет считать меня хорошей, если я сделаю не так, как он хочет? На самом деле замалчивание недовольства и бесконечные уступки ни к чему хорошему не приведут. Психологи уверены: по-настоящему крепкие отношения выстраиваются через преодоление конфликтов и умение принимать решения, которые удовлетворят всех. Так что разогласия – именно тот путь, который может привести к счастью, не стоит их бояться. Лучше смело идти им – и в конечном итоге себе – навстречу.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Радуга под Луной

Оказывается, радуго можно наблюдать не только днём, но и ночью. Для этого нужно, чтобы прошел дождь, облака быстро рассеялись, и показалась Луна. Из-за того, что света недостаточно, дуга выглядит белой. Но если сделать снимок на фотоаппарат с длинной выдержкой, станут видны все обычные радужные цвета.



Полосатая семейка

А знаете ли вы, что зебра – не единственное копытное животное с необычным узнаваемым окрасом? Существуют еще и ее интересные родственники. Они называются зеброидами. Это помесь зебры с другими животными – лошадью, ослом или пони. Обычно они получаются фигурой похожими на обычное копытное, а расцветкой – частично на зебру. То есть голова полосатая, а ноги одноцветные, или наоборот.



Стирка как развлечение

Как выглядели советские стиральные машины? Чаще всего это были агрегаты, в которые нужно было сверху загрузить белье, залить воду в барабан и включить режим стирки. Однако в 1981 году завод «Вятка» начал выпускать машинки с фронтальной загрузкой и круглой дверцей, которые сами стирали и отжимали белье. Счастливые обладатели таких агрегатов собирались всей семьей посмотреть на этот увлекательный процесс.



Доброта – это здорово

В 2010 году учёными были проведены интересные исследования в области психологии. В результате было выявлено, что совершение добрых дел снижает уровень стресса у людей и поднимает им настроение. Данные исследования подтвердили гипотезу, что альтруизм напрямую связан с биологическими факторами, а не только лишь с социальными.

Светлана СИДОРЧУК



«Более 10 лет я страдала от артроза, суставы болели так сильно, словно их кто-то выкручивал. А последний год боли стали нестерпимыми. Ночью я, если и спала, то урывками, ровно столько, сколько позволяла боль. Я думала, что испробовала всё. Но недавно внучка подарила мне совершенно новое средство от боли.

Если честно, сразу я в него не поверила. И как оказалось — напрасно. Применила в качестве опыта к колену, а через несколько минут чувствую — немного полегче стало. И пока смотрела телевизор, даже не заметила, — а боль-то прошла! И долго не возвращалась. Тогда как от моих таблеток легчало лишь на час. А потом ещё и желудок болел.

Прошло две недели, и я уже не представляю, как жила без этого средства. Кажется, впервые в жизни я по-настоящему выспалась. А вчера вечером дала соседке на пробу. Так она теперь отдавать не хочет!

Многие мои сверстники, те, кому за 70, знать не знают, что можно вот так. Быстро и без вреда для здоровья унять боль. Хочу, чтобы и они узнали об этом эффективном способе от боли.

СВОБОДА ОТ БОЛИ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ БЫСТРО, НАДЁЖНО, ЭФФЕКТИВНО!

Такое письмо пришло в нашу редакцию. Нам стало интересно, что это за средство. И действительно ли оно так быстро помогает при болях?

СПЕЦИАЛИСТ ПО СНЯТИЮ БОЛИ

Мы изучили вопрос, и оказывается, у нас в России есть устройство от боли. О котором ещё мало кто знает; но те, кто попробовал, в полном восторге. Что же это за средство? Это противоболевая аппарат нового поколения. Можно сказать, что он является настоящим специалистом по снятию боли. Имя его — SELFDOCS MOVER («Селфдокс Мувер»).

Хотя он пока мало известен в России, мы уверены, что вскоре «Мувер» не только покориет страну, но и завоеует весь мир.

А всё потому, что в его основу заложен эффективный метод физиотерапии — динамическая электронейростимуляция (ДЭНС).

Раньше такие процедуры проводились лишь в дорогих клиниках. И были «по карману» только ограниченному кругу людей.

Но уже сегодня, благодаря созданию «Мувера», этот передовой способ борьбы с болью доступен каждому, кто в нём нуждается!

ЖИЗНЬ БЕЗ БОЛИ С «МУВЕРОМ»

Как работает «Мувер» и за счёт чего достигается положительный результат? Электрические импульсы «Мувера», не повреждая кожу, проникают в самый очаг нашей боли. И через нервные окончания дают мозгу команду блокировать боль. И что же дальше? А дальше самое интересное.

Мозг подчиняется, выполняет команду «Мувера» и отключает боль! Почему же он так охотно следует приказу извне?

Всё дело в том, что электрические импульсы «Мувера» настолько близки к сигналам нервных клеток (нейроподобные), что мозг воспринимает их как свои собственные.

Это можно сравнить с перехватом и подменной доставкой из одного штаба в другой.

То есть «Мувер» заменяет одни «сообщения» на другие и как умелый переговорщик восстанавливает мир и покой во всём организме.

Что мы при этом чувствуем? Наступает облегчение, пульс приходит в норму, а дыхание становится ровным. Боль начинает постепенно отступать. И так до тех пор, пока от неё не останется и следа. И что очень важно, «Мувер» способен не только быстро, эффективно, но и надолго избавить нас от боли.

ОН СОЗДАН, ЧТОБЫ ПОМОЧЬ ВСЕМ

Направившись вопрос: а поможет ли «Мувер» именно мне? И на него уже есть ответ!

Посмотрите, что говорят врачи: к концу лечения ДЭНС (принцип действия «Мувера») у большинства больных купировался болевой синдром, восстанавливалось движение в полном объеме, улучшалось общее состояние, повышалась физическая работоспособность.

Значительное улучшение и клиническая ремиссия достигнута в 91,9-95,8% случаев. Это обычные люди, такие как мы. Им помогло, значит, поможет и нам.

Только подумайте, как изменится Ваша жизнь с «Мувером». Боль больше не будет руководить Вашей жизнью! Вы будете сами планировать, как провести свободное время. Навести внуков или просто погулять по улице. Без ограничений, без боли и страданий! Что может быть лучше?

ПРОСТОТА В ПРИМЕНЕНИИ «МУВЕРА»

Если Вы думаете: смогу ли я правильно пользоваться этим аппаратом? То спешим успокоить. Всё очень просто, ошибиться невозможно, ведь в нём нет ничего лишнего. Не нужно никаких сложных действий. Чтобы избавиться от боли, возьмите в руки это компактное устройство, разместите его на больном месте, нажмите кнопку — и всё. Остальное «Мувер» делает сам.

С какими болями может справиться «Мувер»? Смотрите сами:

«1. Режим «Боль» применяют при острой и хронической боли, связанной с болезнями внутренних органов.

«2. Программу «Сильная боль» можно использовать при острой и хронической боли, вызванной заболеваниями и травмами опорно-двигательного аппарата.

То есть, с «Мувером» практически любую боль, будь то острую или хроническую, Вы сможете взять под свой контроль. Нет сил терпеть или просто хочется взять паузу?

Без проблем. Включите «Мувер», и он, как скорая помощь, придёт на выручку. Даже ждать не придётся! Одно нажатие, и «Мувер» готов к работе.

Только подумайте, он способен устранить практически любую боль! Им можно пользоваться не только дома, но и в любом другом месте. Держите «Мувер» под рукой и можете не бояться, что боль застигнет Вас врасплох.

ПОБЕДИТЬ БОЛЬ МОЖНО БЕЗ ПОСЛЕДСТВИЙ

Многим знакомо выражение: за всё нужно платить. И все знают, что у любого лекарства есть побочные эффекты.

Но когда дело касается боли, часто ли мы думаем о расплате? Убрать боль любой ценой, а дальше будь что будет. И в этот момент нам не важно, что страдает печень, почки, желудок или зрение. Ведь это будет потом, когда-то в далёком будущем. До которого ещё дожить нужно. А болит прямо здесь и сейчас! И хватит ли сил вытерпеть эти пытки ещё хоть один час?

А задуматься всё-таки стоит! Ведь речь идёт о нашей жизни. Продлить или укоротить её? Часто это не в нашей власти. Но иногда решение за нами.

Внимание!
Остерегайтесь подделок!

На упаковке оригинального аппарата имеется защитная голограмма



ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. 433507, г. Дмитровград, а/я 476. В письме укажите номер телефона. Оплата при получении. Стоимость доставки уточняйте у оператора. ООО «Поток» ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. АО НПК «КАТРЕН» ОГРН 1025403638875 Юридический адрес: 630559, Новосибирская область, рп. Кольцово, пр-кт Академика Сандахчиева, зд. 11. *Акция действует с 19.07.2023 г. по 19.08.2023 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

А за пятнадцать минут, на которые рассчитана программа, пройдёт практически любая боль.

И даже не придётся следить за временем, ведь «Мувер» по окончании процедуры отключается сам. Выбор за Вами!

И в отличие от лекарств и стандартной физиотерапии «Мувер» не вызывает привыкания. Не нужно повышать дозу или, наоборот, делать перерыв в применении.

Вы можете пользоваться им без ограничений. Как такое возможно? Секрет в том, что аппарат постоянно меняет частоты электрических импульсов. Организм просто не в состоянии запомнить их все.

«Мувер» каждый раз словно подбывает нужный переключатель к Вашей боли. Если не срабатывает один, он задействует другой. И так до тех пор, пока от боли не останется и следа.

НАГРАДЫ И ПРИЗНАНИЕ «МУВЕРА»

«Мувер» — это действительно виртуозный медицинский аппарат!

И хотя он появился недавно, его уже отметили на одном из ведущих конкурсов страны «Сто лучших товаров России».

Это не «китайский ширпотреб», который ломается через неделю. А наш, отечественный аппарат, с гарантией на 12 месяцев.

Ещё у «Мувера» есть декларация качества и защитная голограмма, которую невозможно подделать.

И он признан медицинским изделием и зарегистрирован в Федеральной службе по надзору в сфере здравоохранения. Что это значит? Он с честью прошёл все необходимые испытания. И его эффективность не вызывает сомнений.

Только представьте, как изменится наша жизнь с таким замечательным аппаратом. Можно сказать, что мы получаем в своё полное распоряжение специалиста по снятию боли. Он легко помещается в кармане и всегда готов прийти на помощь, чтобы убрать нашу боль!

СВОБОДА ОТ БОЛИ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

Если мы хотим безопасно и надолго снять боль, то нам просто необходим «Селфдокс Мувер». Ведь для этого он и создан. Теперь многие могут справиться с болью без вреда для здоровья.

В этом месяце действует специальная программа; те, кто страдает от боли, могут приобрести «Мувер» по льготной цене!

Количество аппаратов по акции ограничено! Стоит ли медлить? Всё, что нужно сделать, — просто позвонить по бесплатному номеру и заказать «Мувер». Подарите себе и своим близким жизнь без боли!

Получите **БЕСПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ** по номеру телефона:

8 (800) 333-28-68

НЕ ОТКЛАДЫВАЙТЕ ШАНС
ВЕРНУТЬ ЗДОРОВЬЕ НА ЗАВТРА!

ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ И АНОНИМНЫЙ!

Внимание! Количество физиотерапевтических аппаратов «МУВЕР» ограничено!
WWW.PRODEX.RU WWW.APTEKA.RU



ПРЕДЛАГАЕМ
для усиления эффекта
ТАРАКСФЛЕКС

УЗНАЙТЕ У ОПЕРАТОРА, КАК ПОЛУЧИТЬ
СРЕДСТВО ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ СУСТАВОВ
В ПОДАРОК!



БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Фильмом-победителем 18-го Международного кинофестиваля семейных и детских фильмов «В кругу семьи», прошедшего в Ярославле, безоговорочно стала картина режиссёра Ивана Шерстникова «Дорога к дому».

Представили зрителям новый фильм исполнители главных ролей, популярные актеры Егор Бероев и Ксения Алфёрова, сыгравшие в картине супружескую пару.

Обращение к человеку

Главное на фестивале – кино. На сей раз конкурсную программу представили восемь фильмов из разных стран мира: Беларусь, Индия, Италия, Иран, Мексика, Казахстан и, конечно, Россия... Было интересно узнать: о чем режиссеры снимают фильмы, какие темы их волнуют, на что собираются «подсадить» зрителя? И приятно удивило, что почти все картины, будь то «Дух Байкала» режиссера Михаила Расходникова, «С ног на голову» Луки Торнаторе или «Жизнь в тишине» Родриго Арнаса – обращены к человеку. Что режиссеров волнует не столько высокие технологии и новые цивилизации, сколько внимательное отношение к отдельной личности, будь то взрослый («Дорога к храму») или ребенок («Обучение Адемоки»)...

Жизнь, радость и любовь

Жюри фестиваля было традиционно интернациональное: артист, сценарист и продюсер из



Фёдор Добронравов и президент фестиваля «В кругу семьи» Александр Ковтунец.

«В кругу семьи»: здесь в сердце живёт любовь



Егора Бероева и Ксению Алфёрову зрители встретили громкими аплодисментами.

ДЕТАЛИ

Награды и победители

Закономерно, что Гран-при фестиваля был отдан картине «Дорога к дому». Остальные призы были распределены следующим образом:

- Приз зрительских симпатий получил фильм «Of love and wine/Любовь и вино» (Италия).
- В детской программе лучшим фильмом назван «Between the Cliffs/Между холмами» (Иран).
- Приз за лучший короткометражный фильм получила картина «Хочу туда» (реж. Наталья Омельченко).
- Приз за лучший дебютный фильм – кинолента «Пальто» (реж. Игорь Неведров).



Артём Ткаченко вышел на красную дорожку в отличном настроении.

Сербии Йован Маркович, кинорежиссер из Индии Прадип Курбах, отборщик фильмов для престижных кинофорумов мексиканец Рафаэл Марин... Неизменный председатель жюри – народный артист России Станислав Любшин, которому в этом году исполнилось 90 (!) лет, но он даст фору многим молодым: «Не приехать на этот фестиваль я не мог! Здесь жизнь, радость и любовь!»

Слово «любовь» звучало на протяжении всего кинофорума. В песне музыкальной группы «Мачете» (хедлайнера открытия фестиваля) есть слова, которые лейтмотивом прошли через весь кинофестиваль: «Главное, что в жизни есть любовь!» – Не надо летать в космос, чтобы ска-

зать миру что-то важное, – сказал по этому поводу композитор, автор песен, режиссер, лидер группы «Мачете» Ярослав Малый. – Достаточно снять двух влюбленных у реки, которые говорят друг другу самые главные слова...

Музыка кино

Не забыл Ярослав сказать о синтезе музыки и кино, вспомнив музыку из легендарных фильмов, которые произвели на него глубокое впечатление. При этом выделил картину Никиты Михалкова «Свой среди чужих, чужой среди своих», отметив музыку Эдуарда Артемьева: «Труба, которая звучит в конце фильма, навсегда в моем сердце».

Вообще, фестиваль – это творческая площадка для тех, кто хочет максимально погрузиться в мир кино. Как ни крути, а здесь показывают премьеры. И «капитан корабля» – президент фестиваля «В кругу семьи» Александр Ковтунец 18-й год подряд создает вокруг кинофорума свою историю, в основе которой всегда любовь.

Мы ищем таланты!

Эта любовь собрала огромное количество ярославцев на площади перед центральным входом в КЗЦ «Миллениум», чтобы увидеть знаменитую красную дорожку. В этот раз по ней прошли почти 100 человек! Фёдор Добронравов, Владимир Сычёв, Егор Бероев и Ксения Алфёрова, Егор и Дарья Корешковы, Андрей Чадов, Артём Ткаченко, Ольга Кабо, Алика Смехова, Маргарита Аброськина и многие другие. Эта дорожка стала лишь началом яркого праздника.

В несколько фестивальных дней вместилось столько программ, что искренне недоумеваешь: как это было возможно? Помимо основной курсной и детской программы, возобновлен показ короткого метра. По мнению президента Общенациональной программы «В кругу семьи» Александра Ковтуна, основная задача, которая возлагается на такие фильмы, – поиск и откры-

тие новых талантов в регионах России.

На фестивале как дома

Все дни кинопоказов залы были переполнены. Интерес зрителей понятен: такое не увидишь в интернете и не скачаешь с торрентов! Это эксклюзив. «Самое важное, что есть в этих фильмах, это человеческие отношения. Я был на многих кинофестивалях, но этот отличается тем, что я чувствую себя как дома. Здесь показывают ясные, красивые человеческие истории, и это вдохновляет!» – отметил член жюри из Индии режиссер Прадип Курбах. Другой неотъемлемой частью кинофестиваля стала Деловая программа. Тема этого года: «Семья – Верность. Чистота. Любовь». Ярославцы и гости столицы Золотого кольца прослушали интереснейшие лекции, поучаствовали в мастер-классах и тренингах, встретились с уникальными спикерами.

Наталья АНОХИНА

КСТАТИ

Всем спасибо!

Впервые в рамках кинофорума прошел теннисный турнир, где сразились в поединке гости фестиваля и жители Ярославля. Фестиваль представляли Александр Ковтунец и Андрей Караченцов – сын знаменитого артиста. В определенной степени он повторил путь отца. В свое время Николай Караченцов играл в теннис с президентом страны Борисом Ельциным, теперь его сын играет с президентом – в данном случае, фестиваля. Правда, призовое место пришлось уступить семейной паре из Ярославля, которая боролась до последнего. Безусловно, без поддержки партнеров организовать такое мероприятие было бы не под силу. И здесь отдельное спасибо Госкорпорации «Ростех», что не оставляет фестиваль без своей помощи. Так что снова вспоминаются слова Ярослава Малого, который сказал, что «благодарность – это точка входа. Если человек счастлив, он благодарен Вселенной, миру, давлению, и непременно хочет сделать счастливыми всех остальных». Кинофестивалю «В кругу семьи» это удалось сполна! Здесь все как дома.



Среди почетных гостей фестиваля – актриса Ольга Кабо.

Всем хороши погожие летние денёчки: можно хоть каждый день проводить на пляже, вдоволь купаться и загорать.

Однако и в этой бочке меда есть ложка дегтя, ведь яркое солнце и жара таит много опасностей для нашего здоровья. Поговорим сегодня об этом. Никогда не следует забывать, что солнце коварно: с одной стороны, его яркие лучи способствуют выработке в нашем организме жизненно необходимого нам витамина D, а с другой – повышают риск возникновения меланомы (рака кожи). Кроме того, УФ-излучение, которое тем сильнее, чем ярче солнечный свет, самым негативным образом воздействует на органы зрения, вплоть до повреждения сетчатки. Поэтому находиться на солнце следует только в солнцезащитных очках.

Ожоги

Как мы уже упомянули, излишнее пребывание на солнце повышает риск развития меланомы. Кроме этого, воздействие УФ-лучей провоцирует раннее старение кожи, а также подрывает ее иммунитет, провоцируя тем самым развитие различных кожных заболеваний – например, герпеса.

Ну и конечно, пребывание на солнце чревато ожогами, которые в лучшем случае оборачиваются временным покраснением кожи, а в худшем – могут стать серьезными гноящимися ранами, причиняю-

Чем опасны солнце и жара

Первая помощь при тепловом и солнечном ударе:

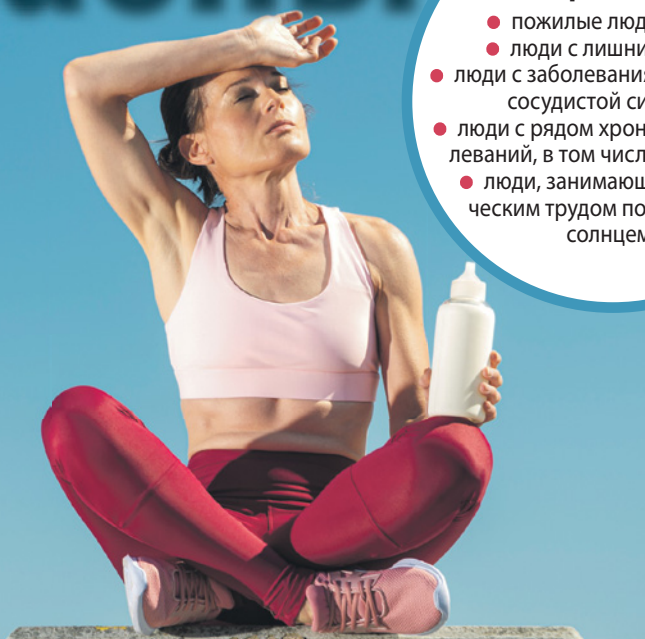
- переместить человека в тень;
- ослабить стягивающие одежды (расстегнуть пуговицы, ремень и т.д.);
- положить холод на голову, под мышки, в область паха;
- включить вентилятор или использовать подручные средства (журнал, газету и т.п.) как опахала;
- напоить водой (негазированной), сладким чаем и т.п. Даже если человек не выглядит совсем уж плохо, необходимо вызвать скорую помощь или доставить его в приемный покой ближайшей больницы. Только врач может определить, нуждается ли пострадавший в дальнейшей медицинской помощи.

щими реальными страданиями. Во избежание солнечных ожогов для защиты открытых участков тела необходимо использовать кремы с УФ-фильтрами.

Обезвоживание

Одна из главных угроз для организма в жаркую погоду – обезвоживание. Это только кажется, что устраняется оно легко: выпил воды – и все прошло. Дело в том, что в некоторых случаях организм не сразу

подает сигнал о том, что ему не хватает жидкости, то есть не возникает жажды. В результате организм не успевает наверстать упущенное, что чревато большими проблемами. И тут важно подчеркнуть, что отсутствие чувства жажды в процессе обезвоживания чаще всего встречается у пожилых людей.



Группы риска:

- пожилые люди и дети;
- люди с лишним весом;
- люди с заболеваниями сердечно-сосудистой системы;
- люди с рядом хронических заболеваний, в том числе диабетики;
- люди, занимающиеся физическим трудом под палящим солнцем.

Тепловой удар – это результат перегрева организма в целом. Тепловой удар может случиться не только из-за продолжительного нахождения на жаре, но и, например, в душном помещении при повышенной температуре воздуха. Кроме того, тепловой удар может спровоцировать неподходящая одежда – например, плотная синтетика, не пропускающая воздух и влагу. Поэтому для снижения риска теплового удара в жару необходимо надевать легкую просторную одежду, и лучше из натуральных материалов.

И солнечный, и тепловой удары опасны критичным сбоем терморегуляции организма. Его способность самоохладиться с помощью потоотделения резко снижается, и в результате у человека стремительно поднимается температура, что может быть чревато самыми печальными последствиями.

Будьте здоровы!

Наслаждаясь солнышком, не забывайте позаботиться о себе, о своем организме, о здоровье. Проявляйте осторожность, и даже самое жаркое лето не принесет вам никаких неприятностей. И помните, что здоровье надо беречь не только тогда, когда принимаем таблетки, купленные по рецепту, но и каждый-каждый день. Будьте здоровы!

Светлана ИВАНОВА

Поэтому в жаркие дни необходимо пить много воды, даже если пить совсем не хочется. В особенно жаркие дни лучше всего начинать пить воду еще до выхода из дома. Ну и конечно, вода всегда должна быть с собой. В случае активного движения на жаре (например,

занятий спортом) следует выпивать по полстакана воды каждые 15-20 минут.

Тепловой и солнечный удары

Не менее опасны солнечный и тепловой удары. Солнечный удар происходит при воздействии солнечных лучей на незащищенную голову.

В результате расширяются сосуды мозга, кровь в них начинает застаиваться, нарушается механизм потоотделения.

Симптомы перегрева организма:

- учащенное сердцебиение;
- усталость, мышечная слабость, спазмы;
- внезапная головная боль;
- головокружение, помутнение в глазах, обморок;
- тошнота, позывы на рвоту;
- быстрое повышение температуры тела без потоотделения.

ПРОБЛЕМЫ С КИШЕЧНИКОМ – ВАШ ОРГАНИЗМ ОТРАВЛЕН! СИВИДАЛ ПОМОЖЕТ ВЕРНУТЬ РЕГУЛЯРНЫЙ СТУЛ И ОЧИСТИТЬ КРОВЬ!

Миллионы людей каждый день мучаются запорами. Но мало кто знает, насколько это опасно для здоровья! Представьте, массы переваренной пищи не могут покинуть кишечник, скапливаются, твердеют и начинают растягивать и повреждать нежную слизистую кишечника. Клетки слизистой не выдерживают и рвутся, появляются «кишечные дыры». В результате накопившиеся в кишечнике гнилостные токсины и шлаки попадают прямо в кровь, стремительно разносятся по всему организму и жизненно важным органам: сердцу, печени, почкам, мозгу. Появляется тревожность, бессонни-

ца, давление, дискомфорт в суставах, тяжесть в голове. Вот к чему может привести отсутствие ежедневного стула! И это только начало.

Для прекращения самоотравления организма необходимо раз и навсегда восстановить регулярность стула, избавиться от «кишечных дыр» и очистить кровь! И это под силу натуральному гелю Сивидал!

Сивидал – это российский продукт из дикой водоросли ламинарии Охотского моря, который создали российские ученые в наукограде Пущино по уникальной запатенто-

ванной технологии кавитации (патент РФ RU 2384342). Живые микромолекулы Сивидала оказывают и местное, и системное действие на клеточном уровне! Благодаря гелевой форме они бережно и мягко проходят по кишечнику, собирая и выводя все скопившиеся шлаки и токсины, выстилают стенки кишечника защитной микропленкой и способствуют заживлению поврежденных. Одновременно с этим микромолекулы Сивидала способствуют очищению крови и сосудов от токсинов, ядов и т.п., помогая предотвратить различные осложнения. Быстро, просто и безопасно!



+ 1 банка Сивидала **БЕСПЛАТНО*** при покупке в течение 7 дней

Звоните по бесплатному номеру!

Код Вашего подарка «СРОЧНАЯ ПОМОЩЬ»

8 (800) 100-55-60

2 проблемы
решение 1

* При покупке 5 банок и более. Не является БАД. Не является лекарственным средством. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 121770093159, г. Москва, Петровско-Разумовский проезд, д. 29, стр. 4, помещение I, комната 28. СГР № RU.77.99.19.004.E.004350.10.18 от 01.10.2018 г. Акция действует с 01.07.2023 по 01.03.2024 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел.: 8 (800) 100-55-60.

Реклама.

Если попросить любого человека назвать самый важный орган его тела, большинство ответит, не задумываясь: сердце.

Кто-то назовет легкие, без которых невозможно дышать. Но вряд ли хоть кто-нибудь вспомнит о печени. И напрасно, ведь именно печень играет в нашем организме поистине огромную роль.


Сколько весит печень

Печень – это орган клиновидной формы красновато-коричневого цвета, состоящий из четырех лепестков. Располагается этот орган на правой стороне тела чуть ниже ребер. Объем печени взрослого человека сходен с объемом футбольного мяча – это второй по величине (после кожи) орган человеческого тела. Печень – самая большая железа нашего организма, весит она от 1,5 до 2 кг.

Всегда, в каждый момент времени, в печени находится не менее 10 % всей нашей крови, которую она усердно фильтрует с поистине олимпийской скоростью: 1400 мл в минуту. В сутки через печень проходит до 2000 литров крови.

Выполняет множество функций

Однако думать, что печень только фильтрует кровь, неправильно. На самом деле она выполняет более 500 различных функций! Среди них: раз-

Экзамен по анатомии.
Студент:
 – Печёнка состоит из...
Профессор:
 – Не печёнка, а печень, давайте лучше о селезёнке расскажем.
 – Селезень состоит из...


Кстати Двойная жизнь печени

В нашем организме есть органы, которые выполняют определенную функцию (сердце перекачивает кровь, желудок переваривает пищу, легкие наполняют кровь кислородом и т.д.), и железы, которые вырабатывают определенные вещества. Печень же является одновременно и органом, выполняющим множество функций, и железой, вырабатывающей желчь.



Подробности Волшебная регенерация

Одной из самых известных особенностей печени является ее способность к регенерации. Ни один другой орган нашего тела на такое просто не способен. Возможно, именно поэтому древние греки считали печень главным органом и были буквально очарованы ею. Вспомним древнегреческий миф о том, как Зевс наказал Прометея, укравшего на Олимпе огонь и подарившего его людям. Прометей был прикован к высокой скале, куда каждый день прилетал орел и выклевывал его печень. Наказание было вечным, потому что за ночь печень Прометея вырастала вновь.

кишечник. То есть печень практически напрямую участвует в процессе пищеварения.

Тонкая настройка

Некоторые медикаменты без участия печени были бы опасно токсичны для нашего организма, а некоторые – совершенно бесполезны.

Например, есть лекарства, которые поступают в организм в неактивной форме, и если бы ни печень, никакого толку от них не было бы. Именно печень перерабатывает их таким образом, что лекарство приобретает активную форму, обеспечивая терапевтический эффект.

А есть другие лекарства, чрезвычайно токсичные, которые в большой дозировке могут отравить организм, а в малой – помогают бороться с болезнью. Без участия печени большинство подобных медицинских средств было бы нам недоступно.

К какому врачу обращаться

В первую очередь надо посетить терапевта, который проведет диагностику. Назначить лечение после тщательного осмотра и исследований может врач – гепатолог или гастроэнтеролог.

Светлана ИВАНОВА

Здоровая печень: ключик к благополучию организма

рушение и удаление старых клеток организма, производство белков для свертывания крови, хранение витаминов, минералов и некоторых других веществ.

Например, в печени содержится большой запас (более половины всего объема) белых кровяных телец – макрофагов. Макрофаги – это «боевая дружина» нашего

организма, их основное занятие – уничтожение патогенной микрофлоры, проникшей в кровь. Поэтому в борьбе с любой инфекцией печень играет одну из главных, если не решающую роль.

Кроме того, печень успешно удаляет из крови разнообразные токсины, среди них, например, алкоголь.

Одна из основных функций печени – извлечение энергии из пищи, которую мы едим. То есть не совсем энергии, а глюкозы, способной обеспечивать наш организм энергией.

Дословно Печень и мозг – лучшие друзья

Основной источник энергии для нашего мозга – глюкоза. Без своевременного поступления глюкозы мозг не способен работать нормально и даже может погибнуть. Но печень стоит на страже интересов мозга и в случае недостатка глюкозы быстро его восполняет. Кроме того, очищая кровь от токсинов, печень защищает мозг от больших проблем.

Печень извлекает глюкозу из продуктов, богатых углеводами, и хранит ее про запас в виде гликогена. В экстренных случаях гликоген быстро преобразовывается печенью обратно в глюкозу и выдает-ся организму.

Помимо этого, печень вырабатывает желчь, необходимую для расщепления и поглощения жиров. Образовавшаяся в печени желчь сначала через маленькие протоки, а затем через главный желчный проток выводится в

ТРАДИЦИОННЫЕ ЯПОНСКИЕ ГОЛОВОЛОМКИ
100 САМУРАЕВ
 ЯПОНСКИЕ СКАНВОРДЫ
 №7 2023
 ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ!
СЕКРЕТЫ ЯПОНСКОГО ЧАЯ
 стр. 50
 16+

ТРЕНИРУЕМ ПАМЯТЬ, ДЕРЖИМ РАЗУМ В ТОНУСЕ!
 Домашний журнал СВ
 №4 7/2023
БОЛЕЕ 200 ЗАДАНИЙ
СКАНВОРДЫ
 ГОЛОВОЛОМКИ • КРОССВОРДЫ • АНЕКДОТЫ
Наш размер
 Головоломки в каждом номере!
 12+

БОЛЬШИЕ КЛЕТКИ
НАШ СКАНВОРД
 ГВОЗДЬ НОМЕРА!
 НИИНОСТОРЯ
 ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ!
 Путешествуем по России
Наше КИНО
 история создания фильма
 «Соль стариков и одна девушка»
 стр. 52
 16+

В ПРОДАЖЕ С 21 ИЮЛЯ.
 СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ,
 СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ
 ОТДЕЛЕНИЯХ
 ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ
 ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

OZON
 ozon.ru¹

WILDBERRIES
 wildberries.ru²



На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование: Журнал 100 Самураев, Наш сканворд КАРДОС или Наш размер КАРДОС

¹ ООО «Интернет решения». 123112, г. Москва, Пресненская наб., д. 10, эт. 41, пом. I, комн. 6. ОГРН 1027739244741. ² ООО «Вайлдберриз». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр. 1. ОГРН 1067746062449

Реклама

...Я бежала по тёмному лесу, спотыкаясь и цепляясь за кривые ветки.

Еще немного, и он меня настигнет. Впереди увидела спасительную полоску света. Только бы успеть добежать, только бы успеть! На пути вырос огромный колючий куст. Стараясь не зацепиться, стала пробираться сквозь него. Я почти выбралась, но тут правая нога предательски провалилась в ложбинку между корнями. Тело стало оседать. Последнее, что запомнила: его торжествующий взгляд и усмешка победителя. Я закричала...

– Света, очнись, все в порядке, ты дома, в безопасности, – муж тряс меня за плечи.

Я с трудом выходила из кошмарного сна, который преследовал меня уже много лет. Еще не совсем понимая, где сон, а где реальность, я встала с кровати.

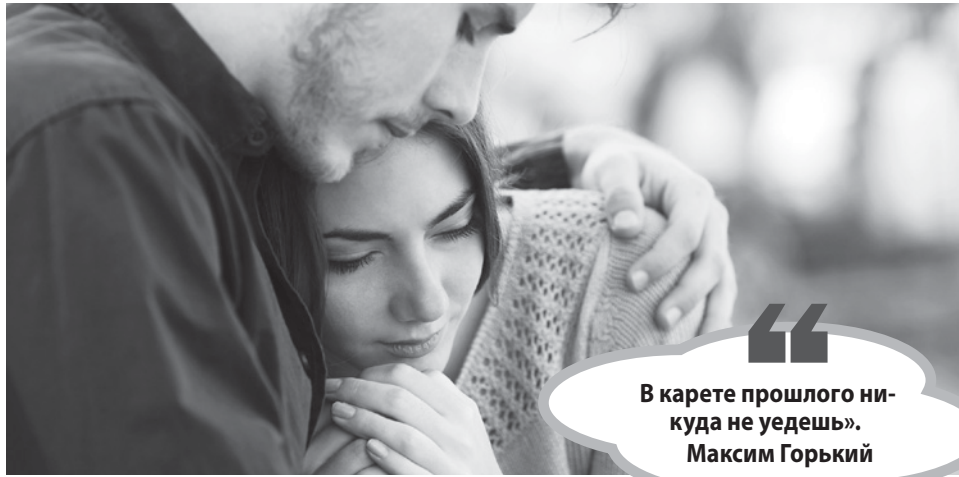
– С этим надо что-то делать, – взволнованно сказал Антон. – Я боюсь за твое эмоциональное состояние. В конце концов прошло уже достаточно времени, и его больше нет! У нас все хорошо, милая.

Голова раскалывалась. Закинув шипучку в воду, подождала, пока она растворится, и залпом выпила содержимое бокала. Теперь – под холодный душ. Струи воды обволакивали тело, и я снова пыталась смыть тот кошмар, в который меня погружали воспоминания.

Когда деревья были большими

До 12 лет в моей жизни было сплошное счастье. Но это я осознала уже потом, когда попала в детский дом. Отца я не видела никогда, его заменил мне дедушка, которого я часто называла папой, повторяя за матерью. Мы жили троим в небольшом част-

Долгий путь домой



«В карете прошлого никуда не уедешь».
Максим Горький

ном доме на окраине города. У мамы была хорошая работа с достойной оплатой труда, дед (отставной военный) получал приличную пенсию – так что семья наша жила в достатке.

Меня считали немного странной. Все окружающие предметы я представляла живыми, с душой и мыслями. Разговаривала с ними и слышала, как они мне отвечают. Я никогда не скучала и не страдала от одиночества – вокруг меня всегда были мои придуманные друзья.

В тот злополучный день я рано прибежала из школы – заболела математикой. А так как ее урок был последним, нас отпустили домой.

Дедушка уже третьи сутки был прикован к постели очередным приступом хронического радикулита.

– Надо в магазин сходить, продукты заканчиваются, а спина моя никак слушаться не хочет, – вздыхал дед. – Так что вся надежда на тебя, Светик.

– Ага! Только поиграю немного и сбегаю.

Я поднялась на чердак. Это было мое любимое место в доме, мой мир и мое убежище. Здесь всегда ме-

ня ждали друзья. Время останавливалось, и я проваливалась в другой мир.

Крик услышала не сразу. Сначала был просто непонятный шум, потом звуки падающей мебели, бьющейся посуды. Я прижалась к стене, боясь спуститься. Когда прошло первое оцепенение, тихо стала сползать по лестнице.

Уравнение с неизвестными

Дедушка лежал на диване. Огромное красное пятно медленно расползлось по подушке. Я стала кричать, но вместо крика из груди вырывался хрип. Я побежала к двери, но от сильного удара по лицу упала и потеряла сознание.

Не знаю, сколько прошло времени, но, когда я очнулась, было уже темно. Меня заперли в каком-то старом сарае. Руки и ноги были связаны крепкими узлами, но я знала, что смогу освободиться. У нас с дедом была любимая игра – развязывать узлы любой сложности. Тогда я поняла, для чего мне было дано это умение. Я вы-

бралась из плена через несколько часов и побежала. В никуда, только бы подальше от этого страшного места.

Через два дня в лесу меня, полуживую, нашел местный лесничий. На все вопросы я только мотала головой и мычала – сильнейший стресс забрал мой голос. Уже в больнице я узнала страшные новости: наш дом сгорел, дедушка погиб, мама с сердечным приступом лежит в реанимации. Мамы не стало через неделю. Меня перевели в другую больницу, но лечение положительных результатов не дало. Вскоре с диагнозом «психогенный мутизм» меня отправили в специнтернат, а дело тихо закрыли.

Никому и никогда не пожелаю пережить то, что пережила я. Когда ты лишен возможности полноценно жить и развиваться, то радуешься простым мелочам, например, солнышку за окном. Я жила книгами, погружаясь в другой мир и тем самым спасаясь от постоянно крадущегося за мной страха. Почти каждую ночь снились глаза одного из того же человека.

Привет из прошлого

Прошло несколько лет, я более-менее приспособилась к своей новой жизни. У меня появились друзья, с которыми я общалась жестами. Самым лучшим и верным товарищем стал Антон, мой будущий муж.

И вот однажды во время прогулки я почувствовала чей-то взгляд: у дерева с другой стороны забора нашего интерната стоял мужчина в темной куртке и, не отрываясь, пристально смотрел на меня. Я узнала его мгновенно и не могла пошевелиться от ужаса. Это был он, тот самый человек из моего кошмара.

– Ты что застыла? – крикнул Антон, бросая мне мяч. – Привидение померещилось?

Увидев мое выражение лица, он встревожился: – Да что случилось? Чего ты так испугалась?

Я мотала головой и плакала навзрыд. Чуть притупившаяся боль резанула с новой силой. Меня нашли, чтобы избавиться от ненужного свидетеля навсегда. Ведь так и не смогла я описать полицейским того человека, а возиться с больным ребенком-сиротой никто не захотел.

Той же ночью решила бежать, мне было все равно, куда – знала, что он обязательно вернется за мной. Антон как-то рассказал про потайную калитку, которая с виду была просто частью забора. Через нее можно было незаметно выбраться с закрытой территории. Я

побежала к выходу. Дверца поддалась не сразу, ее жуткий скрип, казалось, разнесся по всей округе. Я была будто между двух миров, сердце выпрыгивало от предчувствия чего-то неизбежного. Притворив калитку, стала всматриваться в темноту.

Внезапно горло сдавила стальная хватка. Уже теряя сознание, вдруг услышала какой-то нереальный пронзительный звук, и хватка ослабла. Как в тумане увидела сплетенные два силуэта – большой и маленький, и сверкнувший холодный блеск стали. В следующую секунду раздался громкий отчаянный крик о помощи. Я не сразу поняла, что кричала сама...

...Его арестовали, в этот раз помощь подоспела вовремя, а спасший меня Антон отделался легкими царапинами.

Время платья цвета фуксии

Мы стараемся не вспоминать с мужем эту историю. Наше настоящее задвинуло прошлое в дальний угол. Я снова ощущаю энергию жизни, почти забывшись от страха. И вот уже звон колокольчиков становится все чище и сильнее, наполняя меня гармонией и любовью. Я обязательно получу от жизни все, что захочу, а возможно, и еще больше. А приготовленный с вечера серый костюм я повесила обратно в шкаф. Пришло время платья цвета фуксии!

СВЕТЛАНА

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

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

ПЕРВЫЙ



22.00 «МИССИЯ «АМЕТИСТ». (16+)

05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «АнтиФейк». (16+)
10.00 «Жить здорово!». (16+)
10.50 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
16.50 18.30 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.55 «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «МИССИЯ «АМЕТИСТ». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 Подкаст.Лаб. (16+)
03.00 Новости

РОССИЯ 1



14.55 «ГРОЗНЫЙ». (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 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «ГРОЗНЫЙ». (16+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «СЧАСТЬЕ НЕ ЗА ГОРАМИ». (16+)
Наркокурью удаётся обвести преследующих его Александра и Ольгу. Таким образом они упускают уже вторую поставку наркотиков. Александр продолжает скрывать своего сына Ромку от семьи...
23.30 «ТИХИЙ ДОН». (12+)
01.05 «РАЯ ЗНАЕТ ВСЁ!» (12+)
02.50 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)

НТВ



16.45 «ЗИМОРОДОК». (16+)

05.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
16.00 «Сегодня»
16.45 «ЗИМОРОДОК». (16+)
Несмотря на то, что Ферит выступает против нового предложения о работе для Сейран, она продолжает бороться за желаемое...
19.00 «Сегодня»
20.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
00.20 «Основано на реальных событиях». (16+)
01.20 «ДИКИЙ». (16+)

СТС



08.45 «ПОЕЗДКА В АМЕРИКУ». (0+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.30 «Простоквашино». (0+)
07.15 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
07.45 Взрослым не понять. (12+)
08.45 «ПОЕЗДКА В АМЕРИКУ». (0+)
11.05 «БЕЛЛА И СЕБАСТЬЯН». (6+)
13.05 «БЕЛЛА И СЕБАСТЬЯН: ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПРОДОЛЖАЮТСЯ». (6+)
15.05 «БЕЛЛА И СЕБАСТЬЯН: ДРУЗЬЯ НАВЕК». (6+)
16.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
20.00 «НЯНЬКИ». (12+)
21.55 «НА ГРАНИ». (16+)
23.55 «МЕДАЛЬОН». (16+)
01.45 «РЕГБИ». (16+)
04.00 «6 кадров». (16+)
05.10 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



20.00 «БЭБИ-ТУР». (16+)

07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
09.00 «Однажды в России». (16+)
20.00 «БЭБИ-ТУР». (16+)
Подруги едут на поезде в Москву. Возле здания, в котором находится офис агентства бэби-тур, их встречает незнакомая женщина...
21.00 «СЕРГИЙ ПРОТИВ НЕЧИСТИ». (16+)
22.00 «ГОГОЛЬ: НАЧАЛО». (16+)
00.15 «ТЕРРИТОРИЯ». (16+)
19-летний Егор Чудинов отправляется на поиски родителей, которые пропали во время этнографической экспедиции по Пермскому краю. Вместе со своим дядей Николаем и двумя случайными попутчиками...
02.05 «Такое кино!». (16+)
02.25 «Импровизация. Команды». (16+)
04.25 Студия «Союз». (16+)
06.00 «Импровизация». (16+)

РЕН



20.00 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (16+)

05.00 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрим утром!». (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 03.00 «Тайны Чапмана». (16+)
20.00 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (16+)
22.00 «Водить по-русски». (16+)
23.30 «Документальный спецпроект». (16+)
00.30 «ОВЕРДРАЙВ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА
05.00 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
06.20 Пятница News. (16+)
06.50 На ножах. (16+)
08.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)
10.00 Зовите шефа. (16+)
11.50 Адская кухня. (16+)
14.00 На ножах. (16+)
18.10 Черный список. (16+)
23.30 «Перевал Дятлова». (16+)
00.00 «СЕДЬМАЯ ПЕЧАТЬ». (16+)
01.40 Пятница News. (16+)
02.00 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
03.30 На ножах. Отели. (16+)

ЧЕ!
06.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
Подборка топовых видеороликов - самое невероятное, что могло произойти на дороге с водителем или пешеходом.
07.30 Дорожные войны. (16+)
09.10 Улётное видео. (16+)
10.30 «СОЛДАТЫ-13». (12+)
16.30 Улётное видео. (16+)
20.00 Решала. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.00 Опасные связи. (16+)
02.45 Решала. (16+)
05.10 Идеальный ужин. (16+)

ОТР
06.00 «Утро вместе». (12+)
10.12 11.27 22.35 23.20 «МАРЬИНА РОЩА-2». (12+)
12.16 «Книжные аллеи. Адреса и строки». (12+)
12.45 «Новости Совета Федерации». (12+)
15.12 «ТРИЖДЫ О ЛЮБВИ». (12+)
16.45 «Конструкторы будущего». (12+)
17.00 «Формула здоровья». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
21.03 «ТЕНЬ». (12+)
00.08 «Охотники за глубиной». (12+)
01.05 Отражение. (12+)

Ю
05.00 «Маша и Медведь». (0+)
07.15 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
09.10 19.00 «КЛОН». (16+)
11.05 «Моя свекровь - монстр». (16+)
13.15 «Супермама». (16+)
17.20 «Беременная в 16». (16+)
21.00 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
Он может спасти ее от одиночества, а она его - от тюрьмы. Остро сюжетный и трогательный сериал о мошеннике Демире и его дочери.
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Я стесняюсь своего тела». (18+)
01.55 «Измены». (18+)
03.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)

МИР
05.00, 10.10 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.35 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.15 Приговор?! (16+)
17.10 Мировое соглашение. (16+)
18.50 Игра в кино. (12+)
21.35 Назад в будущее (16+)
22.20 Всемирные игры разума. (12+)
22.55 «ДВА ДНЯ». (16+)
00.30 Наше кино. История большой любви. (12+)
01.20 «ГАВРОШ». (12+)
02.50 Спецрепортаж. (12+)
03.00 (He)Фантастика. (12+)
03.15 С миру по нитке (12+)

ПОБЕДА
04.30 «Путь к Победе» (16+)
05.30 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
06.40 «ЧАКЛУН И РУМБА». (16+)
08.10 «ПРИВЕТ ОТ «КАТЮШИ». (12+)
11.30 «ТАНКИСТ». (16+)
14.40 «ИСТРЕБИТЕЛИ». (16+)
Леонид и Борис - молодые летчики, только что прибывшие в летную школу, где их распределяют в полк, а затем отправляют на фронт. Первое задание, которое поручают новобранцам, они с треском проваливают.
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «УЧЁНОСТИ ПЛОДЫ». (16+)
03.40 «ТАНЕЦ С САБЛЯМИ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ
05.00 Ранние пташки. «Йоко», «Смешарики», «Бодо Боро-РЬИНА РОЩА-2». (0+)
07.00 «С добрым утром, малышки!». (0+)
07.30 «Цветяшки!». (0+)
Развивающий сериал-мюзикл для малышей до 4 лет.
08.05 «История изобретений». (0+)
09.20 «Дракошия». (0+)
09.30 «Кошечки-собачки». (0+)
10.50 «Бурёнка Даша». (0+)
11.00 «Улётная доставка». (0+)
12.30 «Петроникс». (0+)
12.45 «Инфинити Надю». (6+)
13.00 «Диностер». (6+)
13.25 «Дикие скричеры!». (6+)
13.50 «Буба». (6+)
14.50 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!». (0+)
15.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
16.05 «Клуб Винкс». (6+)
17.25 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
17.40 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
18.55 «Барбоскины». (0+)
20.15 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
20.30 «Сказочный патруль». (0+)
22.00 «Инфинити Надю». (6+)
22.30 «Таинственные золотые города». (6+)
23.45 «Гадкий утенок». (0+)
00.05 «Грибок-теремок». (0+)
00.15 «Заяц Коска и родничок». (0+)
00.25 «Бумажки». (0+)
01.55 «Лунтик». (0+)
03.25 «Фиксики. Новенькие». (0+)

МУЛЬТ
06.00, 18.00 «Буба». (6+)
06.30, 11.30, 19.25, 02.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышки». (0+)
08.00, 13.00, 19.00 «Барбоскины». (0+)
08.25, 13.25, 20.30 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес. Хлоп прекрасный!». (0+)
10.00, 14.00 «Фиксики. Дай пять!». (0+)
10.30 «Кошечки-собачки». (0+)
11.00 «Бобр добр». (0+)
14.30, 21.00 «Смешарики». (0+)
15.00 «Геройчики». (0+)
15.20 «Простоквашино». (0+)
17.00 Друзья на все времена. «Рикки-Тикки-Тави». (6+)
17.25 «Фиксики. Дай пять! Бинт!». (0+)
18.25, 03.00 «Лунтик». (0+)
20.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.30 «Ник-изобретатель. Цирк». (0+)
22.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
22.30 «Монсики». (0+)
23.00 «Соня и Лёня». (6+)
23.20 «Белка и Стрелка. Тайны космоса. Питомец». (0+)
00.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
00.30 «Сказочный патруль». (0+)
01.00 Друзья на все времена. «Гадкий утенок», «Паровозик из Ромашкова». (0+)
01.30 «Малышарики». (0+)
02.00 «Грузовичок Лева». (0+)

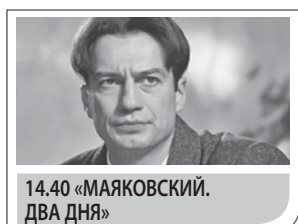
ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ
01.20 Дважды рожденный. (12+)
02.05 История оружия. (16+)
02.55 Подземная Италия. (12+)
04.00 Историада. (12+)
04.50 Книжные аллеи. (12+)
05.20 Жил-был Дом. (6+)
05.45 Живая сталь. Теплово-зы и электрово-зы СССР. (12+)
06.15 Перед вечностью. (12+)
07.05 Личность в истории. (12+)
08.05, 08.50, 09.40, 10.25 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
11.10 Всемирное наследие. Россия. (12+)
12.00 «КАПИТАН АЛАТРИСТЕ». (16+)
14.15, 17.55 Семь дней истории. (12+)
14.25 «Мы Из КРОНШТАДТА». (12+)
16.00 Н. М. Карамзин. Историк государства Российского. (12+)
16.10 События в истории. (12+)
17.10 Историограф. (12+)
18.05 Нулевая мировая. (12+)
19.00 Сопrotивление. Русские французы. (12+)
20.00 Народовластие. (12+)
20.25 Забытый полководец. (12+)
20.55 Битва коалиций. Вторая мировая война. (12+)
21.35 В поисках утраченного искусства. (12+)
22.25 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
22.35 Народный фронт Победы. (12+)
23.05 Великие живописцы. (12+)
04.45 На скалах. (12+)

VJU HISTORY
06.25 Великая война. (12+)
07.20 Великая война: Битва за Кавказ. (12+)
08.20 Древние суперстроения: Лувр. (12+)
09.20 Древние суперстроения: Ангкор-Ват. (12+)
10.25 5000 лет истории Нила. (12+)
11.20 Запретная история: Нацистская охота за реликвиями. (12+)
12.10 Запретная история: В поисках Ноева ковчега. (12+)
13.05 Выдающиеся женщины: Кoko Шанель. (12+)
14.00 Мата Хари - прекрасная шпионка. (12+)
15.00 Всемирная выставка 1900 года: возрождение Парижа. (16+)
16.00, 17.00 Великолепные памятники Франции. (12+)
18.00 Хомо Сапиенс: история одного вида: Восхождение видов. (12+)
19.00 Хомо Сапиенс: история одного вида: Адаптация приматов. (12+)
20.00 Запретная история: Загадка хрустальных черепов. (12+)
20.55 Запретная история: Тайны пирамид. (12+)
21.45 22.45 Великая война. (12+)
23.45 Древние суперстроения: Лувр. (12+)
00.45 Древние суперстроения: Ангкор-Ват. (12+)
01.40, 02.30 5000 лет истории Нила. (12+)
03.15, 04.00 Запретная история. (12+)
04.45 На скалах. (12+)

ДОКТОР
06.00, 12.45, 18.15, 23.55 О самом главном. Хронические заболевания. (12+)
06.55 На приеме у доктора Ямшиковой. (12+)
07.20 На приеме у доктора Ораса. (12+)
07.50, 08.20, 14.35, 15.05, 00.55, 01.20 Будь в тонусе! (12+)
08.45 О самом главном. Эпидемия ожирения. (12+)
09.45 Научные сенсации. Продлить жизнь. (12+)
10.30, 04.20 Медицинский репортёр. (12+)
11.00, 04.45 Клинический случай. (12+)
11.25, 23.00, 03.25 Большой скачок. (12+)
11.55, 17.25 Я, человек. (12+)
13.40 Еда. Хлеб. (12+)
14.10 Еда. Крупы. (12+)
15.35 О самом главном. Фибромалгия. (12+)
16.30 На приеме у Кирилла Лыско. Как продлить молодость. (12+)
17.00 Это лечится. Варикоз. (12+)
19.15, 01.50, 05.15 Теледоктор. Главное о здоровье. (12+)
20.00, 02.35 Большой скачок. Инстинкт самосохранения. (12+)
20.30, 03.00 Большой скачок. Антибиотики. (12+)
21.00 О самом главном. Когда не нужно вызывать скорую помощь? (12+)
21.55 Мозг на прокачку. Сделай меня умнее. (12+)

РОССИЯ К
Культура



14.40 «МАЯКОВСКИЙ.
ДВА ДНЯ»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35 16.15 «Предки наших предков»
- 08.15 «Жизнь и судьба»
- 08.40 «Забытое ремесло»
- 08.55 «ЦИРК ПРИЕХАЛ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 «Жизнь и путешествия Миклухо-Маклая»
- 12.00 «Роман в камне»
- 12.45 «Земля людей»
- 13.15 «Эрнест Бо»
- 14.05 «Эрмитаж»
- 14.40 22.05 «МАЯКОВСКИЙ: ДВА ДНЯ»
- 17.15 01.00 Солисты-дирижеры
- 18.40 «Томас Кромвель»
- 19.45 «Библейский сюжет»
- 20.15 Абсолютный слух
- 20.55 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.10 02.15 «Советский Голливуд»
- 21.50 Цвет времени
- 23.40 «Первые в мире»
- 23.55 «СПРУТ-3»

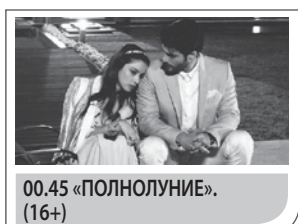
ТВЦ



13.40 «Мой герой». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.30 «Петровка, 38». (16+)
- 08.40 «ЧЁРНАЯ ВДОВА». (12+)
- 10.35 «Станислав Ростоцкий. На разрыве сердца». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 События
- 11.50 «НЕРАСКРЫТЫЙ ТАЛАНТ-3». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.45 Город новостей
- 15.00 «ГЕРОЙ ПО ВЫЗОВУ». (16+)
- 16.55 «Дорогие товарищи. Бриллианты для Галины Брежневой». (16+)
- 18.05 «ЛАНЦЕТ». (12+)
- 22.00 События
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Тайная комната. Хантер Байден». (16+)
- 01.25 «Клуб первых жён». (16+)
- 02.05 «Шестидневная война. Тост маршала Гречко». (12+)

ТВ-3



00.45 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.15 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
- 12.30 Мистические истории. (16+)
- 13.30 «ТОЛКОВАТЕЛЬ СНОВ». (16+)
- 14.30 Вернувшиеся. (16+)
- 15.45 Гадалка. (16+)
- 16.45 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
- 17.00 «Слепая». (16+)
- 18.30 «ТЕСТ НА БЕРЕМЕННОСТЬ». (16+)
- 20.45 «НОЧНЫЕ СТРАЖИ». (12+)
- 22.45 «ИСТОРИК». (16+)
- 00.45 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)
- 01.30 Дневник экстрасенса с Татьяной Лариной. (16+)

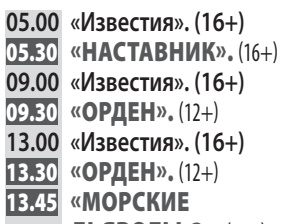
ДОМАШНИЙ



02.00 «ОБЪЯТИЯ ЛЖИ». (16+)

- 06.30 «б кадров». (16+)
- 06.35 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.00 Давай разведёмся! (16+)
- 09.00 Тест на отцовство. (16+)
- 11.15 «Понять. Простить». (16+)
- 12.30 00.15 «Порча». (16+)
- 13.00 «Знахарка». (16+)
- 13.35 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «Преступления страсти». (16+)
- 19.00 «КОГДА УМРЁТ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 23.00 «Понять. Простить». (16+)
- 00.45 «Знахарка». (16+)
- 01.10 «Верну любимого». (16+)
- 01.35 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.00 «ОБЪЯТИЯ ЛЖИ». (16+)
- 05.05 «б кадров». (16+)

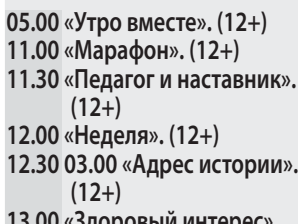
5 5-Й КАНАЛ



02.00 «ОБЪЯТИЯ ЛЖИ». (16+)

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.30 «НАСТАВНИК». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ОРДЕН». (12+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «ОРДЕН». (12+)
- 13.45 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-2». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 18.00 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «СВОИ-4». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СВОИ-4». (16+)
- 02.00 «СЛЕД». (16+)
- 03.20 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 06.35 09.15 «ДАУРИЯ». (12+)
- 09.00 Новости дня. (16+)
- 11.05 «ОТРАЖЕНИЕ». (16+)
- 13.00 Новости дня. (16+)
- 13.25 «ОТРАЖЕНИЕ». (16+)
- 18.10 «Неизвестные сражения Великой Отечественной войны». (16+)
- 19.00 Новости дня. (16+)
- 19.55 «Загадки века». (12+)
- 23.15 «ДОМ, В КОТОРОМ Я ЖИВУ». (12+)
- 01.10 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (16+)
- 03.15 «ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...» (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



02.00 «ОБЪЯТИЯ ЛЖИ». (16+)

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «Марафон». (12+)
- 11.30 «Педагог и наставник». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 03.00 «Адрес истории». (12+)
- 13.00 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.15 «Понятная политика». (12+)
- 13.30 «Просто жизнь». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «АННА ГЕРМАН». (16+)
- 16.30 «ПРИНЦ СИБИРИ». (16+)
- 17.15 22.15 «Открываем Воронеж». (12+)
- 17.30 22.45 «Собрание сочинений». (12+)
- 17.45 «Территория успеха». (12+)
- 18.15 «Арт-Проспект». (12+)
- 18.45 22.30 «Полицейский встает». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 04.00 «Такие разные». (12+)
- 22.00 01.45 «В тени чемпионов». (12+)
- 23.00 «ПРИВАЛОВСКИЕ МИЛЛИОНЫ». (16+)
- 03.30 «Документальное кино». (12+)

★ ЗВЕЗДА

- 06.35 09.15 «ДАУРИЯ». (12+)
- 09.00 Новости дня. (16+)
- 11.05 «ОТРАЖЕНИЕ». (16+)
- 13.00 Новости дня. (16+)
- 13.25 «ОТРАЖЕНИЕ». (16+)
- 18.10 «Неизвестные сражения Великой Отечественной войны». (16+)
- 19.00 Новости дня. (16+)
- 19.55 «Загадки века». (12+)
- 23.15 «ДОМ, В КОТОРОМ Я ЖИВУ». (12+)
- 01.10 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (16+)
- 03.15 «ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...» (12+)

СПОРТ

- 06.00 14.25 «Кто кого?» (12+)
- 06.30 «Всё о главном». (12+)
- 07.00 12.55 14.55 Новости
- 07.05 15.30 21.30 00.00 Все на Матч!
- 08.55 Футбол. Италия - Аргентина. Чемпионат мира. Женщины
- 11.00 География спорта. (12+)
- 11.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 12.35 Спецрепортаж. (12+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 15.00 Автоспорт. Ралли-рейд «Шелковский путь». (0+)
- 16.00 «ПЕЛЕ: РОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ». (12+)
- 18.15 «Громко»
- 19.25 Футбол. «Химки» (Московская область) - «Торпедо» (Москва). МЕЛБЕТ-Первая Лига
- 22.00 Дартс. Профессиональная лига. Про Тур 5. Прямая трансляция из Москвы
- 00.55 Футбол. «Коритиба» - «Флуминенсе». Чемпионат Бразилии. Прямая трансляция
- 03.05 Новости. (0+)

СПАС

- 06.00 Теннис. Открытый летний кубок Москвы. (0+)
- 07.30 08.25 15.15 15.35 20.10 Спецрепортаж. (12+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 18.20 География спорта. (12+)
- 08.45 «Белгородский режиссёр». (12+)
- 09.15 01.30 Лица страны. (12+)
- 09.30 19.40 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 10.05 П11.20 04.00 Футбольный футбол. Кубок Наций. (0+)
- 12.35 «Магия большого спорта». (12+)
- 13.05 Конный спорт. Бега
- 16.00 Вечер профессионального бокса. (16+)
- 17.40 «Спортивный интерес». (12+)
- 18.05 «Небесная грация» (12+)
- 18.50 «Династия». (12+)
- 20.45 05.30 Автоспорт. (0+)
- 21.10 «Громко». (12+)
- 22.30 «Есть тема!» (16+)
- 23.50 Смешанные единоборства. (16+)
- 01.50 Дартс. Профессиональная лига. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.30 «Замбезия». Мультфильм. (6+)
- 06.45 «ДЖУЛИ И ДЖУЛИЯ: ГОТОВИМ СЧАСТЬЕ ПО РЕЦЕПТУ». (12+)
- 08.55 «ПРИНЦЕССА СПЕЦИЙ». (16+)
- 10.35 «ШОКОЛАД». (16+)
- 12.45, 02.15 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)
- 14.45, 04.00 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)
- 17.00, 17.50 «ЛЮБОВЬ, РАЗУМ, МЕСТЬ». (16+)
- 18.35 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ». (12+)
- 20.30 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ-2». (12+)
- 22.30 «БОЛЬШОЙ ПЕРЕПОЛОХ В МАЛЕНЬКОМ КИТАЕ». (6+)
- 00.15 «ДЖОБС: ИМПЕРИЯ СОБЛАЗНОВ». (12+)

ДОМ КИНО

- 05.30 «Смешарики». «Чуч-Муч». Мультсериалы. (6+)
- 07.20 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 08.30 «ОСТРОВ ВЕЗЕНИЯ». (12+)
- 10.00 «ЯЙЦО ФАБЕРЖЕ». (12+)
- 11.30 «БАБЛО». (16+)
- 13.15 «БУМРАНГ». (16+)
- 15.10 «БЕГИ!» (16+)
- 17.05, 18.05 «МАЖОР». (16+)
- 19.05 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
- 20.25 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
- 21.50 «ДЕВУШКИ БЫВАЮТ РАЗНЫЕ». (16+)
- 23.25 «БАБКИ». (16+)
- 00.35 «ТЁМНЫЙ МИР». (16+)
- 02.10 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (12+)
- 03.40 «ДЕД МОРОЗ. БИТВА МАГОВ». (6+)

СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 12.00 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
- 14.00, 15.00, 16.00, 17.00 «ВО ИМЯ ЛЮБВИ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Бразилия, 1997-1998 гг.
- 18.00, 19.10, 20.10, 21.10 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕССЕ». (16+)
- 22.10 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
- 23.05 Суббота News 2023. (16+)
- 23.10 Моя жена рулит. (16+)
- 00.20 Кулинарные детективы. (16+)
- 01.20, 02.10, 02.50 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- 03.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (6+)
- 07.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.15 Знак равенства. (16+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Святые России. (6+)
- 11.40 Завет. (6+)
- 12.45 Простые чудеса. (12+)
- 13.40, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Византия. Жизнь после смерти. Византийское возрождение и первое крещение Руси. IX-X века. 12 серий. (0+)
- 15.50 «ЕСЛИ ТЫ ПРАВ». (0+)
- 17.35 «ЭТО БЫЛО В РАЗВЕДКЕ». (0+)
- Фильм посвящен рассказу о героических подвигах одного из храбрых разведчиков Великой Отечественной войны.
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30 Киево-Печерские Святые. Мученики. (0+)
- 22.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 22.50 Прямая линия жизни. (16+)
- 23.50 День Патриарха. (0+)
- 00.05 Завет. (6+)
- 01.00 Святые России. (6+)
- 01.55 Встреча. (12+)
- 02.45 Киево-Печерские Святые. Мученики. (0+)
- 03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

24 июля
Седмица 8-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Равноап. Ольги, вел. княгини
Русской, во Святом Крещении
Елены.



Воспоминание чуда вмц. Евфимии всехвальской, имже Православие утвердилось. Обретение мощей сщмч. Илариона, архиеп. Верейского. Мч. Киндея пресвитера. Ржевской, или Околовской, и Борколабовской икон Божией Матери.

Поста нет.

« Чем ближе приходит Бог со Своим светом и дарованиями к благочестивому сердцу, тем более оно познает свое ничтожество. »

Свт. Тихон Задонский

МУЗЫКА

- 05.00 Лайкер. (16+)
- 06.00 Муз'итив. (16+)
- 06.40 Лайкер. (16+)
- 07.30 Тееп чарт. (16+)
- 07.55 Лайкер. (16+)
- 08.30 PRO-новости. (16+)
- 09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 11.00 Плейлист. Лето. (16+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Моя волна. (16+)
- 13.00 Хиты по-русски. (16+)
- 14.00 Русский чарт. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.30 Лига клипов. (16+)
- 16.00 Top-15 Like FM. (16+)
- 17.00 Прогноз по году. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Плейлист. Лето. (16+)
- 19.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 20.00 Top-30. (16+)
- 22.00 Нулевые. (16+)
- 23.00 PRO-новости. (16+)
- 23.20 Рок нон-стоп. (16+)
- 00.30 Муз'итив. (18+)
- 01.30 Наше. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 04.00 «КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (12+)
- 05.55 «БАБКИ». (16+)
- 07.05 «ДУРДОМ НА КОЛЕСАХ». (12+)
- 09.00 «ТВОИ, МОИ И НАШИ». (6+)
- 10.35 «ОДНОКЛАССНИКИ». (12+)
- 12.25 «ОДНОКЛАССНИКИ-2». (16+)
- 14.15 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
- 16.00 «БОЛЬШАЯ СВАДЬБА». (16+)
- 17.35 «ЯГУАР». (16+)
- 19.30 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО». (16+)
- Комедия, США, 2000 г.
- 21.00 «СУПЕРНЯНЬ». (16+)
- 22.35 «ИХ СОБСТВЕННАЯ ЛИГА». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.40 Мультфильмы. (6+)
- 08.05 «МЕЛОДИИ БЕЛОЙ НОЧИ». (12+)
- 09.50 «ВОЛГА-ВОЛГА». (12+)
- 11.45 «КАРНАВАЛЬНАЯ НОЧЬ». (12+)
- 13.05 «ГУСАРСКАЯ БАЛЛАДА». (12+)
- 14.50 «ВИХРИ ВРАЖДЕБНЫЕ». (12+)
- 16.35 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (18+)
- 18.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-4». (16+)
- 20.05 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (12+)
- 21.30 «СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД». (12+)
- 00.00 «ДЯДЯ ВАНЯ». (12+)
- 01.45 «КАМЕННЫЙ ЦВЕТОК». (12+)
- 03.05 «ПРОЩАНИЕ». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС 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 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00 «ПРЕДЛАГАЕМЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА. БЕЛЫЕ ЛИЛИИ». (18+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА. НОВАЯ ВЕРСИЯ». (16+)
- 04.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА». (16+)
- Россия, 2003 г. В ролях: Лариса Удовиченко, Владимир Стержаков

СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «Буба». Мультсериал. (6+)
- 08.20 «Готовим с Бубой». Мультсериал. (6+)
- 08.30 «Ералаш». (0+)
- 09.00 «КУХНЯ». (12+)
- Элеонора пьёт и увольняет сотрудников, попавшихся ей на глаза...
- 15.00 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
- Барин внезапно вспоминает, что у них с Еленой годовщина свадьбы, и она ждёт его в Москве...
- 17.50 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКАН». (12+)
- 01.10 «б кадров». (16+)
- 04.00 «Три кота». (0+)

ПЕРВЫЙ



22.00 «МИССИЯ «АМЕТИСТ». (16+)

05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «АнтиФейк». (16+)
10.00 «Жить здорово!». (16+)
10.50 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
16.50 18.30 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.55 «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «МИССИЯ «АМЕТИСТ». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 Подкаст.Лаб. (16+)
03.00 Новости

РОССИЯ 1



14.55 «ГРОЗНЫЙ». (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 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «ГРОЗНЫЙ». (16+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «СЧАСТЬЕ НЕ ЗА ГОРАМИ». (16+)
Груз с наркотиками из «Вершины» удалось перехватить. В «Вершину» приезжает Жанна Борисовна. Она готова на всё, чтобы оградить сына. Предпринимательница приходит в больницу к Татьяне и убеждает её порвать с Лёней.
23.30 «ТИХИЙ ДОН». (12+)
01.05 «РАЯ ЗНАЕТ ВСЁ!» (12+)
02.50 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)

НТВ



16.45 «ЗИМОРОДОК». (16+)

04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
16.00 «Сегодня»
16.45 «ЗИМОРОДОК». (16+)
Сертер приказывает Махо как следует напугать Ферита. Ферит и Сейран не могут договориться о ее участии в модном проекте.
19.00 «Сегодня»
20.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
00.20 «Основано на реальных событиях». (16+)
01.20 «ДИКИЙ». (16+)

СТС



13.05 «ШКОЛА МАГИЧЕСКИХ ЗВЕРЕЙ». (6+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.30 «Простоквашино». (0+)
07.15 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
08.00 Уральские пельмени. (16+)
08.40 ОКнутые люди. (16+)
09.45 «Смешарики. Дежавю». (6+)
11.25 «Смешарики. Легенда о золотом драконе». (6+)
13.05 «ШКОЛА МАГИЧЕСКИХ ЗВЕРЕЙ». (6+)
15.00 «НЯНЬКИ». (12+)
16.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
20.00 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
21.55 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА: ПОСЛЕДСТВИЯ». (16+)
00.55 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА: ПЛЕМЯ ИЗГОЕВ». (16+)
03.05 «РЕГБИ». (16+)
04.30 «б кадров». (16+)
05.10 «Мультфильмы». (0+)

ТНТ



17.30 «БЭБИ-ТУР». (16+)

07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
09.00 «УНИВЕР». (16+)
17.30 «БЭБИ-ТУР». (16+)
Всем успешно выдают визу и загранпаспорта, после чего они едут в аэропорт. В салоне самолета у Тани появляется аэрофобия, но Зина довольно быстро приводит ее в чувства.
21.00 «СЕРГИЙ ПРОТИВ НЕЧИСТИ». (16+)
Земцова заручается поддержкой отца Сергея и вводит его в курс расследования. Узнав про странное убийство, он быстро понимает, что тут замешаны нечистые силы
21.30 «СЕРГИЙ ПРОТИВ НЕЧИСТИ: ШАБАШ». (16+)
22.00 «ГОГОЛЬ: ВИЙ». (16+)
00.05 «ТЕРРИТОРИЯ». (16+)
01.55 «Импровизация. Команды». (16+)
03.55 Студия «Союз». (16+)
05.30 «Импровизация». (16+)

РЕН



20.00 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (16+)

05.00 18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна». (16+)
10.00 «СОВБЕЗ». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (16+)
22.00 «Водить по-русски». (16+)
23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
00.30 «ИГРА В ИМИТАЦИЮ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 «Тайны Медовой долины». (12+)
05.10 02.00 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
06.30 Пятница News. (16+)
06.50 На ножах. (16+)
08.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)
10.00 На ножах. (16+)
12.20 Адская кухня. (16+)
14.20 Кондитер. (16+)
17.40 Кондитер. Дети. (16+)
20.20 Вундеркинды. (16+)
21.40 Битва шефов. (16+)
00.00 «ЗЕМЛЯНИЧНАЯ ПОЛЯНА». (18+)
01.30 Пятница News. (16+)
03.20 На ножах. Отели. (16+)

Ю

05.20 «Маша и Медведь». (0+)
07.10 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
Драматичное произведение о любви во всех ее проявлениях: любовь взрослой женщины и молодого мужчины, любовь за деньги, а также несчастная любовь.
09.05 19.00 «КЛОН». (16+)
10.05 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
11.05 «Моя свекровь - монстр». (16+)
13.15 «Супермама». (16+)
17.20 «Беременная в 16». (16+)
21.00 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Я стесняюсь своего тела». (18+)
01.55 «Измены». (18+)

ЧЕ!

06.00 Идеальный ужин. (16+)
06.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
07.10 Дорожные войны. (16+)
09.10 Улётное видео. (16+)
10.30 «СОЛДАТЫ-14». (12+)
Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри»
16.30 Улётное видео. (16+)
20.00 02.45 Решала. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.00 Опасные связи. (16+)
05.10 Идеальный ужин. (16+)

МИР

05.25, 10.10 «АДЪЮТАНТ ЕГО ПРЕВОСХОДИТЕЛЬСТВА». (12+)
10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 03.00 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.15 Приговор?! (16+)
17.10 Мировое соглашение. (16+)
18.50 Игра в кино. (12+)
21.35 Назад в будущее (16+)
17.20 «Беременная в 16». (16+)
22.55 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (6+)
00.35 Наше кино. (12+)
01.25 «ЦИРК». (12+)
03.15 Евразия. Регионы (12+)
03.25 «НеФантастика». (12+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 13.10 14.05 14.33 19.20 ОТражение
10.12 11.27 22.35 «МАРЬИНА РОЩА-2». (12+)
12.16 «Вспомнить всё». (12+)
12.45 16.43 «Конструкторы будущего». (12+)
15.12 «ТЕНЬ». (12+)
17.00 «Такие разные». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
18.15 «Вечер вместе». (12+)
21.00 «ПЛОХОЙ ХОРОШИЙ ЧЕЛОВЕК». (12+)
00.05 «Я не люблю...» (12+)
01.10 ОТражение. Главное. (12+)

ПОБЕДА

05.10 «Путь к Победе» (16+)
06.10 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
07.50 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)
09.20 «ЧЕРНЫЕ БУШЛАТЫ». (16+)
13.00 «ИСТРЕБИТЕЛИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
Продолжение грандиозной военной драмы «Истребители» о подвиге летчиков военной авиации времен Великой Отечественной войны...
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
Военная драма по мотивам книги Людмилы Павличенко «Героическая жизнь».
03.00 «Я ПОДАРОЮ ТЕБЕ ПОБЕДУ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Йоко», «Смешарики», «Бодо Бородо. Путешествия», «Барбоскины». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Цветяшки!» (0+)
08.05 «История изобретений». (0+)
09.20 «Дракошия». (0+)
09.30 «Кошечки-собачки». (0+)
10.50 «Бурёнка Даша». (0+)
11.00 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
12.30 «Петроникс». (0+)
12.45 «Инфинити Надо». (6+)
13.00 «Диностер». (6+)
Откройте для себя удивительный мир динозавров вместе с командой Диностер!
13.25 «Дикие скричеры!» (6+)
13.50 «Бубаб». (6+)
14.50 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)
15.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
16.05 «Клуб Винкс». (6+)
17.25 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
17.40 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
18.55 «Барбоскины». (0+)
20.15 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Сказочный патруль». (0+)
22.00 «Инфинити Надо». (6+)
22.30 «Таинственные золотые города». (6+)
23.45 «Мешок яблок». (0+)
00.05 «Живая игрушка». (0+)
00.15 «Жирафа и очки». (0+)
00.25 «Бумажки». (0+)
01.55 «Лунтик». (0+)
03.25 «Фиксики. Новенькие». (0+)

МУЛЬТ

06.00, 18.00 «Бубаб». (6+)
06.30, 11.30, 19.25, 02.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00, 13.00, 19.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)
08.25, 13.25, 20.30 «Маша и Медведь». (0+)
09.00, 00.25 «Сказочный патруль». (0+)
10.00, 22.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
10.30 «Кошечки-собачки». (0+)
11.00, 04.30 «Бобр добр». (0+)
14.00 «Фиксики. Дай пять! Бинт». (0+)
14.30, 21.00 «Смешарики». (0+)
15.00 «Геройчики. Мелкотрон Крузо». (0+)
15.25 «Простоквашино». (0+)
17.00 Друзья на все времена. «Хомячок Фрош. Друзья в поисках клада». «Умная собачка Соня». (0+)
17.25 «Фиксики». (0+)
18.25, 03.00 «Лунтик». (0+)
20.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.30 «Ник-изобретатель». (0+)
22.30 «Монски». (0+)
23.00 «Соня и Лёня». (6+)
23.20 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)
00.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
01.00 Друзья на все времена. «Гуси-лебеди». «Терехина таратайка». (0+)
01.30 «Мальшарик». (0+)
02.00 «Грузовичок Лева». (0+)
03.25 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

02.15 Перед вечностью. (12+)
03.05 Люди Гитлера. (16+)
03.55, 04.45, 05.30, 06.20 «КРАСНЫЕ ГОРЬ». (16+)
07.05 Всемирное наследие. Россия. (12+)
08.00 «КАПИТАН АЛАТРИСТЕ». (16+)
10.15, 17.50 Семь дней истории. (12+)
10.25 «МЫ ИЗ КРОНШТАДТА». (12+)
12.00 Найти и рассказать. (12+)
12.30, 13.00 Легенды науки. (12+)
13.30 Достояние России. (12+)
13.55 Обыкновенная история. (6+)
14.10 Дуликая мировая. (12+)
15.00 Сопrotивление. Русские французы. (12+)
16.00 Н. М. Карамзин. Историк государства Российской империи. (12+)
16.10 События в истории. (12+)
17.05 Историкограф. (12+)
18.00 Народовластие. (12+)
18.25, 22.50 Россия научная. Великие имена. (12+)
18.45 Забытый полководец. (12+)
19.15 Битва коалиций. Вторая мировая война. (12+)
20.00 Эхо блокады. (12+)
20.55 Кольцо «А». (12+)
21.05 Исторические города Британии. (12+)
21.55 Роковой конфликт: Иудея и Рим. (12+)
23.10 Рассифранные сокровища. (12+)

VJU HISTORY

06.30 Великая война: Курская дуга. (12+)
07.20 Великая война: От Днепра до Одера. (12+)
08.20, 09.20 Великолепные памятники Франции. (12+)
10.20 Хомо Сапиенс: история одного вида: Восхождение видов. (12+)
11.20 Хомо Сапиенс: история одного вида: Адаптация приматов. (12+)
12.20 Запретная история: Тайны пирамид. (12+)
13.15 Выдающиеся женщины: Джозефина Бейкер. (12+)
14.10, 15.10 Версаль: испытание Короля-солнца. (12+)
16.00 Древние суперстроения: Собор св. Софии. (12+)
17.00 История Матери-Земли: тайны богини Геи. (12+)
18.00 Хомо Сапиенс: история одного вида: Конец пути. (12+)
19.00 Тайны мумий животных. (12+)
20.00 Запретная история: Окультизм воззрения нацистов. (12+)
20.45 Запретная история: Загадки Бермудского треугольника. (12+)
21.40 22.40 Великая война. (12+)
23.35, 00.30 Великолепные памятники Франции. (12+)
01.25, 02.20 Хомо Сапиенс. (12+)
03.15, 04.00 Запретная история. (12+)

ДОКТОР

06.00, 12.45, 18.20, 23.55 О самом главном. Мелатонин - гормон сна. (12+)
06.55, 07.20 Еда. (12+)
07.50, 08.20, 14.25, 14.55, 00.55, 01.20 Будь в тонусе! (12+)
08.50 О самом главном. Фибромалгия. (12+)
09.45 На приеме у Кирилла Лыско. Как продлить молодость. (12+)
10.10 Это лечится. (12+)
10.40, 01.50 Клиники России. Новосибирск. (12+)
11.25, 16.20, 16.50 Большой скачок. (12+)
11.55 Я, человек. (12+)
13.40 Теледоктор. Главное о здоровье. (12+)
15.25 О самом главном. Когда не нужно вызывать скорую помощь? (12+)
17.20 Мозг на прокачку. Сделайте меня умнее. (12+)
19.15, 05.15 Клиники России. НМИЦ радиологии. (12+)
20.05, 02.35 Медицинский репортёр. Чем рискуют повара и кондитеры? (12+)
20.30, 03.25 Клинический случай. (12+)
21.00 О самом главном. (12+)
21.55 Мозг на прокачку. (12+)
23.00, 03.00 Медицинский репортёр. Правда о ЗОЖ. (12+)
23.30, 03.55 Клинический случай. Спасти Достоевского. (12+)
04.20 На приеме у доктора Ямчиковой. (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



14.40 «МАЯКОВСКИЙ.
ДВА ДНЯ»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35 16.15 «Предки наших предков»
- 08.15 «Жизнь и судьба»
- 08.45 «ЦИРК ПРИЕХАЛ»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры «Наблюдатель»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.25 23.55 «СПРУТ-3»
- 12.45 «Земля людей»
- 13.15 18.40 01.50 «Томас Кромвель»
- 14.05 «Эрмитаж»
- 14.40 22.05 «МАЯКОВСКИЙ: ДВА ДНЯ»
- 17.15 01.00 Солисты-дирижеры
- 18.05 «Запечатленное время»
- 19.45 «Библейский сюжет»
- 20.15 Абсолютный слух
- 20.55 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.10 «Паровозных дел мастер. Алексей Грук»
- 23.40 «Первые в мире»
- 02.40 «Забытое ремесло»

ТВЦ



11.45 «НЕРАСКРЫТЫЙ
ТАЛАНТ-3». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.20 «Петровка, 38». (16+)
- 08.40 «ЧЁРНАЯ ВДОВА». (12+)
- 10.35 «Елена Воробей. Что говорят мужчины». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 События
- 11.45 «НЕРАСКРЫТЫЙ ТАЛАНТ-3». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.45 Город новостей
- 15.00 «ГЕРОЙ ПО ВЫЗОВУ». (16+)
- 16.55 «Дорогие товарищи. Экстрасенсы для Политбюро». (16+)
- 18.05 «ЛАНЦЕТ». (12+)
- 22.00 События
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Звёзды против хирургов». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Бандеровское подполье. Охота на Барсук». (16+)
- 01.25 «Знак качества». (16+)
- 02.05 «Шестидневная война. Ошибка резидентов». (12+)

ТВ-3



22.15 «ИСТОРИК». (16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.15 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
- 12.30 Мистические истории. (16+)
- 13.30 «ТОЛКОВАТЕЛЬ СНОВ». (16+)
- 14.30 Герои. (16+)
- 15.45 Гадалка. (16+)
- 16.45 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
- 17.00 «Слепая». (16+)
- 18.30 «ТЕСТ НА БЕРЕМЕННОСТЬ». (16+)
- 20.45 «МИНИМАКС». (12+)
- 22.15 «ИСТОРИК». (16+)
- 00.30 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)
- 01.15 «Далеко и еще дальше с Михаилом Кожуховым». (16+)
- 04.30 «Тайные знаки». (16+)

ДОМАШНИЙ



07.55 Давай разведёмся! (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.55 Давай разведёмся! (16+)
- 08.55 Тест на отцовство. (16+)
- 11.10 «Понять. Простить». (16+)
- 12.25 00.40 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «Преступления страсти». (16+)
- 19.00 «СЛАБОЕ ЗВЕНО». (16+)
- 23.30 «Понять. Простить». (16+)
- 01.05 «Знахарка». (16+)
- 01.30 «Верну любимого». (16+)
- 01.55 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.20 «ОБЪЯТИЯ ЛЖИ». (16+)
- 05.30 По делам несовершеннолетних. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.35 «ОРДЕН». (12+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 13.30 «ОТПУСК ПО РАНЕНИЮ». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.45 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-2». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 18.00 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «СВОИ-4». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СВОИ-4». (16+)
- 02.00 «СЛЕД». (16+)
- 03.20 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

★ ЗВЕЗДА

- 06.15 «КАДЕТЫ». (12+)
- 09.00 Новости дня. (16+)
- 09.15 «ОПАСНЫЕ ГАСТРОЛИ». (12+)
- 11.05 «ОТРАЖЕНИЕ». (16+)
- 13.00 Новости дня. (16+)
- 13.25 «ОТРАЖЕНИЕ». (16+)
- 18.10 «Неизвестные сражения Великой Отечественной». (16+)
- 19.00 Новости дня. (16+)
- 19.55 «Улика из прошлого». (16+)
- 23.15 «ИХ ЗНАЛИ ТОЛЬКО В ЛИЦО». (12+)
- 01.05 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 15.00 «АННА ГЕРМАН». (16+)
- 12.00 «Такие разные». (12+)
- 13.00 16.30 «ПРИНЦ СИБИРИ». (16+)
- 13.45 «Собрание сочинений». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 17.15 01.15 «В тени чемпионов». (12+)
- 17.30 04.00 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 «Полицейский вестник». (12+)
- 18.15 «Эксперт». (12+)
- 18.30 00.45 04.30 «Заметные люди». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 03.00 «От 7 до 17». (12+)
- 20.30 22.30 01.30 03.30 «Документальное кино». (12+)
- 23.00 «МИЛЫЙ ДРУГ». (16+)
- Симон - сирота, у которого есть невероятный дар - перевоплощаться в любого человека, к которому он хотя бы раз прикоснулся...

СПОРТ

- 06.00 14.25 «Кто кого?» (12+)
- 06.30 «Наши иностранцы». (12+)
- 07.00 10.00 14.55 Новости
- 07.05 15.30 00.30 Все на Матч! (12+)
- 10.05 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 01.50 «Спортивный век». (12+)
- 10.55 Футбол. Швейцария - Норвегия. Чемпионат мира. Женщины
- 13.00 «Есть тема!»
- 15.00 «Магия большого спорта». (12+)
- 16.00 «Шёлковый путь. Новейшая история». (12+)
- 17.00 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. (0+)
- 18.00 Футбол. «Пари НН» - «Динамо» (Москва). Кубок России
- 20.30 Футбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Ахмат» (Грозный). Кубок России
- 23.30 Дартс
- 01.20 Футбол. Чемпионат мира. Женщины. Обзор. (0+)
- 02.20 Что по спорту? (12+)
- 02.50 Новости. (0+)
- 06.00 Теннис. Открытый летний кубок Москвы. (0+)
- 07.30 05.15 Спецрепортаж
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 «Громко». (12+)
- 08.55 09.15 15.15 15.35 17.40 19.40 22.10 Спецрепортаж. (12+)
- 09.30 Автоспорт. Ралли-рейд «Шёлковый путь». (0+)
- 10.05 11.20 04.00 пляжный футбол. Кубок Наций. (0+)
- 12.35 «Спортивный интерес». (12+)
- 13.05 01.50 Дартс. Профессиональная лига. (0+)
- 16.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 17.55 23.50 Плавание. Кубок России. (0+)
- 20.00 Стрельба из лука. Чемпионат России. (0+)
- 21.05 Лица страны. (12+)
- 21.25 «Небесная грация»
- 21.40 География спорта. (12+)
- 22.30 «Есть тема!» (16+)
- 01.20 «Магия большого спорта». (12+)
- 05.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)

МУЗЫКА

- 05.00 Лайкер. (16+)
- 06.00 Муз'итив. (16+)
- 06.40 08.40 15.00 18.00 23.00 PRO-новости. (16+)
- 07.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 07.55 Лайкер. (16+)
- 09.00 Dance chart. (16+)
- 10.00 Топ-30. (16+)
- 12.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 13.00 Хиты по-русски. (16+)
- 14.00 Новое радио. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Плейлист. (16+)
- 16.30 Очень Караочен. (16+)
- 17.00 Ждите ответа. (16+)
- 18.20 Плейлист. Лето. (16+)
- 19.00 Русский чарт. (16+)
- 20.00 Хит-сториз. Лариса Долина «Погода в доме». (16+)
- 20.30 Лайкер. (16+)
- 22.00 Нулевые. (16+)
- 23.20 Плейлист. (16+)
- 00.30 Хиты по-русски. (18+)
- 01.30 Лайкер. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.00 «БОЛЬШИЕ ГЛАЗА». (16+)
- 07.40 «СЛОВА». (12+)
- 09.30 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)
- 11.15 «БОЛЬШОЙ ПЕРЕПОЛОХ В МАЛЕНЬКОМ КИТАЕ». (6+)
- 13.05 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ». (12+)
- 15.05 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ-2». (12+)
- 17.00, 17.50 «ЛЮБОВЬ, РАЗУМ, МЕСТЬ». (16+)
- 18.40 «1+1». (16+)
- 20.40 «ПЛАНЕТА КА-ПЭКС». (12+)
- 22.55 «ПРОБУЖДЕНИЕ». (6+)
- 01.00 «ПРЕДЕЛ РИСКА». (16+)
- 02.40 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)
- 04.15 «СЛОВА». (12+)
- 05.30 «Смешарики». «Чуч-Мяуч». «Фиксика». Мультсериалы. (6+)
- 07.05 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
- 08.30 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
- 09.50 «ДЕВУШКИ БЫВАЮТ РАЗНЫЕ». (16+)
- 11.20 «ТЁМНЫЙ МИР». (16+)
- 13.10 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (12+)
- 14.55 «ДЕД МОРОЗ. БИТВА МАГОВ». (6+)
- 17.00, 18.00 «МАЖОР». (16+)
- 19.00 «ЯЙЦО ФАБЕРЖЕ». (12+)
- 20.35 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ, УДАЧИ!». (6+)
- 22.25 «ДРУЗЬЯ ДРУЗЕЙ». (16+)
- 00.00 «БУЛКИ». (16+)
- 01.45 «ДЖУНГЛИ». (12+)
- 03.05 «ОСТРОВ ВЕЗЕНИЯ». (12+)
- 04.25 Мультфильм. (6+)
- 06.15 «Три богатыря и Шаманская царница». Мультсериалы. (12+)
- 07.35 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 09.10 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 10.35 «Три богатыря. Ход коном». Мультфильм. (6+)
- 12.00 «МАЖОР-2». (16+)
- 15.05 «СВАТЫ». (16+)
- 22.10 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- Сериал. Россия, 2015-2017 гг. В ролях: Гоша Куценко, Анатолий Руденко, Полина Куценко, Наталия Вдовина
- 02.05 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (16+)
- 03.40 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшлики». Мультсериалы. (0+)
- 12.00 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
- 14.00, 15.00, 16.00, 17.10 «ВО ИМЯ ЛЮБВИ». (16+)
- 18.00, 19.00, 20.00, 21.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)
- Сериал. Турция, 2015-2017 гг.
- 22.00 Богиня шоппинга (субтитры). (16+)
- 22.55 Суббота News 2023. (16+)
- 23.10 Моя жена рулит. (16+)
- 00.20 Кулинарные детективы. (16+)
- 01.20, 02.20, 03.00 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- 03.40 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «Буба». Мультсериал. (6+)
- 08.20 «Готовим с Бубой». Мультсериал. (6+)
- 08.30 «Ералаш». (0+)
- 09.05 «КУХНЯ». (16+)
- 15.00 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
- 17.50 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- Скоро 14 февраля - самый любимый праздник Сени, но любимый Марины...
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
- Карен продолжает жить у Давида и Лены. Лену это сильно раздражает...
- 01.10 «б кадров». (16+)
- 04.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 06.30 Мультфильмы. (0+)
- 07.35 «Про бегемота, который боялся прививок». Мультфильм. (0+)
- 07.55 Мультфильм. (0+)
- 08.15 «ЕДИНСТВЕННАЯ». (16+)
- 10.00 «ХОЗЯИН ТАЙГИ». (12+)
- 11.30 «МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ». (12+)
- 18.25 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-4». (16+)
- 20.05 «ВЕРТИКАЛЬ». (12+)
- 21.30 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (12+)
- 23.25 «ОНИ СРАЖАЛИСЬ ЗА РОДИНУ». (12+)
- 02.10 «СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ». (12+)
- 03.45 «ВОСХОЖДЕНИЕ». (12+)
- 05.30 «ЗАКОННЫЙ БРАК». (12+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ДУМА О КОВПАКЕ. НАБАТ». Фильм 1. (12+)
- СССР, 1974 г. Режиссёр: Тимофей Левчук
- 07.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Киево-Печерские Святые. Мученики. (0+)
- 11.05 В поисках Бога. (6+)
- 11.40 Рассказки мне о Боге. (6+)
- 12.15 Простые чудеса. (12+)
- 13.05, 22.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 13.40, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Шереметевский дворец (Церковь Святой Великомученицы Варвары). Цикл: Путешествие к сердцу дворцов. (0+)
- 15.25 «ГДЕ О42?» (12+)
- 17.00 «ГЕРОИ ШИПКИ». (0+)
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30, 02.45 Меркурий Кесарийский и Меркурий Смоленский. Цикл: Святые воины. (6+)
- 22.50 Служба спасения семьи. (16+)
- 23.50 День Патриарха. (0+)
- 00.05 «Свое» с Андреем Даниленко. (6+)
- 00.35 Профессор Осипов. (0+)
- 01.05 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 01.55 Встреча. (12+)
- 03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

25 июля
Седмица 8-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Мчч. Прокла и Илария.



Прп. Михаила Малеина. Мч. Голлиндухи, во Святом Крещении Марии. Прпп. Иоанна (Груз.) и Гавриила (Груз.) Святогорцев. Мчч. Феодора варяга и сына его Иоанна, в Киево-Новгородском. Прп. Симона Воломского. Иконы Божией Матери, именуемой «Троеручица».

Поста нет.
«Четвероногие смотрят в землю и потуплены к чреву, а у человека взор обращен к небу, чтобы он не предавался чреву и плотским страстям, но имел всецелое стремление к Горнему шеству». Свт. Василий Великий

7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН
 22.00 «МИССИЯ «АМЕТИСТ». (16+)	 14.55 «ГРОЗНЫЙ». (16+)	 16.45 «ЗИМОРОДОК». (16+)	 13.20 «ЛЕНА И ЛЬВЁНОК». (6+)	 03.30 «Студия «Союз». (16+)	 20.00 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (16+)			
05.00 «Доброе утро» 09.00 Новости (с субтитрами) 09.20 «АнтиФейк». (16+) 10.00 «Жить здорово!». (16+) 10.50 Информационный канал. (16+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Информационный канал. (16+) 15.00 Новости (с субтитрами) 15.15 Информационный канал. (16+) 16.00 «Мужское / Женское». (16+) 16.50 18.30 Информационный канал. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 19.55 «Куклы наследника Тутти». (16+) 21.00 «Время» 22.00 «МИССИЯ «АМЕТИСТ». (16+) 23.00 «Большая игра». (16+) 00.00 Подкаст.Лаб. (16+) 03.00 Новости	05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России 09.55 О самом главном. (12+) 11.00 Вести 11.30 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.30 Вести. Местное время 14.55 «ГРОЗНЫЙ». (16+) 16.00 Вести 16.30 «Малахов». (16+) 17.30 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 21.05 Вести. Местное время 21.20 «СЧАСТЬЕ НЕ ЗА ГОРАМИ». (16+) На Никиту совершенно нападение. В тяжёлом состоянии его доставляют в больницу. В эту же больницу втайне от Крупновых устраивается волонтером Лилия. Виктория сообщает мужу, что они с Дашей не вернутся в Москву. 23.30 «ТИХИЙ ДОН». (12+) 01.05 «РАЯ ЗНАЕТ ВСЁ!» (12+) 02.50 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)	04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+) 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+) 08.00 «Сегодня» 08.25 «ЛЕСНИК». (16+) 10.00 «Сегодня» 10.35 «ЛЕСНИК». (16+) 13.00 «Сегодня» 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+) 16.00 «Сегодня» 16.45 «ЗИМОРОДОК». (16+) Орхан наносит неожиданный визит Дефне. Сейран звонит Абидину и спрашивает его о том, где находится Ферит. 19.00 «Сегодня» 20.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+) 23.35 «Сегодня» 00.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+) 00.20 «Основано на реальных событиях». (16+) 01.20 «ДИКИЙ». (16+)	06.30 «Простоквашино». (0+) 07.15 «Ну, погоди! Каникулы». (6+) 08.00 «Гномы в деле!» (6+) 09.35 «БЕЛЛА И СЕБАСТЬЯН». (6+) 11.35 «Барбоскины team». (0+) 13.20 «ЛЕНА И ЛЬВЁНОК». (6+) Двое не самых успешных контрабандистов пытаются передать белого львёнка в руки богатого коллекционера экзотических зверей. Но всё идет не по плану, и животное убегает. 15.15 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПРИЗРАК». (6+) 16.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+) 20.00 «НЕ ЗВЕЗДИ!» (16+) 21.55 «КИЛЛЕРЫ». (16+) 23.55 «ЗНАКОМСТВО С ФАКЕРАМИ». (12+) 02.05 «РЕГБИ». (16+) 04.25 «6 кадров». (16+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+) 09.00 «УНИВЕР». (16+) 19.00 «СЕРГИЙ ПРОТИВ НЕЧИСТИ». (16+) 20.30 «СЕРГИЙ ПРОТИВ НЕЧИСТИ: ШАБАШ». (16+) Сергий против нечисти сталкивается с новым опасным заданием по уничтожению могучего монстра, терроризирующего простых граждан с помощью магических способностей. 22.00 «ГОГОЛЬ: СТРАШНАЯ МЕСТЬ». (16+) Гоголь жив! Впрочем, это ненадолго: народ линчует воскресшего Николая Василевича, как упыря, если тот не обзудает наконец Черного всадника... 00.05 «ТЕРРИТОРИЯ». (16+) 01.55 «Импровизация. Команды». (16+) 03.30 «Студия «Союз». (16+) 05.05 «Импровизация». (16+)	05.00 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрим утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+) 09.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 17.00 03.05 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (16+) 22.20 «Смотреть всем!» (16+) 23.00 «Новости». (16+) 00.30 «ТОЧКА ВОЗВРАТА». (18+)			

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ЧЕ	ОТР	ОТР
05.00 «Тайны Медовой долины». (12+) 05.20 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+) 06.40 Пятница News. (16+) 07.10 На ножах. (16+) 08.10 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+) 10.20 На ножах. (16+) 12.20 Адская кухня. (16+) 14.00 На ножах. (16+) 21.20 Молодые ножи. (16+) 23.00 Секреты на кухне. (16+) 00.00 «СЦЕНЫ ИЗ СУПРУЖЕСКОЙ ЖИЗНИ». (16+) 02.40 Пятница News. (16+) 03.10 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)	06.00 Идеальный ужин. (16+) Пятеро участников ходят друг к другу в гости на званый ужин, где пробуют блюда, приготовленные хозяином вечера. 06.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 07.10 Дорожные войны. (16+) 09.00 Улётное видео. (16+) 10.30 «СОЛДАТЫ-14». (12+) 16.30 Улётное видео. (16+) 20.00 02.45 Решала. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.00 Опасные связи. (16+) 05.00 Идеальный ужин. (16+)	06.00 «Утро вместе». (12+) 10.12 11.27 22.36 «МАРЬИНА РОЩА-2». (12+) 12.45 «За дело!» (12+) 15.10 «ПЛОХОЙ ХОРОШИЙ ЧЕЛОВЕК». (12+) 16.45 22.22 «Конструкторы будущего». (12+) 17.00 «Открытая наука». (12+) 18.00 «Губернские новости». (12+) 18.15 «Вечер вместе». (12+) 21.00 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ СОМНЕВАЕТСЯ». (12+) 00.08 «Портретист Марии Антуанетты». (12+) 01.05 ОТражение. Главное. (12+)	04.30 «Путь к Победе» (16+) 05.30 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (18+) 07.00 «СЕМЬ ПАР НЕЧИСТЫХ». (16+) 08.20 «ИСЧЕЗНУВШИЕ». (16+) 11.50 «НА БЕЗЫМЯННОЙ ВЫСОТЕ». (16+) 15.30 «ЗАСТАВА ЖИЛИНА». (16+) Военная драма, разворачивающаяся на фоне первых дней войны. Это история становления человека, который на наших глазах из неопытного мальчика превращается в мужчину... 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+) 02.10 «ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ». (16+)	05.00 Ранние пташки. «Йоко», «Смешарики», «Бодо Бородо. Путешествия», «Барбоскины». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Цветняшки!» (0+) 08.05 «История изобретений». (0+) 09.20 «Дракошия». (0+) 09.30 «Кошечки-собачки». (0+) 10.50 «Бурёнка Даша». (0+) 11.00 «Волшебная кухня». (0+) 12.30 «Петроникс». (0+) Животное в опасности? Команда Петроникс! Вперёд, на помощь! 12.45 «Инфинити Надо». (6+) 13.00 «Диностер». (6+) 13.25 «Дикие скричеры!» (6+) 13.50 «Бубаб». (6+) 14.50 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+) 15.00 Час «Союзмультфильма». (0+) 16.05 «Клуб Винкс». (6+) 17.25 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+) 17.40 «Царевны». (0+) 18.55 «Оранжевая корова». (0+) 20.15 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Сказочный патруль». (0+) 22.00 «Инфинити Надо». (6+) 22.30 «Таинственные золотые города». (6+) 23.45 «Королевские зайцы». (0+) 00.05 «Дора-Дора-помидора». (0+) 00.15 «Вот так тигр!» (0+) 00.25 «Бумажки». (0+) 01.55 «Лунтик». (0+) 03.25 «Фиксики». (0+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ	МУЛЬТ
05.00 Ранние пташки. «Йоко», «Смешарики», «Бодо Бородо. Путешествия», «Барбоскины». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Цветняшки!» (0+) 08.05 «История изобретений». (0+) 09.20 «Дракошия». (0+) 09.30 «Кошечки-собачки». (0+) 10.50 «Бурёнка Даша». (0+) 11.00 «Волшебная кухня». (0+) 12.30 «Петроникс». (0+) Животное в опасности? Команда Петроникс! Вперёд, на помощь! 12.45 «Инфинити Надо». (6+) 13.00 «Диностер». (6+) 13.25 «Дикие скричеры!» (6+) 13.50 «Бубаб». (6+) 14.50 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+) 15.00 Час «Союзмультфильма». (0+) 16.05 «Клуб Винкс». (6+) 17.25 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+) 17.40 «Царевны». (0+) 18.55 «Оранжевая корова». (0+) 20.15 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Сказочный патруль». (0+) 22.00 «Инфинити Надо». (6+) 22.30 «Таинственные золотые города». (6+) 23.45 «Королевские зайцы». (0+) 00.05 «Дора-Дора-помидора». (0+) 00.15 «Вот так тигр!» (0+) 00.25 «Бумажки». (0+) 01.55 «Лунтик». (0+) 03.25 «Фиксики». (0+)	06.00, 18.00 «Бубаб». (6+) 06.30, 11.30, 19.25, 02.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+) 08.00, 13.00, 19.00, 04.00 «Барбоскины». (0+) 08.25, 13.25, 20.30 «Маша и Медведь». (0+) 09.00, 00.25 «Сказочный патруль». (0+) 10.00 «Фиксики. Дай пять! Бинт». (0+) 10.30 «Кошечки-собачки». (0+) 11.00, 04.30 «Бобр добр». (0+) 14.00, 17.30 «Фиксики». (0+) 14.30, 21.00 «Смешарики». (0+) 15.00 «Геройчики». (0+) 15.25 «Простоквашино». (0+) 17.00 Друзья на все времена. «День рождения бабушки», «Впервые на арене», «Вот так тигр!» (0+) 18.25, 03.00 «Лунтик». (0+) 20.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+) 20.55 «Машины сказки». (0+) 21.30 «Ник-изобретатель». (0+) 22.00, 05.30 «Фиксики. Дай пять!» (0+) 22.30 «Монсики». (0+) 23.00 «Соня и Лёня». (6+) 23.20 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+) 00.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+) 01.00 Друзья на все времена. «Рикки-Тикки-Тави» (6+), «Доремия» (0+) 01.30 «Малышарики». (0+) 02.00 «Грузовичок Лева» (0+) 03.25 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+) 05.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)	06.10, 17.50 Семь дней истории. (12+) 06.20 «Мы ИЗ КРОНШТАДТА». (12+) 08.00 Найти и рассказать. (12+) 08.30, 09.00 Легенды науки. (12+) 09.30 Достояние России. (12+) 09.55 Обыкновенная история. (6+) 10.10 Нулевая мировая. (12+) 11.00 Сопrotивление. Русские французы. (12+) 12.00 Народовластие. (12+) 12.25 Забытый полководец. (12+) 12.50 Битва коалиций. Вторая мировая война. (12+) 13.35 В поисках утраченного искусства. (12+) 14.20 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+) 14.35 Народный фронт Победы. (12+) 15.00, 16.10 Личность в истории. (12+) 16.00 Н. М. Карамзин. Историк государства Российского. (12+) 17.05 Историограф. (12+) 18.00 Эхо блокады. (12+) 18.55 Кольцо «А». (12+) 19.10 Исторические города Британии. (12+) 20.00, 20.20 Во имя человечества. История российской медицины. (12+) 20.45 Современное государство Российское. (12+) 21.25 Франц Лефор: танцующий адмирал. (12+) 22.05 История оружия. (16+) 23.00 Подземная Италия. (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

VJUU HISTORY!	VJUU HISTORY	VJUU HISTORY	ДОКТОР
06.10, 17.50 Семь дней истории. (12+) 06.20 «Мы ИЗ КРОНШТАДТА». (12+) 08.00 Найти и рассказать. (12+) 08.30, 09.00 Легенды науки. (12+) 09.30 Достояние России. (12+) 09.55 Обыкновенная история. (6+) 10.10 Нулевая мировая. (12+) 11.00 Сопrotивление. Русские французы. (12+) 12.00 Народовластие. (12+) 12.25 Забытый полководец. (12+) 12.50 Битва коалиций. Вторая мировая война. (12+) 13.35 В поисках утраченного искусства. (12+) 14.20 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+) 14.35 Народный фронт Победы. (12+) 15.00, 16.10 Личность в истории. (12+) 16.00 Н. М. Карамзин. Историк государства Российского. (12+) 17.05 Историограф. (12+) 18.00 Эхо блокады. (12+) 18.55 Кольцо «А». (12+) 19.10 Исторические города Британии. (12+) 20.00, 20.20 Во имя человечества. История российской медицины. (12+) 20.45 Современное государство Российское. (12+) 21.25 Франц Лефор: танцующий адмирал. (12+) 22.05 История оружия. (16+) 23.00 Подземная Италия. (12+)	06.00, 06.55 Великая война. (12+) 07.50 5000 лет истории Николая. (12+) 08.45 Древние суперстроения. (12+) 09.45 История Матери-Земли: тайны богини Геи. (12+) 10.40 Хомо Сапиенс: история одного вида: Конец пути. (12+) 11.40 Тайны мумий животных. (12+) 12.40 Запретная история: Окультизм воззрения нацистов. (12+) 13.30 Запретная история: Загадки Бермудского треугольника. (12+) 14.20 Настоящий неандерталец. (12+) 15.20 На скалах. (12+) 16.20 Ватикан - вечный город наместников божьих. (16+) 18.30 Тутанхамон: последняя выставка. (12+) 20.00 Запретная история: Тайный мир Ватикана (12+) 20.50 Запретная история: Салемская охота на ведьму. (12+) 21.40 Великая война: Война на море. (12+) 22.45 Великая война: Партизаны. (12+) 23.40 Древние суперстроения. (12+) 00.40 История Матери-Земли: тайны богини Геи. (12+) 01.30 Хомо Сапиенс: история одного вида: Конец пути. (12+) 02.25 Тайны мумий животных. (12+)	06.00, 12.45, 18.20, 23.55 О самом главном. Для каких органов опасна гипертония? (12+) 06.50 Большой скачок. Эффект плацебо. (12+) 07.20 Теледоктор. Главное о здоровье. (12+) 08.10, 14.30, 00.50 Будь в тонусе! (12+) 08.35, 14.55, 01.20, 10.00, 10.25 Большой скачок. (12+) 09.05 О самом главном. Когда не нужно вызывать скорую помощь? (12+) 10.55, 01.45 Медицинский квест. Цистит. (12+) 11.45 Мозг на прокачку. Сделайте меня умнее. (12+) 13.40 Клиники России (12+) 15.25 О самом главном. Как заподозрить рак кишечника? (12+) 16.20 Медицинский репортаж. Чем рискуют повара и кондитеры? (12+) 16.50 Клинический случай. Спасти Есенина. (12+) 17.20 Мозг на прокачку. (12+) 19.20, 05.15 Медицинский квест. Герпес. (12+) 20.05, 02.30 На приёме у Михаила Лабковского. Как пережить измену. (12+) 20.30, 03.00 На приёме у Михаила Лабковского. Психология секса. (12+) 21.00 О самом главном. (12+) 21.55 Мозг на прокачку. Усилим воли. (12+) 23.00, 23.25, 03.25, 03.50 На приёме у Михаила Лабковского. (12+)	

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
Культура



19.45 «Библийский сюжет»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35 16.15 «Предки наших предков»
- 08.15 «Жизнь и судьба»
- 08.35 «Забываемое ремесло»
- 08.50 «ЦИРК ПРИЕХАЛ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.25 23.55 «СПРУТ-3»
- 12.45 «Земля людей»
- 13.15 01.45 «Томас Кромвель»
- 14.05 «Эрмитаж»
- 14.35 «КАПИТАН НЕМО»
- 15.50 02.30 «Жизнь замечательных идей»
- 17.15 01.00 Солисты-дирижеры
- 18.05 «Запечатленное время»
- 18.35 «Элизабет Виже-Лебрен»
- 19.45 «Библийский сюжет»
- 20.15 Абсолютный слух
- 20.55 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.10 Линия жизни
- 22.00 «НОС»

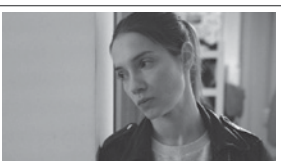
ТВЦ



14.45 Город новостей

- 06.00 «Настроение».
- 08.20 «Петровка, 38». (16+)
- 08.40 «СЛИШКОМ МНОГО ЛЮБОВНИКОВ». (12+)
- 10.35 «Николай Караченцов. Наш Бельмондо». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 События
- 11.45 «ЗАТЕРЯННЫЕ В ЛЕСАХ». (16+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.45 Город новостей
- 15.00 «ГЕРОЙ ПО ВЫЗОВУ». (16+)
- 16.55 «Дорогие товарищи. Дело Елисеевского гастронома». (16+)
- 18.05 «ЛАНЦЕТ». (12+)
- 22.00 События
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 Хроники московского быта. (16+)
- 00.00 События. 25-й час (12+)
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «90-е. Вашингтонский обком». (16+)
- 01.25 Прощание. (16+)
- 02.10 «Шестидневная война. Успех одноглазого министра». (12+)

ТВ-3



23.00 «ИСТОРИК». (16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.15 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
- 12.30 Мистические истории. (16+)
- 13.30 «ТОЛКОВАТЕЛЬ СНОВ». (16+)
- 14.30 Лучший друг человека. (16+)
- 15.45 Гадалка. (16+)
- 16.45 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
- 17.00 «Слепая». (16+)
- 18.30 «ТЕСТ НА БЕРЕМЕННОСТЬ». (16+)
- 20.45 «ОН - ДРАКОН». (6+)
- 23.00 «ИСТОРИК». (16+)
- 01.00 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)
- 01.45 «Колдуны мира». (16+)
- 05.00 «Тайные знаки». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



10.55 «Понять. Простить». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.40 Давай разведёмся! (16+)
- 08.40 Тест на отцовство. (16+)
- 10.55 «Понять. Простить». (16+)
- 12.10 00.55 «Порча». (16+)
- 12.40 «Знахарка». (16+)
- 13.15 «Верну любимого». (16+)
- 13.50 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.25 Скажи, подруга. (16+)
- 14.40 «Преступления страсти». (16+)
- 19.00 «ИЩУ ТЕБЯ». (16+)
- 23.45 «Понять. Простить». (16+)
- 01.20 «Знахарка». (16+)
- 01.45 «Верну любимого». (16+)
- 02.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.35 «МОЙ ОСЕННИЙ БЛЮЗ». (16+)
- 04.15 «ПРИВЕТ, КИНДЕР!». (16+)

5 5-й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.30 «КАЗАКИ». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «КАЗАКИ». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «КАЗАКИ». (16+)
- 13.45 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-2». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 18.00 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «СВОИ-4». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СВОИ-4». (16+)
- 02.00 «СЛЕД». (16+)
- 03.20 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

★ ЗВЕЗДА

- 05.10 «ВНИМАНИЕ, ГОВОРИТ МОСКВА!». (16+)
- 09.00 13.00 19.00 Новости дня. (16+)
- 09.15 «ОТЦЫ И ДЕДЫ». (12+)
- 11.10 13.25 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
- 17.15 «Неизвестные сражения Великой Отечественной». (16+)
- 19.55 «Секретные материалы». (16+)
- 23.15 «ПОДВИГ РАЗВЕДЧИКА». (12+)
- 01.05 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «АННА ГЕРМАН». (16+)
- 12.00 18.00 «От 7 до 17». (12+)
- 12.30 01.30 «Документальное кино». (12+)
- 13.00 16.30 «ПРИНЦ СИБИРИ». (16+)
- 13.45 «Полицейский вестник». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 01.15 «Открываем Воронеж». (12+)
- 14.45 «В тени чемпионов». (12+)
- 15.00 «УЧИТЕЛЯ». (16+)
- 17.15 «Актуальное интервью». (12+)
- 17.30 03.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.30 22.15 «Воронежские спасатели». (12+)
- 18.45 22.00 «Парламентский дневник». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.30 «Формула здоровья». (12+)
- 20.30 «Территория успеха». (12+)
- 23.00 «КОРОЛИ ИНТРИГИ». (16+)

СПОРТ

- 06.00 14.25 «Кто кого?» (12+)
- 06.30 Футбол. Мелбет-Первая Лига. Обзор тура. (0+)
- 07.00 10.00 12.55 14.55 Новости (12+)
- 07.05 15.30 22.45 Все на Матч! (12+)
- 10.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 01.20 «Спортивный век». (12+)
- 11.25 Смешанные единоборства. (16+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 15.00 География спорта. (12+)
- 16.00 Футбол. «Оренбург» - ЦСКА. Кубок России (12+)
- 18.15 Футбол. «Факел» - «Соочи». Кубок России (12+)
- 20.30 Футбол. «Ростов» (Ростов-на-Дону) - «Рубин» (Казань). Кубок России (12+)
- 23.55 Футбол. Чемпионат мира. Женщины. Обзор. (0+)
- 00.25 «Вы это видели». (12+)
- 02.20 Что по спорту? (12+)
- 02.50 Новости. (0+)
- 02.55 Плавание. Чемпионат мира по водным видам спорта. (0+)
- 04.30 Классика бокса. (16+)

- 06.00 17.55 23.50 Плавание. Кубок России. (0+)
- 07.30 15.35 17.40 21.00 22.10 01.35 Спецрепортаж. (12+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости (12+)
- 07.55 «Жестокий спорт». (12+)
- 08.25 Стрельба из лука. Чемпионат России. (0+)
- 09.35 «Магия большого спорта». (12+)
- 10.05 Пляжный футбол. Сенегал - ОАЭ. Кубок Наций. (0+)
- 11.20 04.00 Пляжный футбол. Россия - Иран. Кубок Наций. (0+)
- 12.35 05.30 География спорта. (12+)
- 13.05 Дартс. Профессиональная лига. (0+)
- 15.15 Спецрепортаж (16+)
- 16.00 Смешанные единоборства (16+)
- 20.05 «Шёлковый путь. Новейшая история». (12+)
- 21.20 «Династия». (12+)
- 22.30 «Есть тема!» (16+)
- 01.50 Конный спорт. Бегега. (0+)

- 05.50 «ПЛАНЕТА КА-ПЭК». (12+)
- 07.45 «ПРОБУЖДЕНИЕ». (6+)
- 09.55 «1+1». (16+)
- 12.00 «500 ДНЕЙ ЛЕТА». (16+)
- 13.40 «ОДНАЖДЫ В РИМЕ». (16+)
- 15.20 «ИНТУИЦИЯ». (12+)
- 17.00, 17.55 «ЛЮБОВЬ, РАЗУМ, МЕСТЬ». (16+)
- 18.40 «ПРИНЦЕССА СПЕЦИЙ». (16+)
- 20.25 «ШОКОЛАД». (16+)
- 22.45 «ДЖУЛИ И ДЖУЛИЯ: ГОТОВИМ СЧАСТЬЕ ПО РЕЦЕПТУ». (12+)
- 01.05 «ОДНАЖДЫ В РИМЕ». (16+)
- 02.25 «500 ДНЕЙ ЛЕТА». (16+)
- 03.55 «ОТЛИЧНИЦА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)

- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 05.55 «Чуч-Мяуч». Мультсериал. (6+)
- 06.15 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 07.00 «БЕГИ!» (16+)
- 08.50 «ДРУЗЬЯ ДРУЗЕЙ». (16+)
- 10.25 «ДЖЕНТЛЬМЭНЫ, УДАЧИ!» (6+)
- 12.10 «ЯЙЦО ФАБЕРЖЕ». (12+)
- 13.45 «БУЛКИ». (16+)
- 15.30 «ДЖУНГЛИ». (12+)
- 17.05, 18.05 «МАЖОР». (16+)
- 19.05 «БАТЯ». (16+)
- 20.30 «РОДНЫЕ». (12+)
- 22.10 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (12+)
- 00.00 «БАБЛО». (16+)
- 01.30 «ХЭППИ-ЭНД». (12+)
- 03.05 «БЕГИ!» (16+)
- 04.40 Мультфильмы. (6+)

- 06.10 «Про Федота-стрельца, удалого молодца». Мультфильм. (12+)
- 07.25 «Три богатыря и Морская Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.50 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 10.35 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 12.00 «МАЖОР-2». (16+)
- 15.05 «СВАТЫ». (16+)
- 22.10 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 02.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 03.55 «ПЕРЕКРЕСТОК». (16+)
- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 12.00 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
- 14.00, 15.00, 16.00, 17.10 «ВО ИМЯ ЛЮБВИ». (16+)
- 18.00, 19.00, 20.00, 21.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)
- 22.00 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
- 23.00 Суббота News 2023. (16+)
- 23.10 Моя жена рулит. (16+)
- 00.20 Кулинарные детективы. (16+)
- 01.10, 02.00, 02.50 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- 03.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ДУМА О КОВПАКЕ. БУРАК». Фильм 2. (12+)
- 07.05 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Меркурий Кесарийский и Меркурий Смоленский. Цикл: Святые воины. (6+)
- 11.05 В поисках Бога. (6+)
- 11.40, 00.55 Расскази мне о Боге. (6+)
- 12.15 Простые чудеса. (12+)
- 13.05, 22.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 13.40, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Павловск (Церковь Петра и Павла). Цикл: Путешествие к сердцу дворцов. (0+)
- 15.25 «КАЗАКИ-РАЗБОЙНИКИ». (0+)
- 16.45 «ОТ БУГА ДО ВИСЛЫ. ЧАСТЬ 1: ДЕЙСТВОВАТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНО». (12+)
- 18.05 «ОТ БУГА ДО ВИСЛЫ. ЧАСТЬ 2: СМЕРТИ НАПЕРЕКОР». (12+)
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30, 02.45 Муженик Уар. Цикл: Святые воины. (6+)
- 22.50 Русский мир. (12+)
- 23.55 День Патриарха. (0+)
- 00.10 Простые чудеса. (12+)
- 01.25 Шипков. (12+)
- 01.55 Встреча. (12+)
- 03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

МУЗЫКА

- 05.00 Лайкер. (16+)
- 06.00 Муз'итив. (16+)
- 06.40 PPO-новости. (16+)
- 07.00 Лайкер. (16+)
- 08.10 Teen чарт. (16+)
- 08.40 PPO-новости. (16+)
- 09.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 10.00 Плейлист. Лето. (16+)
- 10.30 Лига клипов. (16+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 13.00 Хиты по-русски. (16+)

- 14.00 Top-15 Like FM. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Битва фанклубов. (16+)
- 17.00 Лайкер. (16+)
- 18.00 PPO-новости. (16+)
- 18.20 Плейлист. Лето. (16+)
- 19.00 WEB чарт. (16+)
- 20.00 Top-30. (16+)
- 22.30 Хит-сториз. (16+)
- 23.00 PPO-новости. (16+)
- 23.20 Стартаперы. (16+)
- 23.55 Ловец слов. (16+)
- 00.30 Муз'итив. (18+)
- 01.30 Наше. (16+)

- 00.30 «27 СВАДЕБ». (16+)
- 02.55 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК-2». (16+)
- 04.40 «ИХ СОБСТВЕННАЯ ЛИГА». (16+)
- 07.10 «СУПЕРНЯНЬ». (16+)
- 08.45 «ОДНОКЛАССНИКИ». (12+)
- 10.35 «ОДНОКЛАССНИКИ-2». (16+)
- 12.25 «БОЛЬШАЯ СВАДЬБА». (16+)
- 14.05 «ПЫШКА». (16+)
- 16.05 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО-2». (16+)
- 17.35 «ШЕФ АДАМ ДЖОНС». (18+)
- 19.30 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО-3». (16+)
- 20.55 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
- 22.35 «НА РЫБАЛКУ!» (12+)

- 06.45 Мультфильмы. (0+)
- 07.50 «ВАКАНСИЯ». (12+)
- 09.05 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (12+)
- 10.45 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (12+)
- 13.10 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (12+)
- 18.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-4». (16+)
- 19.45 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+)
- 21.30 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (12+)
- 00.25 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (18+)
- 01.55 «СКАЗАНИЕ О ЗЕМЛЕ СИБИРСКОЙ». (12+)
- 03.35 «ДВЕ ГЛАВЫ ИЗ СЕМЕЙНОЙ ХРОНИКИ». (12+)
- 05.05 «ПОВОРОТ». (12+)

- 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 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА. НОВАЯ ВЕРСИЯ». (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «Буба». Мультсериал. (6+)
- 08.20 «Готовим с Бубой». Мультсериал. (6+)
- 08.30 «Ералаш». (0+)
- 09.05 «КУХНЯ». (16+)
- Чтобы поднять рейтинг ресторана, Вика пытается внедрить новые идеи, новые порядки и меню.
- 15.00 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
- 17.50 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
- Теперь Карен живёт у Егора и Маринэ.
- 01.10 «б кадров». (16+)
- 04.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ДУМА О КОВПАКЕ. БУРАК». Фильм 2. (12+)
- 07.05 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Меркурий Кесарийский и Меркурий Смоленский. Цикл: Святые воины. (6+)
- 11.05 В поисках Бога. (6+)
- 11.40, 00.55 Расскази мне о Боге. (6+)
- 12.15 Простые чудеса. (12+)
- 13.05, 22.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 13.40, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Павловск (Церковь Петра и Павла). Цикл: Путешествие к сердцу дворцов. (0+)
- 15.25 «КАЗАКИ-РАЗБОЙНИКИ». (0+)
- 16.45 «ОТ БУГА ДО ВИСЛЫ. ЧАСТЬ 1: ДЕЙСТВОВАТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНО». (12+)
- 18.05 «ОТ БУГА ДО ВИСЛЫ. ЧАСТЬ 2: СМЕРТИ НАПЕРЕКОР». (12+)
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30, 02.45 Муженик Уар. Цикл: Святые воины. (6+)
- 22.50 Русский мир. (12+)
- 23.55 День Патриарха. (0+)
- 00.10 Простые чудеса. (12+)
- 01.25 Шипков. (12+)
- 01.55 Встреча. (12+)
- 03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

26 июля
Седмица 8-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Собор Архангела Гавриила.



Прп. Стефана Саввита. Свт. Иулиана, еп. Кеноманийского. Мч. Серапиона. Мч. Маркиана. Всех святых, в земле Литовской просиявших.

Постный день.

«Творец создал людей, чтобы на Него взирали и Ему уподоблялись, и чтобы, как Сам Он содержит в порядке тварь Свою, так и они подчиняли порядку дела свои».

Прп. Ефрем Сирий

ПЕРВЫЙ



22.00 «МИССИЯ «АМЕТИСТ». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «АнтиФейк». (16+)
- 10.00 «Жить здорово!» (16+)
- 10.50 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 18.30 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 19.55 «Куклы наследника Тутти». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «МИССИЯ «АМЕТИСТ». (16+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.00 Подкаст.Лаб. (16+)
- 03.00 Новости

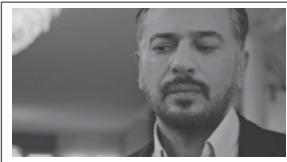
РОССИЯ 1



14.55 «ГРОЗНЫЙ». (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 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «ГРОЗНЫЙ». (16+)
- 16.00 Вести
- 16.30 Прямой эфир. (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «СЧАСТЬЕ НЕ ЗА ГОРАМИ». (16+)
Лиля готова на всё, чтобы не допустить операции Никиты. Она вкалывает ему снотворное и похищает. Узнав правду о своём сыне, погибшем на операционном столе Татьяны, полковник Костенко принимает неожиданное решение....
- 23.30 «ТИХИЙ ДОН». (12+)
- 01.05 «РАЯ ЗНАЕТ ВСЁ!» (12+)
- 02.50 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)

НТВ



16.45 «ЗИМОРОДОК». (16+)

- 04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «ЗИМОРОДОК». (16+)
Сейран не рада незваной гостье, которая поселилась в их доме. На Казыма и Ферита нападают люди Сертера. Казым пытается защитить Ферита...
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
- 00.20 «Основано на реальных событиях». (16+)
- 01.20 «ДИКИЙ». (16+)

СТС



20.00 «ЛУЛУ И БРИГГС». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.30 «Простоквашино». (0+)
- 07.15 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 08.00 Уральские пельмени. (16+)
- 09.15 «БЕЛЛЬ И СЕБАСТЬЯН: ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПРОДОЛЖАЮТСЯ». (6+)
- 11.15 «БЕЛЛЬ И СЕБАСТЬЯН: ДРУЗЬЯ НАВЕК». (6+)
- 13.00 «НЕ ЗВЕЗДИ!». (16+)
- 14.55 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
- 16.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 20.00 «ЛУЛУ И БРИГГС». (12+)
- 22.00 «ПСЫ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (6+)
- 23.55 «СТРАНА САША». (16+)
- 01.35 «РЕГБИ». (16+)
- 04.45 «6 кадров». (16+)
- 05.10 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

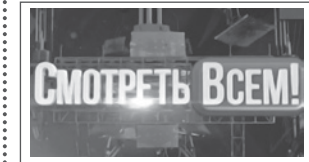
ТНТ



01.35 «Импровизация. Команды». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
- 09.00 «УНИВЕР». (16+)
- 20.00 «ЛИБЕРЕЯ: ОХОТНИКИ ЗА СОКРОВИЩАМИ». (12+)
При строительстве столичного метро рабочие обнаруживают драгоценный клад, который доказывает - легендарная Библиотека Ивана Грозного существует!
- 22.05 «ЧЕРНОВИК». (12+)
Молодой москвич Кирилл - талантливый дизайнер компьютерных игр. В один прекрасный день он оказывается напрочь стертым из памяти всех, кого он знал и любил.
- 00.35 «ТЕРРИТОРИЯ». (16+)
- 01.35 «Импровизация. Команды». (16+)
- 03.10 «Студия «Союз». (16+)
- 04.45 «Импровизация». (16+)

РЕН



22.00 «Смотреть всем!» (16+)

- 05.00 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Документальный проект». (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 «Неизвестная история». (16+)
- 17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «ПАРАНОЙЯ». (16+)
- 22.00 «Смотреть всем!» (16+)
- 00.30 «ПОДСТАВА». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- 06.20 Пятница News. (16+)
- 06.50 На ножах. (16+)
- 07.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (16+)
- 10.00 Четыре свадьбы. (16+)
- 12.00 Девичник. (16+)
- 13.20 Четыре свадьбы. (16+)
- 19.00 Четыре жены. (16+)
- 00.00 «ОСЕННЯЯ СОНАТА». (16+)
- 01.40 Пятница News. (16+)
- 02.00 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- 03.30 На ножах. Отели. (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Идеальный ужин. (16+)
- 06.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
- 07.10 Дорожные войны. (16+)
- 09.00 Улётное видео. (16+)
- 10.30 «СОЛДАТЫ-14». (12+)
- 16.30 Улётное видео. (16+)
- 20.00 02.45 Решала. (16+)
Ведущий проекта Влад Чижов - блогер, который ведет свой паблик в сети и помогает жертвам мошенников вернуть деньги
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.00 Опасные связи. (16+)
- 05.10 Идеальный ужин. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.12 11.27 22.36 «МАРЬИНА РОЩА-2». (12+)
- 12.16 «Свет и тени». (16+)
- 12.45 «Отчий дом». (12+)
- 15.12 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ СОМНЕВАЕТСЯ». (12+)
- 16.45 22.22 «Конструкторы будущего». (12+)
- 17.00 «Формула здоровья». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 21.00 «ЖЕНЯ, ЖЕНЕЧКА И «КАТЮША». (12+)
- 00.08 «Портретист Марии Антуанетты». (12+)
- 01.05 ОТражение. Главное. (12+)

Ю

- 05.15 «Маша и Медведь». (0+)
О дружбе и приключениях маленькой озорной девочки Маши и ее забавного друга Медведя.
- 07.10 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
- 09.05 19.00 «КЛОН». (16+)
- 10.05 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
- 11.05 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 13.15 «Супермама». (16+)
- 17.20 «Беременная в 16». (16+)
- 21.00 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.05 «Я стесняюсь своего тела». (18+)
- 01.45 «Измены». (18+)
- 03.30 «Моя свекровь - монстр». (16+)

МИР

- 08.10, 11.05, 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 09.05, 12.05, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.40 Новости
- 10.10, 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 16.15 Приговор?! (16+)
- 17.10 Мировое соглашение. (16+)
- 18.50 Игра в кино. (12+)
- 21.35 Назад в будущее (16+)
- 22.20 Всемирные игры разума. (12+)
- 22.55 «АЛЫЕ ПАРУСА» (12+)
- 00.30 Рожденные в СССР. К юбилею И. Винер. (12+)
- 00.55 Любимые актеры 2.0. (12+)
- 01.20 «БЛИЗНЕЦЫ». (12+)
- 02.55 Спецрепортаж. (12+)

ПОБЕДА

- 05.10 «Путь к Победе» (16+)
- 06.10 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
- 08.30 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
- 10.00 «СНЕГ И ПЕПЕЛ». (16+)
- 13.20 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. УДАРНАЯ ВОЛНА». (16+)
- Май 1943 года. Начальник УКР «СМЕРШ» поручает лейтенанту ГБ Андрею Терехову проверить ничем не примечательного школьного сторожа...
- 16.50 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. СКРЫТЫЙ ВРАГ». (16+)
- 20.30 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. ЛИСЬЯ НОРА». (16+)
- 23.59 «Путь к Победе». (16+)
- 01.00 «ЧАКЛУН И РУМБА». (16+)
- 02.20 «КУКУШКА». (16+)
- 04.00 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Йоко», «Смешарики», «Бодо Бородо. Путешествия», «Барбоскины». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Цветяшки!» (0+)
- 08.05 «Алиса и Льюис». (0+)
- 09.20 «Дракошия». (0+)
- 09.30 «Кошечки-собачки». (0+)
- 10.50 «Буренка Даша». (0+)
Мультпликационный кароке-проект, основанный на народных песнях и сказках, а также на авторских историях о главных персонажах.
- 11.00 «Спина к спине». (0+)
- 12.30 «Петроникс». (0+)
- 12.45 «Инфинити Надю». (6+)
- 13.00 «Диностер». (6+)
- 13.25 «Дикие скричеры!» (6+)
- 13.50 «Буба». (6+)
- 14.50 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)
- 15.00 Час «Союзмультфильма». (6+)
- 16.05 «Клуб Винкс». (6+)
- 17.25 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
- 17.40 «Царевны». (0+)
- 18.55 «Оранжевая корова». (0+)
- 20.15 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Сказочный патруль». (0+)
- 22.00 «Инфинити Надю». (6+)
- 22.30 «Таинственные золотые города». (6+)
- 23.45 «Дед Мороз и лето». (0+)
- 00.00 «В стране невыученных уроков». (0+)
- 00.25 «Бумажки». (0+)
- 01.55 «Лунтик». (0+)
- 03.25 «Фиксики». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00, 18.00 «Буба». (6+)
- 06.30, 11.30, 19.25, 02.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
- 08.00, 13.00, 19.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)
- 08.30, 13.25, 20.30 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00, 00.25 «Сказочный патруль». (0+)
- 10.00, 14.00, 17.30 «Фиксики». (0+)
- 10.30 «Кошечки-собачки». (0+)
- 11.00, 04.25 «Бобр добр». (0+)
- 14.30, 21.00 «Смешарики». (0+)
- 15.00 «Геройчики». (0+)
- 15.25 «Простоквашино». (0+)
- 17.00 Друзья на все времена. «Как Львенок и Черепашка пели песню», «Дерева». (0+)
- 18.25, 03.00 «Лунтик». (0+)
- 20.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 20.55 «Машины сказки». (0+)
- 21.30 «Ник-изобретатель». (0+)
- 22.00 «Фиксики. Дай пять! Бинт». (0+)
- 22.35 «Монсики». (0+)
- 23.00 «Соня и Лёня». (6+)
- 23.20 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)
- 00.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
- 01.00 Друзья на все времена. «Хомячок Фрош. Друзья в поисках клада», «Умная собачка Соня». (0+)
- 01.25 «Мальшарик». (0+)
- 02.00 «Грузовичок Лева». (0+)
- 03.20 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 05.30 Достояние России. (12+)
- 05.55, 10.30 Обыкновенная история. (6+)
- 06.05 Нулевая мировая. (12+)
- 07.00 Соппротивление (12+)
- 07.55 Народовластие. (12+)
- 08.25 Забытый полководец. (12+)
- 08.50 Битва коалиций. Вторая мировая война. (12+)
- 09.30, 16.10 Личность в истории. (12+)
- 10.40 Народный фронт Победы. (12+)
- 11.05 Великие живописцы. (12+)
- 12.00 Эхо блокады. (12+)
- 12.55 Кольцо «А». (12+)
- 13.10 Исторические города Британии. (12+)
- 14.00 Роковой конфликт: Иудея и Рим. (12+)
- 14.55 Россия научная. Великие имена. (12+)
- 15.10 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 16.00 Н. М. Карамзин. Историк государства Российского. (12+)
- 17.05 Историкограф. (12+)
- 17.50 Семь дней истории. (12+)
- 18.00, 18.20 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
- 18.45 На пути к Великой Победе. (12+)
- 19.15 Франц Лефор: танцующий адмирал. (12+)
- 20.00 Историада. (12+)
- 20.50 Книжные аллеи. (12+)
- 21.20 Жил-был Дом. (12+)
- 21.50 Элемент познания. (12+)
- 22.15 Герасимовы. (12+)
- 23.00 Несломленный нарком. (12+)

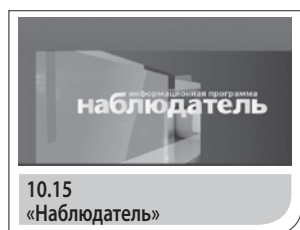
VJU HISTORY

- 06.15, 07.15 Великая война. (12+)
- 08.10 Запретная история: Загадка хрустальных черепов. (12+)
- 09.00 Ватикан - вечный город наместников божьих. (16+)
- 11.15 Тутанхамон: последняя выставка. (12+)
- 12.45 Запретная история: Тайный мир Ватикана. (12+)
- 13.35 Запретная история: Салемская охота на ведьм. (12+)
- 14.25 Загадка костей: гендерная революция. (12+)
- 15.25 На скалах. (12+)
- 16.25 Империя с Майклом Портилло: Индия. (12+)
- 17.15 Империя с Майклом Портилло: Ямайка. (12+)
- 18.10, 19.05 Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)
- 20.00 Запретная история: Тайная жизнь Моисея. (12+)
- 20.50 Запретная история: Секреты Библии Дьявола. (16+)
- 21.45 22.40 Великая война. (12+)
- 23.40 Ватикан - вечный город наместников божьих. (16+)
- 01.40 Тутанхамон: последняя выставка. (12+)
- 03.00 Запретная история: Тайный мир Ватикана. (12+)
- 03.50 Запретная история: Салемская охота на ведьм. (12+)
- 04.30 Жизнь на вулкане. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 12.50, 18.20, 23.40 О самом главном. Эпидемия ожирения. (12+)
- 06.55, 04.40 Большой скачок. (12+)
- 07.20 Клиника России (12+)
- 08.10, 14.35, 00.35 Я, человек. (12+)
- 08.55 О самом главном. Как заподозрить рак кишечника? (12+)
- 09.55 Медицинский репортёр. Чем рискуют повара и кондитеры? (12+)
- 10.20 Клинический случай. Спасти Есенина. (12+)
- 10.50, 19.15, 19.45, 01.20, 05.05, 05.30 На приёме у доктора Ямшиковой. (12+)
- 11.20, 01.45 На приёме у доктора Ороса. (12+)
- 11.50 Мозг на прокачку. (12+)
- 13.45 Медицинский квест. Герлес. (12+)
- 15.20 О самом главном. (12+)
- 16.20, 03.45 На приёме у Михаила Лабковского. Как пережить измену. (12+)
- 16.45, 04.10 На приёме у Михаила Лабковского. Психология секса. (12+)
- 17.15 Мозг на прокачку. Усилием воли. (12+)
- 20.15, 02.15 Научные сенсации. Когнитивные искажения. (12+)
- 21.00 О самом главном. Отказ от вредных привычек: синдром отмены. (12+)
- 21.55 Как укрепить иммунитет? (12+)
- 22.50, 03.00 Научные сенсации. Продлить жизнь. (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



10.15 «Наблюдатель»

06.30 «Пешком...»
07.05 Легенды мирового кино
07.35 16.15 «Предки наших предков»
08.15 «Жизнь и судьба»
08.35 «Забитое ремесло»
08.50 «УКРАЛИ ЗЕМБУ»
10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
10.15 «Наблюдатель»
11.25 23.55 «СПРУТ-3»
12.45 «Земля людей»
13.15 18.35 «Элизабет Виге-Лебрен»
14.05 «Эрмитаж»
14.35 «КАПИТАН НЕМО»
15.50 02.30 «Жизнь замечательных идей»
17.15 Солисты-дирижеры
18.05 «Запечатленное время»
19.45 «Библейский сюжет»
20.15 Абсолютный слух
20.55 «Спокойной ночи, малыши!»
21.10 «СМЕРТЬ ПОД ПАРУСОМ»
23.25 «Роман в камне»

ТВЦ ТВЦ



08.20 «Петровка, 38». (16+)

06.00 «Настроение»
08.20 «Петровка, 38». (16+)
08.45 «СЛИШКОМ МНОГО ЛЮБОВНИКОВ». (12+)
10.35 «Николай Черкасов. Последний Дон Кихот». (16+)
11.30 14.30 17.50 События.
11.45 «ПРАВДА». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.00 «ГЕРОЙ ПО ВЫЗОВУ». (16+)
16.55 «Дорогие товарищи. Свадьба в Эрмитаже». (16+)
18.05 «ЛАНЦЕТ». (12+)
22.00 События
22.35 «10 самых...» (16+)
23.05 «Актерские драмы. Общак». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Приговор». (16+)
01.25 «Русский рок. Виктор Цой». (16+)
02.05 «Шестидневная война. Брежневу брошен вызов». (12+)

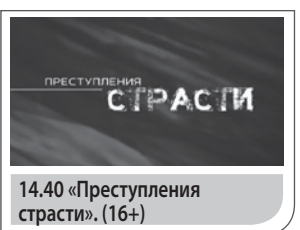
ТВ-3 ТВ-3



20.45 «МИФ». (12+)

06.00 Утренние гадания. (16+)
06.15 «Мультфильмы». (0+)
09.15 Утренние гадания. (16+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
12.15 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
12.30 Мистические истории. (16+)
13.30 «ТОЛКОВАТЕЛЬ СНОВ». (16+)
14.30 Вернувшиеся. (16+)
15.45 Гадалка. (16+)
16.45 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
17.00 «Слепая». (16+)
18.30 «ТЕСТ НА БЕРЕМЕННОСТЬ». (16+)
20.45 «МИФ». (12+)
23.00 «ИСТОРИК». (16+)
01.15 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)
02.00 Исповедь экстрасенса. (16+)
04.15 «Тайные знаки». (16+)
05.30 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



14.40 «Преступления страсти». (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.55 Давай разведёмся! (16+)
08.55 Тест на отцовство. (16+)
11.10 «Понять. Простить». (16+)
12.25 00.35 «Порча». (16+)
12.55 «Знахарка». (16+)
13.30 «Верну любимого». (16+)
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.40 «Преступления страсти». (16+)
19.00 «ЗАВТРА Я ТЕБЯ РАЗЛЮБЛЮ». (16+)
23.20 «Понять. Простить». (16+)
01.00 «Знахарка». (16+)
01.25 «Верну любимого». (16+)
01.50 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.15 «ОДИНОЧЕСТВА. NET». (16+)
05.25 По делам несовершеннолетних. (16+)

5 5-й КАНАЛ

05.00 «Известия». (16+)
05.25 «КАЗАКИ». (16+)
09.00 «Известия». (16+)
09.30 «КАЗАКИ». (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 «КАЗАКИ». (16+)
13.45 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-2». (16+)
17.30 «Известия». (16+)
18.00 «СЛЕД». (16+)
22.20 «СВОИ-4». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «СВОИ-4». (16+)
02.00 «СЛЕД». (16+)
03.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

ЗВЕЗДА

05.50 11.10 13.25 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
09.00 Новости дня. (16+)
09.15 «ПРИЕЗЖАЯ». (12+)
13.00 Новости дня. (16+)
17.20 «Неизвестные сражения Великой Отечественной». (16+)
19.00 Новости дня. (16+)
19.55 «Код доступа». (12+)
23.15 «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ». (12+)
00.50 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (16+)
02.55 «Легендарные самолеты». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 15.00 «УЧИТЕЛЯ». (16+)
12.00 04.00 «Формула здоровья». (12+)
12.30 18.30 «Парламентский дневник». (12+)
12.45 17.15 «Воронежские спасатели». (12+)
13.00 16.30 «ПРИНЦ СИБИРИ». (16+)
13.45 01.45 «Открываем Воронеж». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
17.30 «Дискуссионный клуб ТВ Губернии». (12+)
18.45 22.30 «Служу Отечеству». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.00 01.15 03.30 «Современники». (12+)
20.20 22.20 «Общее дело». (12+)
20.30 00.45 03.00 «Мастерская спорта». (12+)
22.45 «В тени чемпионов». (12+)
23.00 «СЮРПРИЗ». (16+)
04.30 «От 7 до 17». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА

06.00 14.25 «Кто кого?» (12+)
06.30 «Головая неделя. РФ». (0+)
07.00 10.00 12.55 14.55 Новости
07.05 17.00 19.30 22.00 Все на Матч!
10.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
10.25 01.20 «Спортивный век». (12+)
11.25 Смешанные единоборства. (16+)
13.00 «Есть тема!»
15.00 Гольф. Чемпионат Московской области
16.30 Автоспорт. Чемпионат России по дрифт-рейсингу. (0+)
17.40 Плавание. Кубок России
19.45 Футбол. «Краснодар» - «Спартак» (Москва). FONBET Кубок России
22.55 Футбол. FONBET Кубок России. Обзор. (0+)
23.55 Футбол. Чемпионат мира. Женщины. Обзор. (0+)
00.25 «Вы это видели». (12+)
02.20 Что по спорту? (12+)
02.50 Новости. (0+)

06.00 23.50 Плавание. Кубок России. (0+)
07.50 10.00 13.00 Новости
07.55 Смешанные единоборства. (16+)
09.35 «Спортивный интерес». (12+)
10.05 Теннис. Открытый летний кубок Москвы. Финал. (0+)
11.35 16.30 16.50 22.10 01.30 Спецрепортаж. (12+)
11.50 «Шелковый путь. Новейшая история». (12+)
12.45 «Небесная грация». (12+)
13.05 «Парусный спорт» (16+)
13.30 01.50 Гольф. Чемпионат Московской области. (0+)
17.05 04.20 Бокс. Россия - Сербия. Международная матчевая встреча. (0+)
18.45 Что по спорту? (12+)
19.15 Дартс. Профессиональная лига. (0+)
21.20 Автоспорт. Ралли-кросс. (0+)
22.30 «Есть тема!» (16+)
03.55 «Магия большого спорта». (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Лайкер. (16+)
06.00 Муз'итив. (16+)
06.40 PRO-новости. (16+)
07.00 Лайкер. (16+)
07.35 Teen чарт. (16+)
08.00 Лайкер. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Новое радио чарт. (16+)
10.00 Плейлист. Лето. (16+)
11.00 Битва фанклубов. (16+)
12.00 Плейлист. (16+)
12.30 Очень Караочен. (16+)

13.00 Хиты по-русски. (16+)
14.00 WEB чарт. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Юмор FM чарт. (16+)
17.00 Лайкер. (16+)
18.20 Плейлист. Лето. (16+)
19.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
20.00 Хит-сториз. (16+)
20.30 Лайкер. (16+)
21.40 Нулевые. (16+)
23.00 PRO-новости. (16+)
23.20 Рок-н-стоп. (16+)
00.30 Хиты по-русски. (18+)
01.30 Лайкер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «КУНГ-ФУ ПАНДА-3». (6+)
07.00 «ОЗ: ВОЗВРАЩЕНИЕ В ИЗУМРУДНЫЙ ГОРОД». (6+)
08.40 «БОЛЬШИЕ ГЛАЗА». (16+)
10.35 «ДЖУЛИ И ДЖУЛИЯ: ГОТОВИМ СЧАСТЬЕ ПО РЕЦЕПТУ». (12+)
12.55 «ПРИНЦЕССА СПЕЦИЙ». (16+)
14.40 «ШОКОЛАД». (16+)
17.00, 17.55 «ЛЮБОВЬ, РАЗУМ, МЕСТЬ». (16+)
18.40 «ПОСЛЕ». (16+)
20.40 «ПОСЛЕ. ГЛАВА-2». (16+)
22.35 «ПОСЛЕ. ГЛАВА-3». (16+)
00.15 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ». (12+)
02.05 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ-2». (12+)
03.50 «БОЛЬШОЙ ПЕРЕПОЛОХ В МАЛЕНЬКОМ КИТАЕ». (6+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Смешарики». «Чуч-Мяуч». Мультсериалы. (6+)
06.50 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
07.55 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (12+)
09.45 «РОДНЫЕ». (12+)
11.20 «БАБКИ». (16+)
12.30, 01.50 «ОСТРОВ ВЕЗЕНИЯ». (12+)
14.00 «ДЕВУШКИ БЫВАЮТ РАЗНЫЕ». (16+)
15.35 «БАТЯ». (16+)
17.00, 18.00 «МАЖОР». (16+)
19.00 «БЕГИ!» (16+)
20.50 «БУМРАНГ». (16+)
Россия, 2021 г.
22.45 «БАБЛО». (16+)
00.25 «ЯРДЫ». (16+)
03.10 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
04.20 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

05.40 «Три кота». Мультсериал. (6+)
06.10 «Кощей. Похититель невест». Мультфильм. (6+)
07.30 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
08.55 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
10.35 «Иван Царевич и Серый Волк-5». Мультфильм. (6+)
12.00 «МАЖОР-2». (16+)
15.10 «СВАТЫ». (16+)
22.10 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
02.15 «КОРОЛЕВ». (16+)
Россия, 2007 г.
Страницы из биографии Сергея Королева - учёного, конструктора и основоположника советской космонавтики.
04.15 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ». (12+)

СУББОТА! СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшлики». Мультсериалы. (0+)
12.00 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
14.00, 15.00, 16.00, 17.10 «ВО ИМЯ ЛЮБВИ». (16+)
Сериал. Мелодрама, Бразилия, 1997-1998 гг.
18.00, 19.00, 20.00, 21.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕССЕ». (16+)
22.00 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
22.55 Суббота News 2023. (16+)
23.00 Моя жена рулит. (16+)
00.10 Кулинарные детективы. (16+)
01.10, 02.00, 02.50 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
03.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

02.55 «РОЗОВАЯ ПАНТЕРА». (12+)
04.30 «РОЗОВАЯ ПАНТЕРА-2». (12+)
06.10 «СУПЕРНЯНЬ-2». (16+)
07.55 «БАБКИ». (16+)
09.05 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО». (18+)
10.45 «ЯГУАР». (16+)
12.40 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО». (16+)
14.10 «КАНИКУЛЫ ПРЕЗИДЕНТА». (16+)
16.05 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО-3». (16+)
17.35 «МОЙ ПАРЕНЬ ИЗ ЗООПАРКА». (12+)
19.30 «ШЕСТЬ ДНЕЙ, СЕМЬ НОЧЕЙ». (16+)
21.20 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА!». (12+)
23.10 «КОЛЛЕКТОРША». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.35 «АЛЕКСАНДР НЕВСКИЙ». (12+)
08.30 «ИВАН ГРОЗНЫЙ». (12+)
11.50 «ГАРАЖ». (12+)
13.40 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)
16.25 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (12+)
18.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-4». (16+)
19.55 «ДЕВУШКА БЕЗ АДРЕСА». (12+)
21.30 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (12+)
В ролях: Людмила Гурченко, Олег Басилашвили, Никита Михалков
00.00 «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (12+)
02.20 «ВЫБОР». (12+)
04.35 «ХОЖДЕНИЕ ЗА ТРИ МОРЯ». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС 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 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2008-2012 гг. В ролях: Юлия Пожидаева, Алина Сандрацкая, Александр Волков, Алина Бужинская
12.00, 20.00, 04.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА. НОВАЯ ВЕРСИЯ». (16+)

СТС LOVE СТС LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
08.00 «Буба». Мультсериал. (6+)
08.20 «Готовим с Бубой». Мультсериал. (6+)
08.30 «Ералаш». (0+)
09.10 «КУХНЯ». (16+)
Елена оказывает Шефу водительские услуги.
15.05 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
17.55 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
22.00 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКН». (12+)
Карен живёт у Егора и Марины. Егор решает нанять ему психолога... Аня учится готовить по блогу бывшей жены Николая...
01.10 «б кадров». (16+)
04.05 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 В поисках Бога. (6+)
05.40 «ДУМА О КОВПАКЕ. КАРПАТЫ, КАРПАТЫ...» Фильм 3, часть 1. (12+)
07.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Мученик Уар. Цикл: Святые воины. (6+)
11.05 В поисках Бога. (6+)
11.40 Рассказки мне о Боге. (6+)
12.15 Простые чудеса. (12+)
13.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
13.40, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)

15.00 Херсонес. Точка отсчета. (0+)
15.55 «ТРОЕ СУТОК ПОСЛЕ БЕССМЕРТИЯ». (6+)
СССР, 1963 г.
17.40 «ПОЛОНЕЗ ОГИНСКОГО». (6+)
СССР, 1971 г.
19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
21.30 Византия. Жизнь после смерти. Миссия к Славянам. IX-X века. 13 серия. (0+)
22.15 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
22.50, 23.20, 00.05, 00.30, 01.00, 01.25, 01.55, 02.20, 02.50 В поисках святого города. (0+)
23.50 День Патриарха. (0+)
03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

27 июля
Седмица 8-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Ап. от 70 Акилы.



Мч. Иуста. Прп. Онисима чудотворца, иже в Магнезии. Прп. Еллия монаха, Египетского. Прп. Стефана Махришского. Прп. Никодима Святогорца. Мч. Иоанна Мервского. Сщмч. Константина пресвитера. Сщмч. Николая пресвитера.

Поста нет.

«Обличает лукавых духов сердце: ум недостаточен для этого, ему не отличить одними собственными силами образы истины от образов лжи...»
Свт. Игнатий Брянчанинов

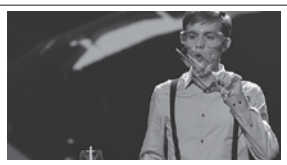
ПЕРВЫЙ



23.50 «ЖЕМЧУЖИНА НИЛА». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «АнтиФейк». (16+)
- 10.00 «Жить здорово!» (16+)
- 10.50 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 18.35 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 19.50 «Поле чудес». (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «Белые ночи Санкт-Петербурга». «Все хиты «Русского радио». (12+)
- 23.50** «ЖЕМЧУЖИНА НИЛА». (16+)
- 01.45 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



21.30 «Удивительные люди. Лучшее». (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 «60 минут». (12+)
 - 14.00 Вести
 - 14.40 Вести. Местное время
 - 15.05 «Виндзорское досье». (16+)
 - 16.00 Вести
 - 16.30 Прямой эфир. (16+)
 - 17.30 «60 минут». (12+)
 - 20.00 Вести
 - 21.15 Вести. Местное время
 - 21.30 «Удивительные люди. Лучшее». (12+)
 - 23.55** «СЕРДЕЧНЫХ ДЕЛ МАСТЕРА». (12+)
- Тревожный звонок заставляет Вику бросить все дела и уехать в родной городок на помощь младшей сестре Ларе, которая сбежала из больницы с сердечным приступом. До такого состояния Лару довёл новый возлюбленный...
- 01.45** «Я ВСЁ ПРЕОДОЛЕЮ». (12+)

НТВ



16.45 «ЗИМОРОДОК». (16+)

- 04.55** «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
 - 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
 - 08.00 «Сегодня»
 - 08.25** «ЛЕСНИК». (16+)
 - 10.00 «Сегодня»
 - 10.35** «ЛЕСНИК». (16+)
 - 13.00 «Сегодня»
 - 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
 - 14.00** «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
 - 16.00 «Сегодня»
 - 16.45** «ЗИМОРОДОК». (16+)
- Ферит приходит в квартиру Казыма и видит там Дефне и Эфе. Он рассержен на Сейран. Пелин по-прежнему остается в комнате Сейран и Ферита...
- 19.00 «Сегодня»
 - 20.00** «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
 - 00.00 «Авторитеты». (16+)
 - 00.55 «Инфоцит». (16+)
 - 01.30 «Квартирный вопрос». (0+)
 - 02.25** «ДИКИЙ». (16+)

СТС



09.00 Стать шефом. (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
 - 06.30 «Простоквашино». (0+)
 - 07.15 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
 - 08.00 Взрослым не понять. (12+)
 - 09.00 Стать шефом. (16+)
 - 11.00 Уральские пельмени. (16+)
 - 13.40 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
 - 23.00 КликКлак шоу. (16+)
 - 00.55** «ЧЕГО ХОТЯТ МУЖЧИНЫ». (18+)
- Карьеристка Али Дэвис, работающая спортивным агентом, обретает способность читать мысли мужчин и использует свой новый талант, чтобы обойти конкурентов...
- 02.55** «РЕГБИ». (16+)
- Максим - подающий большие надежды боксёр. Настя - спортивная гимнастка с блестящим будущим. Одновременно ребята лишаются спортивной карьеры.
- 04.30 «6 кадров». (16+)

ТНТ



23.00 «Галустьян плюс». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)
 - 09.00** «САШАТАНЯ». (16+)
 - 15.30** «ХОЛОП». (12+)
- Мажор Гриша умудрился достать всех, включая собственного папу-олигарха. В конце концов терпение у родителя лопнуло, вот и прописал он блудному сыну «путевку в прошлое» - с багатами, кнутами и лечебно-профилактическими крепостными мерами...
- 17.35** «ЧЕРНОВИК». (12+)
 - 20.00 «Комеди Клуб». (16+)
 - 23.00 «Галустьян плюс». (16+)
- Михаил Галустьян перевоплотится в новых и любимых зрителями персонажей в шоу «Галустьян+». Каждый эпизод шоу состоит из скетчей, которые показывают разные социальные и бытовые темы...
- 01.00 «Импровизация. Команды». (16+)
 - 02.40 «Студия «Союз». (16+)
 - 04.20 «Импровизация». (16+)

РЕН



09.00 «Документальный проект». (16+)

- 05.00 18.00 04.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Документальный проект». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00** «ЛЕГКИЕ ДЕНЬГИ». (16+)
- 21.30** «АФЕРА В МАЙАМИ». (16+)
- 00.00 Соль. (16+)
- 01.50** «АПОКАЛИПСИС». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
 - 06.20 Пятница News. (16+)
 - 06.50 На ножах. (16+)
 - 07.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)
 - 10.00 На ножах. (16+)
 - 12.10 Адская кухня. (16+)
 - 14.10 Битва шефов. (16+)
 - 23.00 «СОРВИГОЛОВА». (16+)
 - 01.00 «ЭЛЕКТРА». (16+)
 - 02.30 Пятница News. (16+)
 - 02.50 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
 - 04.20 Пятница News. (16+)
 - 04.40 «Простоквашино». (12+)
- Ю**
- 05.10 «Маша и Медведь». (0+)
 - 07.15 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
 - 09.05 19.00 «КЛОН». (16+)
 - 10.05 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
 - 11.05 «Супермама». (16+)
- Психологическое семейное реалии, в котором мамочки соревнуются за звание лучшей. За ними пристально следит гуру семейной психологии.
- 17.00 «Беременная в 16». (16+)
 - 21.00 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
 - 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
 - 00.05 «Я стесняюсь своего тела». (18+)
 - 01.50 «Измены». (18+)
 - 03.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- МИР**
- 06.00 Идеальный ужин. (16+)
 - 06.45 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
 - 07.10 Дорожные войны. (16+)
 - 09.00 Улётное видео. (16+)
 - 10.30 «СОЛДАТЫ-14». (12+)
 - 16.30 Утилизатор. (16+)
 - 18.30 Улётное видео. (16+)
 - 22.00 «ИП МАН-4». (16+)
- Ип Ман отправляется в Сан-Франциско на чемпионат по каратэ.
- 00.15 «НАСЛЕДИЕ ИП МАНА». (18+)
 - 02.20 Опасные связи. (16+)
 - 05.00 Идеальный ужин. (16+)
- Победа**
- 08.10, 11.05, 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
 - 09.05, 12.05, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
 - 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
 - 10.10, 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
 - 16.15 Приговор! (16+)
 - 17.10 Мировое соглашение. (16+)
 - 18.50 Слабое звено. (12+)
 - 19.45 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». (6+)
 - 21.20 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (6+)
 - 22.55 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ». (12+)
 - 01.15 «СЕМЕРО СМЕЛЫХ». (12+)
 - 02.45 «ВОЛГА-ВОЛГА». (12+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Йоко», «Смешарики», «Бодо Боро-до. Путешествия», «Барбо-скины». (0+)
 - 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 - 07.30 «Цветяшки!» (0+)
 - 08.05 «Алиса и Льюис». (0+)
 - 09.20 «Дракошия». (0+)
 - 09.30 «Кошечки-собачки». (0+)
 - 10.50 «Бурёнка Даша». (0+)
 - 11.00 «Ник-изобретатель». (0+)
- Это весёлые истории про маленького изобретателя и его удивительный мир!
- 12.30 «Петроникс». (0+)
 - 12.45 «Инфинити Наддо». (6+)
 - 13.00 «Диностер». (6+)
 - 13.25 «Дикие скричеры!» (6+)
 - 13.50 «Ералаш». (6+)
 - 14.50 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)
 - 15.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
 - 16.05 «Клуб Винкс». (6+)
 - 17.25 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
 - Милые малыши с большим воображением исследуют удивительный мир.
 - 17.40 «Смешарики. Пинкод». (6+)
 - 19.10 «Фиксики. Большой секрет». (6+)
 - Мультфильм о приключениях крошечных человечков - Фиксиков. Они отлично разбираются в разной технике и приборах, живут среди людей, но скрываются от них. Это и есть главный секрет Фиксиков.
 - 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 - 20.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 - 22.30 «Диностер». (6+)
 - 23.00 «Простоквашино». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00, 18.00 «Буба». (6+)
- 06.25, 11.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
- 08.00, 13.00, 19.00 «Барбо-скины». (0+)
- 08.30, 13.25, 20.35 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00, 00.30 «Сказочный патруль». (0+)
- 10.00, 14.00, 17.30, 22.00 «Фиксики». (0+)
- 10.30 «Кошечки-собачки». (0+)
- 11.00 «Бобр добр». (0+)
- 14.30, 21.00 «Смешарики». (0+)
- 15.00 «Геройчики». (0+)
- 15.25 «Простоквашино». (0+)
- 17.00 Друзья на все времена. «Золушка», «Горшочек каши». (0+)
- 18.30 «Лунтики». (0+)
- 20.00 МУЛЬТпремера! «Сказочный патруль. Хроники чудес. Хлоп прекрасный», «Кошечки-собачки. Милые песни. Страшилка», «Волшебная кухня. Яичные конвертики», «Геройчики. Мелкотрон Крузо», «Ник-изобретатель. Цирк», «Черепашки. Юный барабанищик». (0+)
- 20.55 «Машины сказки». (0+)
- 21.30 «Ник-изобретатель». (0+)
- 22.30 «Монсики». (0+)
- 23.00 «Соня и Лёня». (6+)
- 23.20 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)
- 00.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
- 01.00 Друзья на все времена. «День рождения бабушки», «Впервые на арене», «Вот так тигр!» (0+)
- 01.35 «Мальшарики». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 05.35 В поисках утраченного искусства. (12+)
 - 06.25 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
 - 06.35 Народный фронт Победы. (12+)
 - 07.05 Великие живописцы. (12+)
 - 08.00 Эхо блокады. (12+)
 - 08.55 Кольцо «А». (12+)
 - 09.05 История города Британии. (12+)
 - 09.55 Роковой конфликт: Иудея и Рим. (12+)
 - 10.55 Россия научная. Великие имена. (12+)
 - 11.10 Расшифрованные сокровища. (12+)
 - 12.00, 12.20 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
 - 12.45 Суверенное государство Российское. (12+)
 - 13.25 Франц Лефорт: танцующий адмирал. (12+)
 - 14.05 История оружия. (16+)
 - 15.00 Подземная Италия. (12+)
 - 16.00 Н. М. Карамзин. Историк государства Российского. (12+)
 - 16.10 Личность в истории. (12+)
 - 17.05 Историкограф. (12+)
 - 17.50, 23.25 Семь дней истории. (12+)
 - 18.00 Книжные аллеи. (12+)
 - 18.25 Элемент познания. (12+)
 - 18.50 Обыкновенная история. (6+)
 - 19.00 Несомненный нарком. (12+)
 - 20.00 «ЧАПАЕВ». (6+)
 - 21.35 «МИНИН И ПОЖАРСКИЙ». (6+)
 - 23.30 Великая Северная война. (12+)
- Viu HISTORY**
- 06.05, 06.55 Великая воина. (12+)
 - 07.50 Великолепные памятники Франции. (12+)
 - 08.50 Империя с Майклом Портилло: Индия. (12+)
 - 09.45 Империя с Майклом Портилло: Ямайка. (12+)
 - 10.40, 11.35 Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)
 - 12.30 Запретная история: Тайная жизнь Моисея. (12+)
 - 13.20 Запретная история: Секреты Библии Дьявола. (16+)
 - 14.15 Забытые воины Карфагена. (12+)
 - 15.15 На скалах. (12+)
 - 16.15 Империя с Майклом Портилло: Южная Африка. (12+)
 - 17.10 Империя с Майклом Портилло: Северная Америка. (12+)
 - 18.05 Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)
 - 19.00 Саккара: тайные иероглифы пирамид. (6+)
 - 20.00 Запретная история: Поиски гробницы Марии Магдалины. (16+)
 - 20.50 Запретная история: Тайна древнейшего в мире храма. (16+)
 - 21.45 Великая война: Битва за Берлин. (12+)
 - 22.40 Великая война: Война с Японией. (12+)
 - 23.40, 00.35 Империя с Майклом Портилло (12+)
 - 01.25, 02.15 Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)
 - 03.05, 03.50 Запретная история. (16+)
 - 04.35 Главный грек Российской империи. (12+)
- ДОКТОР**
- 06.00, 12.50, 18.05, 23.45 О самом главном. Фибромиалгия. (12+)
 - 06.55 Медицинский репортёр. Правда о ЗОЖ. (12+)
 - 07.20 Медицинский квест. Герпес. (12+)
 - 08.10, 14.40, 00.45 Я, человек. (12+)
 - 08.55 О самом главном. Что важно знать о гипертонии? (12+)
 - 09.50, 10.20 На приёме у Михаила Лабковского. (12+)
 - 10.50, 11.15, 01.25, 01.55 Еда. (12+)
 - 11.45 Мозг на прокачку. Усилим воли. (12+)
 - 13.45, 14.15 На приёме у доктора Ямшиковой. (12+)
 - 15.25 О самом главном. (12+)
 - 16.25 Научные сенсации. (12+)
 - 17.15 Как укрепить иммунитет? (12+)
 - 19.05, 05.05 Еда. Масло. (12+)
 - 19.30, 05.30 Еда. Картофель. (12+)
 - 20.00, 02.20 На приёме у доктора Сыченко. Болит спина. (12+)
 - 21.00 О самом главном. (12+)
 - 21.55 Генетическая революция. (16+)
 - 22.50, 02.50 На приёме у Кирилла Лыско. Как продлить молодость. (12+)
 - 23.15, 03.40 Это лечится. Варикоз. (12+)
 - 04.10, 04.35 Большой скачок. (12+)

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



11.25
«СПРУТ-3»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35 16.15 «Предки наших предков»
- 08.15 «Жизнь и судьба»
- 08.35 17.50 Забытое ремесло
- 08.50 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ДОНИ И МИККИ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.25 «СПРУТ-3»
- 12.45 «Земля людей»
- 13.15 «Элизабет Виже-Лебрен»
- 14.05 «Эрмитаж»
- 14.35 «КАПИТАН НЕМО»
- 15.50 «Жизнь замечательных идей»
- 17.15 Солисты-дирижеры
- 18.05 «Мария Пахоменко»
- 18.45 «Андреевский крест»
- 19.45 «Искатели»
- 20.30 100 лет со дня рождения Владимира Басова
- 21.10 «ТИШИНА»
- 00.30 Солисты-дирижеры
- 01.10 «ДАВИД И ГОЛИАФ»
- 02.45 «Мартынка»

ТВЦ ТВЦ



22.00 «В центре событий»
с Анной Прохоровой

- 06.00 «Настроение»
- 08.25 «РЕСТАВРАТОР». (12+)
- 10.25 «ПОСЛЕДНИЙ ХОД КОРОЛЕВЫ». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ПОСЛЕДНИЙ ХОД КОРОЛЕВЫ». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «ГЕРОЙ ПО ВЫЗОВУ». (16+)
- 16.55 «Дорогие товарищи. Хозяйка культуры». (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «НОЧНОЙ ПЕРЕЕЗД». (12+)
- 20.00 «ПОХИЩЕННЫЙ». (12+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.00 «Приют комедиантов». (12+)
- 00.40 «ЛЕКАРСТВО ПРОТИВ СТРАХА». (12+)
- 02.10 «Братья Вайнеры. Место встречи». (16+)
- 02.50 «Петровка, 38». (16+)
- 03.05 «ГЕРОЙ ПО ВЫЗОВУ». (16+)

ТВ-3 ТВ-3



19.00 «ЛЕГЕНДА
О КОЛОВРАТЕ». (16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.00 Утренние гадания. (16+)
- 09.15 Секреты здоровья. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 12.15 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
- 12.30 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 14.30 Вернувшиеся. (16+)
- 15.45 Гадалка. (16+)
- 16.45 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
- 17.00 «Слепая». (16+)
- 19.00 «ЛЕГЕНДА О КОЛОВРАТЕ». (16+)
- 21.30 «ВОЛКОДАВ ИЗ РОДА СЕРЫХ ПСОВ». (16+)
- 00.15 «ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ». (16+)
- 02.00 Мистические истории. (16+)

ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ



14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.00 Давай разведёмся! (16+)
- 09.00 Тест на отцовство. (16+)
- 11.15 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 12.30 «Порча». (16+)
- 13.00 «Знахарка». (16+)
- 13.35 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «Преступления страсти». (16+)
- 19.00 «ЖЕНА С ТОГО СВЕТА». (16+)
- 00.35 «Порча». (16+)
- 01.00 «Знахарка». (16+)
- 01.25 «Верну любимого». (16+)
- 01.50 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.15 «КОГДА УМРЁТ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 05.10 «б кадров». (16+)
- 05.20 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-2». (16+)
- 06.05 «ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ». (16+)
- 08.10 «СПЕЦИАЛИСТ». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «СПЕЦИАЛИСТ». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «СПЕЦИАЛИСТ». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 18.00 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «СВОИ-2». (16+)
- 00.05 Они потрясли мир. (12+)
- 04.20 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 05.50 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
- 09.00 13.00 19.00 Новости дня. (16+)
- 09.20 Москва - фронту. (16+)
- 09.45 «Битва оружейников». (16+)
- 10.40 13.25 «ЮНОСТЬ ПЕТРА». (12+)
- 14.05 «В НАЧАЛЕ СЛАВНЫХ ДЕЛ». (12+)
- 17.00 19.45 «Крещение Руси». (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.00 Музыка+. (12+)
- 00.00 «ЧАСОВЩИК». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «УЧИТЕЛЯ». (16+)
- 12.00 01.30 «Дискуссионный клуб TV Губернии». (12+)
- 13.00 16.30 «ПРИНЦ СИБИРИ». (16+)
- 13.45 01.15 «В тени чемпионов». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «Формула здоровья». (12+)
- 15.30 18.30 «Общее дело». (12+)
- 15.45 «Служу Отечеству». (12+)
- 17.15 «Открываем Воронеж». (12+)
- 17.30 «От 7 до 17». (12+)
- 18.00 «Современники». (12+)
- 18.45 «Спецрепортаж». (12+)
- 19.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 20.30 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 «Малая сцена». (12+)
- 23.30 «МОСКОВСКИЕ СУМЕРКИ». (16+)
- 03.00 «ДЕЛО КОЛЛИНИ». (16+)

СПОРТ СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 «Кто кого?» (12+)
- 06.30 «Третий тайм». (12+)
- 07.00 10.00 14.55 19.50 Новости
- 07.05 22.00 Все на Матч!
- 10.05 «Небесная грация». (0+)
- 10.25 01.20 «Спортивный век». (12+)
- 11.25 Футбол. Англия - Дания. Чемпионат мира. Женщины. Прямая трансляция из Австралии
- 13.30 «Есть тема!»
- 15.00 Футбол. FONBET Кубок России. Обзор. (0+)
- 16.00 Вечер профессионального бокса. (16+)
- 17.40 Плавание. Кубок России
- 19.55 Футбол. «Акрон» (Тольятти) - «Арсенал» (Тула). МЕЛБЕТ-Первая Лига
- 22.55 Автоспорт. Российская Дрифт серия. Гран-при 2023. (0+)
- 23.55 Футбол. Чемпионат мира. Женщины. Обзор. (0+)
- 00.25 «Вы это видели». (12+)
- 02.20 Что по спорту? (12+)
- 02.50 Новости. (0+)
- 06.00 23.50 Плавание. Кубок России. (0+)
- 07.35 11.35 18.30 21.20 Спецрепортаж. (12+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости (16+)
- 07.55 Смешанные единоборства. (16+)
- 09.35 18.45 География спорта. (12+)
- 10.05 Теннис. Открытый летний кубок Москвы. Финал. (0+)
- 11.55 Автоспорт. Ралли-кросс. Чемпионат России. (0+)
- 12.45 Лица страны. (12+)
- 13.05 Что по спорту? (12+)
- 13.30 01.50 Гольф. Чемпионат Московской области. (0+)
- 16.30 22.05 Страна смотрит спорт. (12+)
- 16.55 21.35 Автоспорт. Чемпионат России по дрифт-сингу. (0+)
- 17.25 Стрельба из лука. Чемпионат России. (0+)
- 19.15 Дартс. Профессиональная лига. (0+)
- 22.30 «Есть тема!» (16+)
- 03.55 Конный спорт. Скачки. (0+)

МУЗЫКА МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Лайкер. (16+)
- 06.00 Муз'итив. (16+)
- 06.40 PRO-новости. (16+)
- 07.00 Тееп чарт. (16+)
- 07.25 Лайкер. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Топ-30. (16+)
- 11.30 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Топ-15 Like FM. (16+)
- 13.00 Лига клипов. (16+)
- 13.30 Стартаперы. (16+)
- 14.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Новое радио. (16+)
- 17.00 Плейлист. Под шашлычок. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Плейлист. Лето. (16+)
- 19.00 VK Fest-2023. (16+)
- 22.15 Танцпол. (16+)
- 23.30 DFM - Dance chart. (16+)
- 00.35 Танцпол. (16+)
- 02.00 Муз'итив. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ КИНО И СЕРИАЛЫ

- VU TV1000 VU TV1000
- 05.30 «ПОСЛЕ». (16+)
- 07.05 «ПОСЛЕ. ГЛАВА-2». (16+)
- 08.55 «ПОСЛЕ. ГЛАВА-3». (16+)
- 10.35 «ПЛАНЕТА КА-ПЭК». (12+)
- 12.45 «ПРОБУЖДЕНИЕ». (6+)
- 15.00 «1+1». (16+)
- 17.00, 17.55 «ЛЮБОВЬ, РАЗУМ, МЕСТЬ». (16+)
- 18.40 «ПРИБЫТИЕ». (16+)
- 20.45 «РАЙОН № 9». (16+)
- ЮАР, Канада, 2009 г. В ролях: Шарлотта Коупи, Джейсон Коуп, Натали Болтт, Сильвен Страйк
- 22.45 «ПИКСЕЛИ». (12+)
- 00.35 «ПАССАЖИРЫ». (16+)
- 02.20 «ПЛАНЕТА КА-ПЭК». (12+)
- 04.10 «Замбезия». Мультфильм. (6+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 01.00 «ШЕСТОЙ ИГРОК». (12+)
- 02.55 «РЕАЛЬНЫЕ КАБАНЫ». (12+)
- 04.35 «ТРИ МУШКЕТЕРА». (12+)
- 06.30 «МЕЖДУ АНГЕЛОМ И БЕСОМ». (16+)
- 08.40 «ПЫШКА». (16+)
- 10.45 «ДЖУМАНДЖИ». (6+)
- 12.35 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО-2». (16+)
- 14.05 «БОЛЬШАЯ СВАДЬБА». (16+)
- 15.40 «ШЕСТЬ ДНЕЙ, СЕМЬ НОЧЕЙ». (16+)
- 17.35 «КОНВОИРЫ». (16+)
- 19.30 «КОПЫ В ЮБКАХ». (16+)
- 21.45 «РЫЦАРИ СПРАВЕДЛИВОСТИ». (18+)
- Драма, комедия
- 23.55 «КАДЕТ КЕЛЛИ». (6+)

МОСФИЛЬМ МОСФИЛЬМ

- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.10 «Чуч-Мяуч». Мультсериал. (6+)
- 06.50 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 07.45 «ДЕВУШКИ БЫВАЮТ РАЗНЫЕ». (16+)
- 09.20 «ЯРДЫ». (16+)
- 10.55, 00.40 «ДРУЗЬЯ ДРУЗЕЙ». (16+)
- 12.35, 02.10 «ДЖЕНТЛЬМЕНЬИ, УДАЧИ!» (6+)
- 14.15 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
- 15.45 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
- 17.05, 18.05 «МАЖОР». (16+)
- 19.05 «ЭБИГЕЙЛ». (6+)
- 21.05 «МЕЧЕНОСЕЦ». (16+)
- 23.00 «ИНДИГО». (16+)
- 03.45 «ЯЙЦО ФАБЕРЖЕ». (12+)
- 05.10 Мультфильм. (6+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 06.50 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (12+)
- 08.25 «ДАЧА». (12+)
- 10.00 «БУДЬТЕ МОИМ МУЖЕМ». (12+)
- 11.35 «ДНИ ТУРБИНЫХ». (12+)
- 15.35 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (12+)
- 18.00 «АФОНЯ». (16+)
- 19.40 «СТО ГРАММ ДЛЯ ХРАБРОСТИ». (12+)
- 21.00 «СМЕШНЫЕ ЛЮДИ». (12+)
- 22.50 «ЖИВИТЕ В РАДОСТИ». (12+)
- 00.10 «СЛУЧАЙ НА ШАХТЕ ВОСЕМЬ». (12+)
- 01.45 «НЕЙЛОН 100%». (12+)
- 03.05 «ОДИНОКАЯ ЖЕНЩИНА ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ». (12+)
- 04.30 «ВЫКУП». (12+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.20 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 07.45 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 09.10 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 10.35 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 12.00 «МАЖОР-2». (16+)
- 15.00 «СВАТЫ». (16+)
- 22.15 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 02.00 «ЖГИ!» (12+)
- Россия, 2017 г.
- 03.35 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
- 04.50 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
- ДОМ КИНО
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- Сериял. Мелодрама, Россия, 2007 г. В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ОСТРОВ НЕУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА. НОВАЯ ВЕРСИЯ». (16+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «СЕМЬ ЖЕН ОДНОГО ХОЛОСТЯКА». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

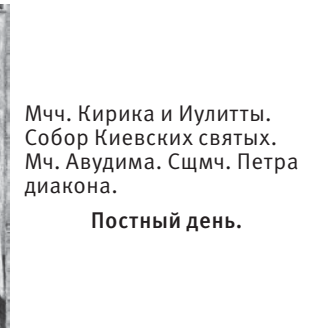
- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшлики». Мультсериалы. (0+)
- 12.00 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
- 14.00, 15.00, 16.00, 17.10 «ВО ИМЯ ЛЮБВИ». (16+)
- 18.00, 19.00, 20.00, 21.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)
- Сериял. Турция, 2015-2017 гг.
- 22.00 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
- 22.55 Суббота News 2023. (16+)
- 23.00 Моя жена рулит. (16+)
- 00.10 Кулинарные детективы (субтитры). (16+)
- 01.10, 02.10, 02.50 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- 03.40 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- СУББОТА!
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «Буба». Мультсериал. (6+)
- 08.20 «Готовим с Бубой». Мультсериал. (6+)
- 08.30 «Ералаш». (0+)
- 09.05 «КУХНЯ». (16+)
- 15.00 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
- В отель заселяются Костя и Настя. Они выглядят как богатые и счастливые люди. ...
- 17.50 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- Сеня пытается найти в себе силы рассказать всё родным и близким, но решает взять кредит. ...
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКАН». (12+)
- 01.10 «б кадров». (16+)
- 04.00 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ДУМА О КОВПАКЕ. КАРПАТЫ, КАРПАТЫ...» Фильм 3, часть 2. (12+)
- СССР, 1976 г. Режиссёр: Тимофей Левчук
- 06.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. Анемняевская. (0+)
- 12.30 Византия. Жизнь после смерти. Миссия к Славянам. IX-X века. 13 серия. (0+)
- 13.20 В поисках святого города. Бухта святого Климента. 5 серия. (0+)
- 13.55 В поисках святого города. Крещение князя Владимира. 6 серия. (0+)
- 14.25 В поисках святого города. Корсунь - купель крещения Руси. 7 серия. (0+)
- 15.00 В поисках святого города. Херсонес сегодня. 10 серия. (0+)
- 15.35, 17.25 «АНДРЕЙ РУБЛЕВ». 1-2 серии. (0+)
- СССР, 1966 г.
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.45 Блаженная Матрона (0+)
- 23.35 День Патриарха. (0+)
- 23.50 Святой Дух. Фильм 3. (6+)
- 01.25 Пресс-конференция 2005 года об открытии Телеканала СПАС. (0+)
- 03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

28 июля
Седмица 8-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Равноап. вел. князя Владимира,
во Святом Крещении Василия.



Мчч. Кирика и Иулитты.
Собор Киевских святых.
Мч. Авудима. Сщмч. Петра диакона.
Постный день.
« Бог для того ввел нас в мир, чтобы мы, благоугождая ему добрыми делами, становились наследниками Царствия Небесного. »
Прп. Феодор Студит

ПЕРВЫЙ



23.20 «ПРЯНОСТИ И СТРАСТИ». (12+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
- 09.45 «Слово пастыря». (0+)
- 10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
- 10.25 «Поехали!» (12+)
- 11.15 «Самое время». (16+)
- 12.15 «Дуремар и красавицы». (12+)
- 13.25 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (12+)
- 16.00 «Уйду я в это лето...» Памяти Владимира Высоцкого. (16+)
- 17.00 «Высоцкий. Последний год». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 «Поём на кухне всей страной». (12+)
- 19.55 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
- 21.00 «Время»
- 21.35 «Сегодня вечером». (16+)
- 23.20 «ПРЯНОСТИ И СТРАСТИ». (12+)
- 01.35 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ



08.35 «По секрету всему свету»

- 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
- 11.40 «БАРЕНЦЕВО МОРЕ». (16+)
- 17.00 Вести
- 17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
- 20.00 Вести
- 21.00 «ЛЮБОВЬ БЕЗ ПАМЯТИ». (12+)
Миллионер Данила Княжевич с размахом отмечает свой день рождения, не подозревая, как круто изменится его жизнь совсем скоро. Ведь у Данилы есть всё для счастья - молодость, деньги, власть, прекрасная невеста и собственная строительная фирма.
- 00.50 «В ЧАС БЕДЫ». (12+)
- 04.10 «ВАЛЬС-БОСТОН». (12+)

НТВ



19.25 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)

- 05.20 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «Поедем, поедим!» (16+)
- 09.25 «Едим дома». (0+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.25 «Главная дорога». (16+)
- 11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым». (12+)
- 12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
- 13.00 «Секрет на миллион». (16+)
- 15.00 «Своя игра». (0+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «Следствие вели...» (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.25 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
В старом бомбоубежище найден труп участкового Каримова...
- 23.10 «Маска». (12+)
- 01.55 «Дачный ответ». (0+)
- 02.45 «ДИКИЙ». (16+)
- 05.05 «Военно-исторические маршруты». (16+)

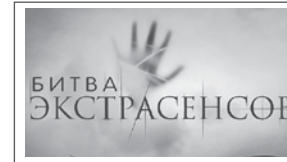
СТС



07.40 Уральские пельмени. (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Три кота». (0+)
- 07.30 «Отель «У овечек». (0+)
- 07.40 Уральские пельмени. (16+)
- 09.00 ПроСТО кухня. (12+)
- 10.00 Уральские пельмени. (16+)
- 10.20 «Смешарики. Дежавю». (6+)
- 12.05 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПРИЗРАК». (6+)
- 13.45 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
- 15.40 «ЧУДО-ДЕТКИ: НЕПУТЁВЫЕ ВОЛШЕБНИКИ». (6+)
- 17.35 «Моя фея-проказница». (0+)
- 19.15 «Величайший детектив-паук». (6+)
- 21.00 «RRR: РЯДОМ РЕВЁТ РЕВОЛЮЦИЯ». (16+)
- 00.45 «СЕРЕНА». (16+)
- 02.40 «РЕГБИ». (16+)
- 04.15 «6 кадров». (16+)
- 05.10 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

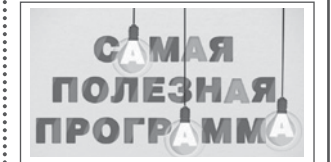
ТНТ



09.00 «Битва экстрасенсов». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
- 09.00 «Битва экстрасенсов». (16+)
- 15.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
- 21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)
Телеканал ТНТ продолжает «Музыкальную интуицию» - новый игровой формат, в котором смешаны юмор, интеллектуальная викторина и вокальное шоу.
- 23.00 «Женский стендап». (18+)
В этом шоу женщины честно говорят о том, что их не устраивает в отношениях, высмеивают стереотипы семейной жизни, которые столетиями культивировались в нашем обществе
- 00.00 «Выжить в Дубае». (16+)
- 01.55 «Импровизация. Команды». (16+)
- 03.30 «Студия «Союз». (16+)
- 05.10 «Импровизация». (16+)

РЕН



10.00 Самая полезная программа. (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Минтранс». (16+)
Программа посвящена всем видам транспорта и тому, как ими пользоваться. От полезных лайфхаков до информации, которая поможет сохранить вам жизнь.
- 10.00 Самая полезная программа. (16+)
- 11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 12.30 «Новости». (16+)
- 15.00 «СОВБЕЗ». (16+)
- 16.30 «Новости». (16+)
- 17.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 18.00 «Засекреченные спски». (16+)
- 19.00 «ГРОЗОВЫЕ ВОРОТА». (16+)
- 23.10 «ДРУЖИНА». (16+)
- 02.35 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
- 05.30 Пятница News. (16+)
- 05.50 «Тайны Медовой долины». (12+)
- 06.15 «Простоквашино». (12+)
- 07.10 Четыре дачи. (16+)
- 10.50 Четыре жены. (16+)
- 13.00 Четыре свадьбы. (16+)
- 15.00 Четыре жены. (16+)
- 17.20 Четыре свадьбы. (16+)
- 23.10 Новые Пацанки. (16+)
- 02.30 Пятница News. (16+)
- 03.00 На ножах. Отели. (16+)
- 04.30 Пятница News. (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Утилизатор. (12+)
Ведущий проекта Юрий Сидоренко продолжит извлекать города России от автохлама.
- 06.10 Утилизатор. (16+)
- 07.00 Утилизатор. (12+)
- 08.00 Утилизатор. (16+)
- 08.30 Утилизатор. (12+)
- 09.00 Утилизатор. (16+)
- 09.30 Утилизатор. (12+)
- 10.00 Утилизатор. (16+)
- 10.30 «СОЛДАТЫ-14». (12+)
- 19.30 «+100500». (16+)
- 23.30 «ИП МАН-4». (16+)
- 01.40 Улётное видео. (16+)
- 04.15 За гранью реального. (16+)
- 05.45 Утилизатор. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.00 Мультфильмы. (0+)
- 10.05 Отражение
- 12.30 16.02 «Конструкторы будущего». (12+)
- 12.48 02.45 «МОРСКОЙ ОХОТНИК». (12+)
- 17.00 «День вместе». (12+)
- 17.30 «Точка.ру». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 19.05 «Очень личное». (12+)
- 19.45 «Ректорат». (12+)
- 20.25 «ПОЛНОЧЬ В ПАРИЖЕ». (16+)
- 22.00 «НЕ ХЛЕБОМ ЕДИНЫМ». (12+)
- 00.20 «МЕЛАНХОЛИЯ». (16+)
- 03.58 «Бергман». (16+)

Ю

- 05.15 «ДиноСити». (0+)
- 06.10 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.20 «Беременная в 16». (16+)
- 17.40 «Битва за тело». (16+)
Для людей, чей вес достиг 150 килограммов и более, похудение - вопрос жизни. Герои «Битвы за тело» готовы кардинально измениться и сбросить 50, 80 и даже 100 кг. Сражаться придется не только с лишним весом, но и с вредными привычками, зависимость от еды и образом жизни.
- 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.05 «Измены». (18+)
- 03.00 «Супермама». (16+)
- 04.35 «Маша и Медведь». (0+)

МИР

- 05.00, 06.15 Мультфильмы. (6+)
- 06.00 «Всё, как у людей». (6+)
- 07.45 «САЛОН КРАСОТЫ». (16+)
- 09.30 Фазендалайф. (12+)
- 10.00, 16.00, 18.30 Новости
- 10.10 «ИНТЕРДЕВОЧКА». (16+)
- 13.05, 16.15, 18.45 «БАБИЙ БУНТ, ИЛИ ВОЙНА В НОВОСЕЛКОВО». (16+)
После увольнения из вооруженных сил Егор узнает, что его погибший боевой товарищ Максим оставил ему в наследство конферму, с просьбой не бросать его жену и двоих мальчишек.
- 02.05 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ». (12+)
- 03.35 «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ». (12+)

ПОБЕДА

- 05.10 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)
- 06.40 «72 МЕТРА». (16+)
- 09.10 «МОСГАЗ». (16+)
- 17.50 «КРЕПКАЯ БРОНЯ». (16+)
На дворе грохочет война, но это не мешает Василию любить. И теперь в нем борются боевой командир и безрассудный юнец, и нередко в этом внутреннем споре безрассудный юнец побеждает. Именно такие, как Василий - где-то совсем еще дети, где-то не по годам мудрые командиры - выведут свои танки на Курскую дугу...
- 01.00 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)
- 02.40 «ТАНКИ». (16+)
- 04.10 «ГЕРОЙ 115». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Царевны». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Черепашки». (0+)
- 08.40 «Котёнок Шмяк». (0+)
Мультсериал о необычной дружбе чёрного котёнка Шмяка и мышонка Сырника, которые живут в небольшом городке и вместе познают силу доброты и взаимовыручки.
- 09.30 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
- 11.05 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
- 12.00 «Мир Винкс». (6+)
- 13.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
- 15.30 «Ералаш». (6+)
- 16.40 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)
- 17.50 «Снежная королева-2. Перезаморозка». (0+)
- 19.05 «Снежная Королева-3: Огонь и лёд». (6+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Геройчики». (0+)
Мальчик Рома очень любит играть, поэтому в его комнате полным-полно разных игрушек. Кого здесь только нет: и загадочный пушистый инопланетянин Бублик, и отважный пелух-тянучка Ю-Ю, и благородная ящерица-самурай О-Раш, и милая куклолка Пинки, и воинственный плюшевый заяц Генерал Де-Кроль со своими роботами, и, конечно, отважные супергерои Флай и Глория. Все эти игрушки обожают игры, веселье, соревнования, приключения и вечеринки.
- 22.30 «Диностер». (6+)
- 23.00 «Буба». (6+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Малышарики». (0+)
- 08.00 «Лунтик». (0+)
- 10.00 «Сказочный патруль». (0+)
- 12.00 «Сказочный патруль. Храбрый Дракоша». (0+)
- 12.10 «Кошечки-собачки. Настоящий молодец». (0+)
- 12.20 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Полезная голова». (0+)
- 14.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
- 18.00, 20.00, 03.10 «Кошечки-собачки». (0+)
В красивом городе в уютных домиках живут семьи кошечек и собак. Все они добрые, веселые и трудолюбивые. Каждая семья владеет маленьким бизнесом». И только группа малышей непосед нарушает размеренную жизнь города. Это две кошечки и четыре собачки, неразлучные друзья.
- 19.00 МУЛЬТпреьера! «Кошечки-собачки. Настоящий молодец». «Сказочный патруль. Храбрый Дракоша», «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Полезная голова», «Волшебная кухня. Сыр». (0+)
- 20.25 «Ну, погоди! Каникулы. Горный триатлон». (6+)
- 02.00 МУЛЬТпреьера! «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Полезная голова», «Сказочный патруль. Храбрый Дракоша», «Умка», «Ну, погоди! Каникулы. Горный триатлон», «Простоквашино», «Волшебная кухня. Сыр», «Кошечки-собачки. Настоящий молодец». (0+)
- 04.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 02.35 Народный фронт Победы. (12+)
- 03.05 Великие живописцы. (12+)
- 04.00 Эхо блокады. (12+)
- 04.55 Кольцо «А». (12+)
- 05.05 Исторические города Британии. (12+)
- 05.55 Роковой конфликт: Иудея и Рим. (12+)
- 06.50 Россия научная. Великие имена. (12+)
- 07.05 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 07.55 Тайное становится явным. (12+)
- 08.10, 08.30 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
- 08.55 Суверенное государство Российской Федерации. (12+)
- 09.30 Франц Лефор: танцующий адмирал. (12+)
- 10.10 История оружия. (16+)
- 11.00 Подземная Италия. (12+)
- 12.00 Историада. (12+)
- 12.55 Книжные аллеи. (12+)
- 13.20 Жил-был Дом. (12+)
- 13.50 Элемент познания. (12+)
- 14.15 Герасимовы. (12+)
- 15.00 Несломленный нарком. (12+)
- 16.00 «ЧАПАЕВ». (6+)
- 17.35 «МИНИН И ПОЖАРСКИЙ». (6+)
- 19.25 Семь дней истории. (12+)
- 19.30 Великая Северная война. (12+)
- 20.00 «ГЕРОИ ШИПКИ». (12+)
- 22.00 История одной фотографии. (6+)
- 22.15 «ПЕРВАЯ КОННАЯ». (12+)

VJU HISTORY

- 06.25 Запретная история: Тайный мир Ватикана. (12+)
- 07.10 Запретная история. (12+)
- 08.00 Империя с Майклом Портилло: Индия. (12+)
- 08.50 Империя с Майклом Портилло: Ямайка. (12+)
- 09.40 Империя с Майклом Портилло: Южная Африка. (12+)
- 10.35 Империя с Майклом Портилло: Северная Америка. (12+)
- 11.30 Великолепные памятники Франции. (12+)
- 12.30 Тутанхамон: последняя выставка. (12+)
- 14.00 Хомо Сапиенс: история одного вида: Восхождение видов. (12+)
- 15.00 Хомо Сапиенс: история одного вида: Адаптация приматов. (12+)
- 16.00 Хомо Сапиенс: история одного вида: Конец пути. (12+)
- 17.00, 18.00 Легендарные замки. (12+)
- 19.00 Рыцари: Железные герои. (16+)
- 20.00 Рыцари: Во имя чести и славы. (16+)
- 21.00 Рыцари: Последние в своем роде. (16+)
- 21.55 Запретная история: Поиски гробницы Марии Магдалины. (16+)
- 22.50 Запретная история: Загадка хрустальных черепов. (12+)
- 23.40 Запретная история: Тайны пирамид. (12+)
- 00.30, 01.30, 02.20, 03.15, 04.05 Великая война. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 22.25 Мозг на прокачку. Сделайте меня умнее. (12+)
Знаменитый нейробиолог профессор Майкл Мерценик обучает телеведущего Тодда Сампсона методам радикального повышения интеллекта.
- 07.00, 13.20, 21.30, 03.05 На приёме у доктора Малавина. Во все лёгкие. (12+)
- 07.25, 13.50, 22.00, 03.30 Это лечится. ХОБЛ. (12+)
- 07.55, 16.15, 00.30, 05.35 Большой скачок. Сахар. (12+)
- 08.20, 16.40, 01.00 Большой скачок. Обвиняемый глотен. (12+)
- 08.50, 17.10, 01.25 Сражаться за жизнь. Николай Пирогов: «Служу русскому солдату». (12+)
- 09.20, 17.40, 01.55 Клинический случай. Спасти Толстого. (12+)
- 09.45, 18.05, 02.20 Теледоктор. Глазное о здоровье. (12+)
- 10.35, 23.30 Мозг на прокачку. Сделайте меня творцом. (12+)
- 11.40, 12.05, 19.45, 20.15, 03.55, 04.25 На приёме у Михаила Лабковского. Одиночество в браке. (12+)
- 12.35, 20.45, 04.50 Научные сенсации. Медицина будущего. (12+)
- 14.15 Мозг на прокачку. Усилием воли. (12+)
- 15.20 Как укрепить иммунитет? (12+)
- 18.55 Генетическая революция. (12+)

РОССИЯ К
Культура



09.30 «Классная тема!»

- 06.30 «Библейский сюжет»
- 07.05 «Кот Леопольд». «Паровозик из Ромашкова»
- 07.20 «СМЕРТЬ ПОД ПАРУСОМ»
- 09.30 «Классная тема!»
- 10.00 19.30 Новости культуры
- 10.15 Тайны старого чердака
- 10.45 «Война и мир Владимира Басова»
- 11.25 «ПРИЕХАЛИ НА КОНКУРС ПОВАРА...»
- 12.35 Неизвестные маршруты России
- 13.20 00.55 «Серенгети»
- 14.15 Большой балет
- 16.45 «Монолог режиссера». К 80-летию Александра Вилькина
- 17.45 «РИМЛЯНКА»
- 19.45 «Эстрада, которую нельзя забыть»
- 20.30 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!»
- 22.05 «Замуж за монстра»
- 22.50 «СЧАСТЛИВЫЕ КРАСИВЕЕ»
- 00.30 «Роман в камне»

ТВЦ



11.30 События

- 05.55 «НОЧНОЙ ПЕРЕЕЗД». (12+)
- 07.25 «Православная энциклопедия». (6+)
- 07.50 «Святые и близкие. Федор Ушаков». (16+)
- 08.30 «ПРАВДА». (12+)
- 10.25 «ЖЕНЩИНЫ». (0+)
- 11.30 События
- 11.45 «ЖЕНЩИНЫ». (0+)
- 12.45 «ПОВЕЗЕТ В ЛЮБВИ». (16+)
- 14.30 События
- 14.45 «ПОВЕЗЕТ В ЛЮБВИ». (16+)
- 16.55 «МАВР СДЕЛАЛ СВОЁ ДЕЛО». (12+)
- 21.00 «Постскриптум»
- 22.05 «Грязные тайны первых леди». (16+)
- 22.45 «Приговор». (16+)
- 23.30 «Карибский узел». (16+)
- 00.15 «90-е. Деньги исчезают в полночь». (16+)
- 00.55 01.35 02.15 03.00 «Дорогие товарищи». (16+)
- 04.20 «10 самых...» (16+)

ТВ-3



19.00 «ИМПЕРАТРИЦА КИ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Кунг-фу воин». (6+)
- 09.30 Вкусно с Ляйсан. (16+)
- 10.00 Женский журнал ТВ-3. (16+)
- 11.00 Гадалка. (16+)
- 13.00 «МАЛЕНЬКАЯ МИСС ДУЛИТТЛ». (6+)
- Лилиан - милая рыжеволосая девчушка, обладающая даром: она не только понимает язык зверей и птиц, но и может общаться с «братьями» нашими меньшими. Только такие разговоры до добра не доводят, и девочка принимает решение не говорить больше с животными.
- 15.00 «МИНИМАКС». (12+)
- 16.45 «ЗА ГРАНЬЮ РЕАЛЬНОСТИ». (12+)
- 19.00 «ИМПЕРАТРИЦА КИ». (16+)
- 22.45 «ТЕМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (16+)
- 00.45 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 04.00 «Странные явления». (16+)

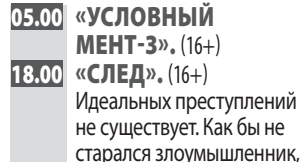
ДОМАШНИЙ



23.10 Скажи, подруга. (16+)

- 06.30 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)
- 10.05 «ЖЕНА С ТОГО СВЕТА». (16+)
- Старшего бухгалтера Инну несправедливо обвиняют в краже огромной суммы денег. Лишь случайность спасает женщину от тюрьмы - по ошибке все считают Инну погибшей в аварии.
- 14.20 «ИЩУ ТЕБЯ». (16+)
- 19.00 «ГРУЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- Медсестра Маша Звонарева теряет любимого мужчину, от которого ждёт ребенка. Она мечтает отыскать виновника его гибели, но сама становится косвенной виновницей смерти пациентки.
- 23.10 Скажи, подруга. (16+)
- 23.25 «МОЯ МАМА». (16+)
- 03.25 «ТРОЕ В ЛАБИРИНТЕ». (16+)
- 05.10 «6 кадров». (16+)
- 05.30 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)

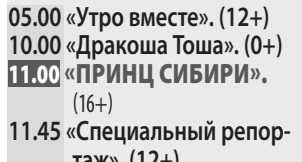
5 5-й КАНАЛ



05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)

- 18.00 «СЛЕД». (16+)
- Идеальных преступлений не существует. Как бы не старался злоумышленник, он всё равно оставит след.
- 22.30 «ЛИЦЕМЕРЫ». (16+)
- Один за другим умирают курьеры службы доставки еды. В их крови обнаружено сильно действующее вещество. Чтобы выяснить, кто убивает молодых людей, курьерами устраиваются Быстров и Ловецкая.
- 01.45 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 06.00 05.20 «ВМФ СССР. Хроника Победы». (16+)
- 06.30 След в истории. (12+)
- 07.20 08.15 «АКВАЛАНГИ НА ДНЕ». (6+)
- 09.30 03.20 «АДМИРАЛ УШАКОВ». (12+)
- 13.15 «Не факт!» (12+)
- 13.40 «Война миров». (16+)
- 14.30 «Легенды кино». (12+)
- 15.20 «Время героев». (16+)
- 15.45 19.25 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТSONA». (12+)
- 22.35 «ЧЕРНЫЙ ОКЕАН». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 10.00 «Дракоша Тоша». (0+)
- 11.00 «ПРИНЦ СИБИРИ». (16+)
- 11.45 «Специальный репортаж». (12+)
- 12.00 02.15 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 12.30 18.30 «Точка.ру». (12+)
- 13.00 02.45 «Документальное кино». (12+)
- 13.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.45 «МОСКОВСКИЕ СУМЕРКИ». (16+)
- 15.30 «Компас потребителя». (12+)
- 15.45 «Просто жизнь». (12+)
- 16.15 «СХВАТКА». (16+)
- Евгений ничего не помнит о своей прошлой жизни...
- 18.00 00.15 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 «Современники». (12+)
- 20.15 «Открываем Воронеж». (12+)
- 20.30 «Формула здоровья». (12+)
- 21.00 «ДЕЛО КОЛЛИНИ». (16+)
- 23.15 «Такие разные». (12+)
- 00.45 «Малая сцена». (12+)
- 03.15 «ВОЛГА-ВОЛГА». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

- 06.00 «Кто кого?» (12+)
- 06.30 «Рецептура». (0+)
- 07.00 10.10 15.35 19.40 Новости
- 07.05 16.45 22.00 Все на Матч!
- 10.15 М/с «Ну, погоди!» (0+)
- 10.45 «Лев Яшин - номер один». (6+)
- 12.00 Фестиваль волейбола «от Камчатки до Калининграда»
- 15.40 Автоспорт. G-Drive Росийская серия кольцевых гонок. Туринг
- 19.45 Футбол. «Ростов» (Ростов-на-Дону) - «Зенит» (Санкт-Петербург). МИР Росийская Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 22.55 Смешанные единоборства. (16+)
- 23.55 Футбол. Чемпионат мира. Женщины. Обзор. (0+)
- 00.25 Футбол. «Атлетико Параназенсе» - «Крузейро». Чемпионат Бразилии. Прямая трансляция
- 02.35 «Вы это видели». (12+)
- 02.50 Новости. (0+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА

- 06.00 23.50 Плавание. Кубок России. (0+)
- 08.00 10.00 12.20 Новости
- 08.05 «Учитель математики. Николай Карполь». (12+)
- 08.35 05.30 Автоспорт. Чемпионат России по дрифт-рейсингу. (0+)
- 09.05 «Шёлковый путь. Новейшая история». (12+)
- 10.05 18.55 «Небесная грация». (0+)
- 10.25 23.25 Страна смотрит спорт. (12+)
- 10.55 20.55 «Мир бильярда». (12+)
- 11.20 12.25 14.25 Автоспорт
- 15.25 Конное поло. «Лига Ставок. International POLO Cup»
- 16.55 Регби. Чемпионат России
- 19.15 Вечер профессионального бокса. (16+)
- 21.25 22.20 Пляжный волейбол. Чемпионат России. Финал. (0+)
- 23.10 Спецрепортаж. (12+)
- 01.45 Автоспорт. G-Drive Росийская серия кольцевых гонок. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000

- 05.30 «Буба». Мультсериал. (6+)
- 05.35 «Дикие скричеры». Мультсериал. (6+)
- 07.05 «Соник Бум». Мультсериал. (6+)
- 08.20 «ЗАТУРА: КОСМИЧЕСКОЕ ПРИКЛЮЧЕНИЕ». (12+)
- 10.10 «РАЙОН № 9». (16+)
- 12.20 «ПРИБЫТИЕ». (16+)
- 14.30 «ПАССАЖИРЫ». (16+)
- 16.40 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)
- 19.00 «ЛЮДИ В ЧЕРНОМ». (12+)
- 20.45 «ЛЮДИ В ЧЕРНОМ-2». (12+)
- 22.15 «ЛЮДИ В ЧЕРНОМ-3». (12+)
- 00.10 «ДЖУЛИ И ДЖУЛИЯ: ГОТОВИМ СЧАСТЬЕ ПО РЕЦЕПТУ». (12+)
- 02.10 «ПРИНЦЕССА СПЕЦИЙ». (16+)
- 03.40 «ШОКОЛАД». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ VIJU TV1000 РУССКОЕ

- 05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 08.20 «Чуч-Мяуч». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 11.00, 12.05 «МАЖОР». (16+)
- 13.05 «ИНДИГО». (16+)
- 14.50 «МЕЧЕНОСЕЦ». (16+)
- 16.45 «ЭБИГЕЙЛ». (6+)
- 18.40 «ВИЙ». (16+)
- 21.00 «ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА». (6+)
- 23.10 «ОН - ДРАКОН». (6+)
- 01.00 «ВОЛКОВАД ИЗ РОДА СЕРЫХ ПСОВ». (16+)
- 03.15 «РОДНЫЕ». (12+)
- 04.50 «Винни-Пух». Мультфильм. (6+)
- 05.00 «Винни-Пух и день забот». Мультфильм. (6+)
- 05.20 Мультфильм. (6+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

- 06.15 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 07.40 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 09.05 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (12+)
- 10.35 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
- 11.50 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
- 13.20 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 15.00 «ХОЛОП». (16+)
- 17.00 «СВАТЫ». (16+)
- 00.00 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
- 01.45 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
- 03.25 «ХОЧУ В ТЮРЬМУ». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшлики». Мультсериалы. (0+)
- 17.00 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
- 22.00 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
- 22.50 Моя жена рулит. (16+)
- Первое кулинарное шоу, где жёны управляют мужьями на кухне.
- 00.00 Кулинарные детективы. (16+)
- Кулинарный квест, в котором участники угадывают и воссоздают блюдо по оставленным на кухне «уликаам».
- 01.00, 02.00, 02.40 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- 03.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.50 «СЕМЕЙКА АДДАМС». (12+)
- 03.35 «ЦЕННОСТИ СЕМЕЙКИ АДДАМС». (12+)
- 05.20 «ДОКТОР ДУЛИТТЛ». (12+)
- 06.50 «ПОМЕНЯТЬСЯ МЕСТАМИ». (16+)
- 09.05 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
- 10.45 «БОЛЬШАЯ СВАДЬБА». (16+)
- 12.20 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА». (12+)
- 14.10 «ШЕФ АДАМ ДЖОНС». (18+)
- 16.00 «ЯГУАР». (16+)
- 17.55 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО». (16+)
- 19.30 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО-2». (16+)
- 20.55 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО-3». (16+)
- 22.25 «СУПЕРНЯНЬ». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.50 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА». (12+)
- 10.40 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (12+)
- 12.20 «НЕОКОНЧЕННАЯ ПЬЕСА ДЛЯ МЕХАНИЧЕСКОГО ПИАНИНО». (12+)
- 14.10 «ТЕГЕРАН-43». (12+)
- СССР, Швейцария, 1980 г. В ролях: Наталья Белохвостикова, Игорь Костоловский, Аллен Делон
- 16.55 «ЩИТ И МЕЧ». (12+)
- СССР, Польша, 1968 г.
- 23.00 «МИМИНО». (12+)
- 00.45 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+)
- 02.25 «АВАРИЯ» - ДОЧЬ МЕНТА. (16+)
- 04.00 «МАЧЕХА». (12+)
- 05.25 «ОКТАБЕРЬ». (16+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «СЕМЬ ЖЕН ОДНОГО ХОЛОСТЯКА». (16+)
- Сериал. Авантюрная мелодрама, Россия, 2009 г. В ролях: Дмитрий Шевченко, Антонина Деманова, Юлия Польшинская, Ирина Климова, Марат Амираев
- 12.00, 20.00, 04.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ОСТРОВ НЕУЖИВНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА. НОВАЯ ВЕРСИЯ». (16+)

СТС LOVE СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
- 00.00 Сердца за любовь (16+)
- 01.20 «Трое из Простоквашино». Мультфильм. (0+)
- 01.40 «Каникулы в Простоквашино». Мультфильм. (0+)
- 01.55 «Зима в Простоквашино». Мультфильм. (0+)
- 02.10 «Приключения Мурзилки». Мультфильм. (0+)
- 02.30 «Тигрёнок на подсолнухе». Мультфильм. (0+)
- 02.40 «По собственному желанию». Мультфильм. (0+)
- 02.50 «Братья Лю». Мультфильм. (0+)
- 03.15 Мультфильмы. (0+)
- 05.45 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Святые России. (6+)
- 06.05 «ПОЛОНЕЗ ОГИНСКОГО». (6+)
- 07.50, 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.30 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
- 09.10 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 «Своё» с Андреем Даниленко. (6+)
- 10.30 В поисках Бога. (6+)
- 11.05, 01.15 Расскази мне о Боге. (6+)
- 11.35 Блаженная Матрона Анемняевская. (0+)
- 12.25 Святой Дух. Фильм 3. (6+)
- 14.05 «ВЕТЕР СТРАНСТВИЙ». (12+)

- 15.45 Святые России. (6+)
- 16.50, 18.35 «АНДРЕЙ РУБЛЁВ». 1-2 серия. (0+)
- 20.35 Простые чудеса. (12+)
- 21.25, 03.50 Профессор Осипов. (0+)
- 22.00 Русский мир. (12+)
- 23.00 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.15 День Патриарха. (0+)
- 00.30 Андреевский крест. (0+)
- 01.45 Простые чудеса. (12+)
- 02.25 Феодор Ушаков. Цикл: Святые воины. (6+)
- 02.55 В поисках Бога. (6+)
- 03.20 Возвращение Серафима. Цикл: Русские праведники. (0+)
- 04.20 Помощники командира. Капелланы Северного флота. (0+)

Православный календарь

29 июля
Седмица 8-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Сщмч. Афиногена епископа и десяти учеников его.



Мч. Павла и мцц. Алевтины (Валентины) и Хионии. Мчч. Антиоха врача. Мц. Иулии девы. Память святых отцов IV Вселенского Собора. Блж. Матроны Анемняевской, исп. Сщмч. Иакова, архиеп. Барнаульского, и с ним сщмчч. Петра и Иоанна пресвитеров, прмч. Феодора. Прмч. Ардалиона. Чирской (Псковской) иконы Божией Матери.

Поста нет.

«Тело твоё, христианин, есть храм Святого Духа, желающего обитать в тебе. Поэтому имей заботу о храме, чтобы не оскорбить Обитающего в нем».
Прп. Ефрем Сирин

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 06.30 PRO-новости. (16+)
- Мы знаем о звёздах всё!
- 06.50 Плейлист. Лето. (16+)
- 07.40 Звёзды о звёздах. Гороскоп-2023. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 10.00 Моя волна. (16+)
- 11.00 Плейлист. (16+)
- 11.30 Хит-сториз. (16+)

- 12.00 PRO-новости. (16+)
- 12.30 Top-30. (16+)
- 15.00 Очень Караочен. (16+)
- 15.30 Хиты по-русски. (16+)
- 16.00 Шик или пшик? (16+)
- 17.00 DFM - Dance chart. (16+)
- 18.00 Плейлист. Лето. (16+)
- 19.00 VK Fest-2023. (16+)
- 22.20 Танцпол. (16+)
- 00.00 Караоке хит. (16+)
- 01.00 Лайкер. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ПЕРВЫЙ



22.35 «72 МЕТРА». (12+)

- 06.00 Новости
06.10 «Цари океанов. Путь в Арктику». (12+)
07.00 «День Военно-морского флота РФ». Праздничный канал
10.00 Новости (с субтитрами)
10.10 «День Военно-морского флота РФ». Праздничный канал
11.00 Торжественный парад ко Дню Военно-морского флота РФ
12.00 Новости (с субтитрами)
12.20 «Цари океанов». (12+)
14.05 «ЧЕРНЫЕ БУШЛАТЫ». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 Музыкальный фестиваль «Белые ночи Санкт-Петербурга». День патриотической песни. (12+)
21.00 «Время»
22.35 «72 МЕТРА». (12+)
00.50 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



09.10 Сто к одному

- 06.10 «ШЕСТЬ СОТОК СЧАСТЬЯ». (12+) Жизнь Натальи до поры до времени казалась идеальной...
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 Утренняя почта с Николаем Басковым
09.10 Сто к одному
10.00 Вести
11.00 Торжественный парад ко Дню Военно-морского флота РФ
12.00 Вести
12.45 «БАРЕНЦЕВО МОРЕ». (16+)
16.00 «Нахимовцы». (12+)
17.30 Вести
17.50 «Песни от всей души». (12+)
20.00 Вести
22.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.00 «Адмирал Кузнецов. Флотовец Победы». (12+)
01.50 «ШЕСТЬ СОТОК СЧАСТЬЯ». (12+)

НТВ



10.20 «Первая передача». (16+)

- 05.15 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!». (12+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
11.55 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.05 «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 «Следствие вели...» (16+)
19.00 «Сегодня»
19.45 «ЧЁРНЫЙ ПЁС». (12+) Торговец оружием Грэг Бриннер заключает сделку с одним из главарей террористов. Для захвата Бриннера и уничтожения террористов в Сирию отправляют спецгруппу под командованием майора Андрея Рубцова.
23.15 «Маска». (12+)
02.40 «ДИКИЙ». (16+)

СТС



06.00 Ералаш. (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Детектив Финник». (0+)
07.30 Уральские пельмени. (16+)
08.40 «Смешарики. Легенда о золотом драконе». (6+)
10.15 «Барбоскины team». (0+)
11.55 «Величайший детектив-паук». (6+)
13.40 «Норм и Несокрушимые. Ключи от королевства». (6+)
15.35 «Норм и Несокрушимые. Большое путешествие». (6+)
17.20 «Норм и Несокрушимые. Семейные каникулы». (6+)
19.05 «Большое путешествие. Специальная доставка». (6+)
21.00 «БАНДЫ ИНДОСТАНА». (16+)
00.05 «СТРАНА САША». (16+)
01.45 «РЕГБИ». (16+)
04.10 «6 кадров». (16+)

ТНТ



19.00 «Выжить в Дубае». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)
10.00 «Битва экстрасенсов». (16+)
19.00 «Выжить в Дубае». (16+)
21.00 «Шоу Воли». (16+) Впервые за 25 лет ТНТ запускает собственное авторское юмористическое шоу, которое будет выходить воскресными вечерами. Каждую неделю Павел вместе с приглашенными гостями - звездами и самыми обычными людьми - подведет итоги уходящей недели и сделает это в своей фирменной юмористической манере в лучших традициях ТНТ.
22.00 «НЕПОСЛУШНАЯ». (16+)
00.30 «ПЯТЬДЕСЯТ ОТТЕНКОВ ЧЕРНОГО». (18+)
02.05 «Я тебе не верю». (16+)
03.40 «Импровизация. Команды». (16+)
05.20 «Студия «Союз». (16+)

РЕН



10.30 «Наука и техника». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 «Новости». (16+)
09.00 «Самая народная программа». (16+)
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
10.30 «Наука и техника». (16+)
11.30 «Неизвестная история». (16+)
12.45 «РЕШЕНИЕ О ЛИКВИДАЦИИ». (16+) ФСБ уже давно охотится на беспощадного террориста, но каждый раз ему удается ускользнуть. Но теперь у спецслужб нет права на ошибку: преступник объявил о готовящемся теракте с применением оружия массового поражения.
15.45 «СПЕЦНАЗ». (16+)
23.00 «Новости». (16+)
23.25 «ДРУЖИНА». (16+)
02.45 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.30 Пятница News. (16+)
05.50 «Тайны Медовой долины». (12+)
06.15 «Простоквашино». (12+)
06.35 «Простоквашино». (0+)
06.40 «Хранитель Луны». (12+)
08.10 Черный список. (16+)
10.00 Зовите шефа. (16+)
11.00 Зовите шефа. (16+)
11.50 На ножах. (16+)
13.00 «АННА». (18+)
01.20 «Реки». (16+)
02.30 Пятница News. (16+)
02.50 На ножах. Отели. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Утилизатор. (16+)
07.00 Утилизатор. (12+)
07.30 Утилизатор. (16+)
08.30 Утилизатор. (12+)
09.30 Утилизатор. (16+)
10.30 «СОЛДАТЫ-14». (12+)
19.30 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
23.30 «МАСТЕР Z: НАСЛЕДИЕ ИП МАНА». (18+) Мастер Чун Тинь-Чи оставил мир боевых искусств. Он ведет тихую жизнь, в которой больше нет необходимости в кунг-фу.
01.45 Утилизатор. (16+)
02.40 Утилизатор. (12+)
03.10 Утилизатор. (16+)
04.20 Утилизатор. (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 Мультфильмы. (12+)
10.05 Отражение
11.00 Торжественный парад ко Дню Военно-морского флота РФ
12.20 «Отчий дом». (12+)
12.38 «РАЗОРВАННЫЙ КРУГ». (12+)
17.00 «День вместе». (12+)
17.30 «Неделя». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
19.05 «Клуб главных редакторов». (12+)
21.05 «АДМИРАЛЬ». (12+)
23.08 «Бергман». (16+)
01.10 «ОТПУСК В СЕНТЯБРЕ». (12+)

Ю

- 05.00 «ДиноСити». (0+)
06.00 «Маша и Медведь». (0+)
10.00 «Дорогая, я забил». (12+)
13.00 «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!
18.00 «Битва за тело». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (18+)
03.00 «Супермама». (16+)
04.40 «Маша и Медведь». (0+)

МИР

- 05.00 Мультфильмы. (6+)
07.15 «АЛЫЕ ПАРУСА» (12+)
08.55 Наше кино. (12+)
09.25 Будь, готов! (12+)
09.30 ФазендаЛайф. (12+)
10.00, 16.00 Новости
10.10 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?». (12+)
11.45 «ДАМЫ ПРИГЛАШАЮТ КАВАЛЕРОВ». (12+)
13.10 «ЗИТА И ГИТА». (12+)
16.15 «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (12+)
18.00 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». (6+)
19.15 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (6+)
20.50 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ». (12+)
23.25 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (6+)
01.05 Наше кино. История большой любви. (12+)

ПОБЕДА

- 05.10 «28 ПАНОФИЛОВЦЕВ». (12+)
07.00 «ПОД ЛИВНЕМ ПУЛЬ». (16+)
10.50 «ЭКСПРОПАТОР». (16+) 1962 год. Молодой фартовый вор Юрка-Барон, провернув очередную квартирную кражу, едет из Ленинграда в Москву, чтобы встретиться с человеком из далёкого и страшного прошлого. В поезде он вспоминает свою жизнь, которая наверняка сложилась бы по-иному, если бы не война, не репрессии и не родство матери с персональным шофёром Ленина...
01.00 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
02.40 «РУБЕЖ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Буба». (6+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Поезд динозавров». (0+)
08.40 «Три кота». (0+)
09.50 «Маша и Медведь». (0+)
11.15 «Слаймики». (0+) В детской комнате девочки Лизы происходят чудеса. Когда никого не бывает дома, её любимые слаймы оживают и живут своей жизнью, полной приключений и забавных историй. Лиза обожает играть со слаймами. Слаймы очень любят Лизу и стараются ей помочь во многих трудных ситуациях. А вот няня Лизы терпеть не может слаймов и все время пытается от них избавиться.
12.00 «Мир Винкс». (6+) Феи Винкс отправляются на Землю, чтобы найти талантливых детей и помочь осуществить их самые заветные мечты! Но феи должны быть осторожными и скрывать свои волшебные силы, так как их ждёт очень опасная миссия: поймать таинственного и могущественного Похитителя Талантов, который уже украл несколько одаренных детей, и узнать, для чего он это делает.
13.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
14.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
15.10 «Ералаш». (6+)
16.15 «Команда Флоры». (0+)
17.40 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)

МУЛЬТ

- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Оранжевая корова». (0+)
22.30 «Диностер». (6+)
23.00 «Академия Косми». (6+) Мультсериал рассказывает о приключениях бесстрашного пилота Степана и его друзей Сони, Ли и Суреша - первых представителей человеческой расы в Академии. Друзей ждут межпланетные полёты, путешествия во времени, астероидные гонки, космические опасности и множество открытий и побед!
00.15 «Гризли и лемминги». (6+)
02.30 «Ералаш». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Эхо блокады. (12+)
00.55 Кольцо «А». (12+)
01.05 Исторические города Британии. (12+)
01.55 Роковой конфликт: Иудея и Рим. (12+)
02.55, 21.40 Россия научная. Великие имена. (12+)
03.10 Расшифрованные сокровища. (12+)
04.00, 04.20 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
04.45 Суверенное государство Российское. (12+)
05.25 Франц Лефорт: танцующий адмирал. (12+)
06.05 История оружия (16+)
07.00 Подземная Италия. (12+)
08.00 Пешком по Москве. (6+)
08.10 Историада. (12+)
09.05 Книжные аллеи. (12+)
09.35 Жил-был Дом. (12+)
10.00 Элемент познания. (12+)
10.25 Герасимовы. (12+)
11.15 Несломленный нарком. (12+)
12.10 «ЧАПАЕВ». (6+)
13.45 «МИНИН И ПОЖАРСКИЙ». (6+)
15.35 Великая Северная война. (12+)
16.00 «ГЕРОИ ШИПКИ» (12+)
18.00 История одной фотографии. (6+)
18.15 «ПЕРВАЯ КОННАЯ». (12+)
20.00 Байкальская переправа. (12+)
20.55 Россия глазами иностранцев. (12+)
22.05 Нулевая мировая. (12+)
23.00 Биология предательства. (12+)

VJU HISTORY

- 06.00 Тинторетто и новая Венеция. (12+)
07.25 Древние суперстроения: Собор св. Софии. (12+)
08.20 История Матери-Земли: тайны богини Геи. (12+)
09.15 Ватикан - вечный город наместников божьих. (16+)
11.20 Великолепные памятники Франции. (12+)
12.20 Тайны мумий животных. (12+)
13.20 Саккара: тайные иероглифы пирамид. (6+)
14.15, 15.10, 16.05 Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)
17.00 Дикий и удивительный мир Илона Маска. (12+)
18.00 Древние конструкторы: Как золото изменило мир. (12+)
19.00 Древние конструкторы: Изучая земной шар. (12+)
20.00 Древние конструкторы: Инструменты и технологии. (12+)
20.55 Древние конструкторы: Экстремальные проекты. (12+)
21.55 Древние конструкторы: Тайные чудеса природы. (12+)
22.55 Запретная история: Окулупные воззрения нацистов. (12+)
23.40 Запретная история: Загадки Бермудского треугольника. (12+)
00.30, 01.25, 02.15, 03.10, 04.00 Великая война. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 19.55 Мозг на прокачку. (12+)
07.00, 13.20, 21.50, 03.00 Сражаться за жизнь. Николай Пирогов: «Служу русскому солдату». (12+)
07.25, 13.50, 22.20, 03.25 Клинический случай. Спастический Толстого. (12+)
07.55, 08.25, 16.10, 16.40, 00.30, 01.00 На приеме у Михаила Лабковского. Одиночество в браке. (12+)
08.55, 17.05, 01.25 Научные сенсации. Медицина будущего. (12+)
09.40, 17.55, 04.40 На приеме у доктора Малявина. Во все лёгкие. (12+)
10.10, 18.20, 05.05 Это лечится. ХОБЛ. (12+)
10.40, 23.40 Как укрепить иммунитет? (12+)
11.30, 02.10 Генетическая революция. (16+)
12.25, 20.55 Большой скачок. Сахар. (12+)
12.50, 21.25, 05.35 Большой скачок. Обвиняемый глютен. (12+)
14.20, 22.50 Теледоктор. Главное о здоровье. (12+)
15.05 Мозг на прокачку. Сделайте меня умнее. (12+)
18.50 Мозг на прокачку. Сделайте меня творцом. (12+)
03.55 Медицинский квест. Герпес. (12+)

РОССИЯ К
Культура



18.35 «Романтика романса»

- 06.30 «Мультфильмы»
- 08.00 «АДМИРАЛ НАХИМОВ»
- 09.30 00.45 Диалоги о животных
- 10.15 Тайны старого чердака
- 10.45 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!»
- 12.20 «Андреевский крест»
- 13.00 «Страна птиц»
- 13.40 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
- 14.20 Мультфильмы
- 15.00 Балет «Раймонда»
- 17.20 «Пешком...»
- 17.50 «Русские в океане. Адмирал Лазарев»
- 18.35 «Романтика романса»
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 Линия жизни
- 20.45 «ПРИЕХАЛИ НА КОНКУРС ПОВАРА...»
- 21.55 «У Чайковского в Клину. Романсы в исполнении Екатерины Семенчук»
- 23.10 «КОРОЛЕВСКАЯ СВАДЬБА»
- 01.30 «Искатели»

ТВЦ



14.45 «Смешите меня семеро!» (16+)

- 06.05 «ЖЕНЩИНЫ». (0+)
- 07.45 «ЗАТЕРЯННЫЕ В ЛЕСАХ». (16+)
- 09.35 «ПОХИЩЕННЫЙ». (12+)
- 11.30 События
- 11.45 «ЛЕКАРСТВО ПРОТИВ СТРАХА». (12+)
- 13.35 «Братья Вайнеры. Место встречи». (16+)
- 14.30 События
- 14.45 «Смешите меня семеро!» Юмористический концерт. (16+)
- 15.50 «ОДУВАНЧИК». (16+)
- 17.45 «ДОМ СПЯЩИХ КРАСАВИЦ». (12+)
- 21.25 «ЛОВУШКА ВРЕМЕНИ». (12+)
- 00.15 События
- 00.30 «ЛОВУШКА ВРЕМЕНИ». (12+)
- 01.20 «Петровка, 38». (16+)
- 01.30 «ПОСЛЕДНИЙ ХОД КОРОЛЕВЫ». (12+)
- 04.25 «Актерские драмы. Общага». (16+)
- 05.05 «Юрий Гальцев. Обалдеть!» (16+)

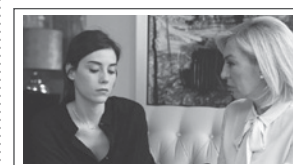
ТВ-3



19.00 «ИМПЕРАТРИЦА КИ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 07.00 Женский журнал ТВ-3. (16+)
- 08.00 Вкусно с Ляйсан. (16+)
- 08.30 «Мультфильмы». (0+)
- 09.00 Секреты здоровья. (16+)
- 09.15 «Спасатели». (6+)
- 11.00 «Слепая». (16+)
- 13.15 «ТЕМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (16+)
- 15.15 «НОЧНЫЕ СТРАЖИ». (12+)
- Если вы до сих пор не сталкивались с вампирами и оборотнями, то это заслуга спецотдела по надзору за нечистью, куда и попадает курьер московской службы экстрем-доставки.
- 17.15 «ЗАТМЕНИЕ». (12+)
- 19.00 «ИМПЕРАТРИЦА КИ». (16+)
- 22.45 «ИЧЧИ». (16+)
- 00.30 «ВОЛКОДАВ ИЗ РОДА СЕРЫХ ПСОВ». (16+)
- 02.45 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)

ДОМАШНИЙ



23.10 «МОЯ МАМА». (16+)

- 06.30 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)
- 10.25 «СЛАБОЕ ЗВЕНО». (16+)
- Людмила и Виктор Куприяновы были образцово-показательной семьёй. Но однажды утром Людмила целует мужа и уходит на работу, а днём ей сообщают, что Виктор покончил с собой. В предсмертной записке он называет её странным именем Гаруда и обвиняет в своей смерти.
- 14.45 «ЗАВТРА Я ТЕБЯ РАЗЛЮБЛЮ». (16+)
- 19.00 «ЖЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ РАССОРИТЬ». (16+)
- Рита и Аня познакомились в роддоме. Рита тогда родила сына Рому, Аня - дочь Машу. Жизнь развела их, но через много лет подруги случайно встретились снова.
- 23.10 «МОЯ МАМА». (16+)
- 03.55 «ДОЛГОЖДАННАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 05.25 «6 кадров». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 06.15 02.05 «ПЛАТА ПО СЧЕТЧИКУ». (16+)
- 09.40 «ПРАКТИКАНТ». (16+)
- Лучшего выпускника Академии МВД Антонова определяют оперативником в группу к матерому следователю Егорову. Отношения начальника и подчиненного сразу складываются непросто.
- 14.00 «УБИТЬ ДВАЖДЫ». (16+)
- 18.00 «СЛЕД». (16+)
- 00.10 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
- ЗВЕЗДА**
- 07.00 «КОРАБЛИ ШТУРМУЮТ БАСТИОНЫ». (12+)
- 09.00 Новости недели. (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 11.00 Торжественный парад ко Дню Военно-морского флота РФ
- 12.05 «ВМФ СССР. Хроника Победы». (16+)
- 12.40 20.45 «История российского флота». (16+)
- 18.00 «Главное». (16+)
- 19.40 Концерт Александра Розенбаума ко дню ВМФ. (6+)
- 22.30 «СЛУШАТЬ В ОТСЕКАХ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Дракоша Тоша». (0+)
- 11.00 «Такие разные». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Марафон». (12+)
- 13.00 «От 7 до 17». (12+)
- 13.30 «Территория успеха». (12+)
- 14.00 «ДЕЛО КОЛЛИНИ». (16+)
- Каспару Лайнену предстоит расследовать запутанное дело неприємательного механика, итальянца Фабрицио Коллини, который на первый взгляд безо всяких мотивов убил немецкого бизнесмена Ханса Майера...
- 16.15 «Просто жизнь». (12+)
- 16.45 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 17.15 «Компас потребителя». (12+)
- 17.30 «СХВАТКА». (16+)
- 19.30 «Неделя». (12+)
- 20.00 «Формула здоровья». (12+)
- 20.30 «Современники». (12+)
- 21.00 «ВОЛГА-ВОЛГА». (16+)
- 22.45 «Марафон». (12+)
- 23.45 «Дискуссионный клуб ТВ Губернии». (12+)
- 00.45 «Просто жизнь». (12+)
- 01.15 «Точка.ру». (12+)
- 01.45 «Малая сцена». (12+)
- 03.15 «ВОЛГА-ВОЛГА». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ!** МАТЧ! ТВ
- 06.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 08.00 10.10 Новости
- 08.05 16.30 00.05 Все на Матч!
- 10.15 Мотоспорт. Чемпионат России по шоссейно-кольцевым гонкам. Lavr Motoring
- 12.25 Регби. «Стрела» (Казань) - «Слава» (Москва). PARI Чемпионат России. Прямая трансляция
- 14.25 15.30 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок
- 16.40 Плавания. Кубок России
- 18.55 «После футбола» с Георгием Черданцевым
- 19.55 Футбол. «Краснодар» - «Сочи». МИР Российской Премьер-Лига
- 22.00 Футбол. «Ботафого» - «Коритиба». Чемпионат Бразилии
- 00.50 Футбол. Чемпионат мира. Женщины. Обзор. (0+)
- 01.20 Регби. «Локомотив-Пенза» - «Химик» (Дзержинск). PARI Чемпионат России. (0+)
- МАТЧ! СТРАНА** МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 23.50 Плавания. Кубок России. (0+)
- 07.50 10.00 13.15 Новости
- 07.55 «Спортивный интерес». (12+)
- 08.20 Автоспорт. Российская Дрифт серия. Гран-при-2023. (0+)
- 09.15 11.50 12.05 13.20 21.10 02.05 Спецрепортаж. (12+)
- 09.30 18.15 «Мир бильярда». (12+)
- 10.05 11.00 Пляжный волейбол. Чемпионат России. Финал. (0+)
- 12.25 16.40 18.45 19.55 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок
- 13.40 Стрельба из лука. Чемпионат России. (0+)
- 14.45 17.25 Мотоспорт. Чемпионат России по шоссейно-кольцевым гонкам
- 16.10 21.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 22.00 Регби. Чемпионат России. (0+)
- 02.25 03.10 Пляжный волейбол. Всероссийские соревнования. Финал. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 12.35 Лига свежих клипов. (16+)
- 13.00 Хиты по-русски. (16+)
- 14.00 Моя волна. (16+)
- 15.00 Плейлист. Под шашлычок. (16+)
- 16.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 17.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 19.00 UK Fest-2023. (16+)
- 01.00 Караоке хит. (16+)
- 02.00 Ловец слов. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)
- 05.00 Караокинг. (16+)
- 07.00 PRO-новости. (16+)
- 07.35 Плейлист. Под шашлычок. (16+)
- 08.30 Топ чарт. (16+)
- 09.00 Очень Караоке. (16+)
- 09.30 Полчаса на себя. (16+)
- 10.00 Плейлист. Лето. (16+)
- 11.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 12.00 Хит-сториз. Катя Лель «Мой Мармеладный». (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

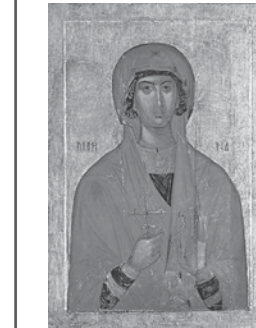
- ТВ1000** **ТВ1000**
- 05.30 «Буба». «Дикие кричеры». Мультсериалы. (6+)
- 06.30 «Соник Бум». Мультсериал. (6+)
- 07.30 «ПАСАЖИРЫ». (16+)
- 09.40 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)
- 12.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». (12+)
- 13.45 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-2». (12+)
- 15.20 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-3». (12+)
- 17.10 «ПИРАТЫ ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
- 19.00 «ОСТРОВ ГОЛОВОРЕЗОВ». (6+)
- 21.20 «ИЗ ДЖУНГЛЕЙ В ДЖУНГЛИ». (6+)
- 23.20 «КРАСОТКИ». (12+)
- 01.00 «ОЗ: ВОЗВРАЩЕНИЕ В ИЗМУРЮДНЫЙ ГОРОД». (6+)
- 02.20 «БОЛЬШОЙ». (12+)
- 04.00 «ВПЛЕСК». (12+)
- ТВ1000 РУССКОЕ** **ТВ1000 РУССКОЕ**
- 05.30 «Чуч-Мяуч». Мультсериал. (6+)
- 07.10 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 08.20 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 11.00, 12.00 «МАЖОР». (16+)
- 13.10 «ВИИ». (16+)
- 15.25 «ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА». (6+)
- 17.35 «ОН - ДРАКОН». (6+)
- 19.20 «СЕРДЦЕ ПАРМЫ». (16+)
- 22.25 «ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД». (16+)
- 00.15 «ВИКИНГ». (12+)
- 02.25 «ВОЛКОДАВ ИЗ РОДА СЕРЫХ ПСОВ». (16+)
- 04.35 «Трое из Простоквашино». Мультфильм. (6+)
- 04.55 «Каникулы в Простоквашино». Мультфильм. (6+)
- 05.15 Мультфильм. (6+)
- ДОМ КИНО** **ДОМ КИНО**
- 06.10 «Плюшевый Бум!» Мультфильм. (6+)
- 07.20 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 09.00 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 10.25 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 11.55 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 13.30 «Иван Царевич и Серый Волк-5». Мультфильм. (6+)
- 15.00 «ПРАБАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 16.40 «СВАТЫ». (16+)
- 23.20 «НАПАРНИК». (16+)
- 01.00 «ТРУДНОСТИ ВЫЖИВАНИЯ». (16+)
- 03.55 «ВСЁ ВКЛЮЧЕНО-2». (16+)
- 05.30 «ОПАСНЫЕ КАНИКУЛЫ». (6+)
- СУББОТА!** **СУББОТА!**
- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 17.00 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
- 21.00 Богиня (субтитры). (16+)
- 22.10 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
- 23.00 Моя жена рулит. (16+)
- 00.10 Кулинарные детективы. (16+)
- Кулинарный квест, в котором участники угадывают и воссоздают блюдо по оставленным на кухне «улика». (16+)
- 01.10, 02.00, 02.50 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- Сериал. Драма, Турция, 2019 г.
- 03.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ** **МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**
- 00.00 «СУПЕРНЯНЬ-2». (16+)
- 01.40 «УБОЙНЫЙ ФУТБОЛ». (16+)
- 04.00 «СБРОСЬ МАМУ С ПОЕЗДА». (12+)
- 05.35 «ПЛАН Б». (16+)
- 07.30 «ДОКТОР ДУЛИТЛ-2». (12+)
- 09.05 «ТАК СЕБЕ КАНИКУЛЫ». (6+)
- 10.45 «БАБКИ». (16+)
- 11.55 «ЯГУАР». (16+)
- 13.50 «КОНВОИРЫ». (16+)
- 15.40 «МОЙ ПАРЕНЬ ИЗ ЗООПАРКА». (12+)
- 17.35 «ШЕСТЬ ДНЕЙ, СЕМЬ НОЧЕЙ». (16+)
- 19.30 «КОПЫ В ЮБКАХ». (16+)
- 21.45 «ДЖУМАНДЖИ». (6+)
- 23.35 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА!». (12+)
- 07.00 «ПРО КРАСНУЮ ШАПОЧКУ». (12+)
- 09.25 «ВЕРНЫЕ ДРУЗЬЯ». (12+)
- 11.20 «ДВА КАПИТАНА». (12+)
- «Бороться и искать, найти и не сдаваться» - эта клятва, данная в детстве Саней Григорьевым, долгие годы ведет его к осуществлению заветной мечты: раскрыть тайну гибели известной северной экспедиции, самостоятельно преодолев путь погибших моряков.
- 19.30 «КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ШУКИ». (12+)
- 21.20 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (18+)
- 23.00 «СИБИРИАДА». (12+)
- 03.35 «НЕЛЕГАЛ». (16+)
- 05.05 «ЗАКОН». (16+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО** **СТС LOVE** **СТС LOVE**
- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «СЕМЬ ЖЕН ОДНОГО ХОЛОСТЯКА». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА. НОВАЯ ВЕРСИЯ». (16+)
- 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «КУХНЯ». (16+)
- 00.05 Сердца за любовь. (16+)
- 01.25 «Винни-Пух». Мультфильм. (0+)
- 01.35 «Винни-Пух идёт в гости». Мультфильм. (0+)
- 01.45 «Винни-Пух и день забот». Мультфильм. (0+)
- 02.05 «Чипполино». Мультфильм. (0+)
- 02.45 «Ну, погоди!» Мультсериал. (0+)
- 03.20 «Сказка о рыбаке и рыбке». Мультфильм. (0+)
- 03.50 «Бременские музыканты». Мультфильм. (0+)
- 04.10 Мультфильмы. (0+)
- 05.45 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Молитвослов. (0+)
- 05.40 «АДМИРАЛ НАХИМОВ». (0+)
- 07.30 В поисках Бога. (6+)
- 08.00 Профессор Осипов. (0+)
- 08.35 Простые чудеса. (12+)
- 09.25 Феодор Ушаков. Цикл: Святые воины. (6+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Завет. (6+)
- 13.50 Андреевский крест. (0+)
- 14.40 Русский мир. (12+)
- 15.50 «АДМИРАЛ УШАКОВ». (6+)
- СССР, 1953 г.
- 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 19.55 «КОРАБЛИ ШТУРМУЮТ БАСТИОНЫ». (6+)
- 21.50 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 22.50, 04.30 Щипков. (12+)
- 23.25 Русский мир. (12+)
- 00.20 День Патриарха. (0+)
- 00.35 Лики Богородицы. Икона Божией Матери «Калужская». Икона Божией Матери «Спорительница хлебов». (0+)
- 01.05 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 02.50 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 04.00 В поисках Бога. (6+)

Православный календарь

30 июля
Неделя 8-я по Пятидесятнице. Глас 7.
Память святых отцов шести Вселенских Соборов. Вмц. Марины (Маргариты).



Прп. Иринарха Соловецкого. Прп. Леонида Устюжского. Перенесение мощей прп. Лазаря Галисийского. Святиторской иконы Божией Матери.
Поста нет.

«Познается дерево от плода и устроение ума - от помыслов, в которых он пребывает. По устроению ума познается состояние души».
Прп. Авва Исайя (Скитский)

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.

Петрович спешил на вызов в большой офисный центр на соседней улице. Машину он не взял, потому что идти было буквально пять минут, но пожалел об этом почти сразу: ночью прошел сильный дождь, лужи стояли даже на тротуарах, и ботинки Петровича немедленно промокли. Однако даже промокшие ноги не испортили ему настроения – всю светило летнее солнце, лужи уже начинали подсыхать, и денек обещал стать хорошим.

На входе его встретил охранник:

– Здравия желаю!

– Это ты вовремя, – ответил, поморщившись, Петрович, – спасибо. Что у вас тут?

– Сейф украли из конторы на третьем этаже. С деньгами!

– Целый сейф? – удивился Петрович.

– Да там сейф-то небольшой был, спортивной сум-

Пушистый внештатник



ки хватило бы, чтобы вынести.

– Свидетели есть?

– Не знаю, я ж при исполнении, на входе стою. Участковый там, вы у него спросите. Пойдемте, я вас провожу.

Они поднялись на третий этаж и оказались на площадке, куда выходили три двери. Две были железными, оборудованными глазами и тяжелыми замками, а одна – обычной, с одним отверстием под ключ и поворотной ручкой. На нее и указал охранник:

– Вам сюда.

За дверью располагалась обычная контора, уставленная недорогими столами и шкафами для бумаг. За одним из столов стояло массивное кресло, издали казалось, что кожаное. Окно возле кресла было распахнуто, бумаги лежали в беспорядке, часть – на полу: видимо, сдуло сквозняком. Подойдя поближе, Петрович заметил на некоторых бумагах четкие следы кошачьих лап.

– У вас тут кошки водятся? – спросил он у топтавшегося рядом участкового.

– Мышки у них тут водятся, – ответил тот. – Вот

и привечают уличных котов. А здесь, видите, дерево возле окна и мини-балкончик для цветов – Барсик по нему приходит, когда двери закрыты. Вон он, Барсик, под шкафом сидит.

Петрович заглянул под шкаф, на котором указал участковый, и увидел огромного серого кота. Кот, глянув на Петровича, отчетливо зарычал.

– Злой какой этот ваш Барсик.

– Потому и Барсик, – подтвердил участковый. – Сердитый очень, совсем как барс. С малолетства такой – неласковый, зато мышей ловит пачками.

Петрович улыбнулся в усы и выглянул в окно – и правда: дерево, балкончик.

– Сухой совсем балкончик-то. А на тротуаре все еще лужи стоят.

– Так сторона южная – на солнце быстро все высыхает.

Тут в контору вошел мужчина в строгом костюме.

Меня зовут Максим Николаевич, я директор этой фирмы. Вот отсюда, – он

указал на стол, за которым стояло кресло, – украден сейф с деньгами. Мне теперь нечем платить зарплату.

– Кто обнаружил кражу? – спросил Петрович.

– Я и обнаружил.

– Когда это было?

– Полчаса назад, когда только пришел сюда.

– Окно тоже вы открыли?

– Я. Душно было, вот и открыл.

– И кот тогда же прибежал?

– Кот? Какой кот? При чем тут кот?! – начал закипать директор.

– Вот этот, Барсик, – Петрович показал на шкаф, из-под которого торчал кончик серого хвоста.

– Ах, э тот... Ну да, тогда же. Открыл окно, он и зарычал. Бумаги вон разбросал. Но я ничего не

трогал! Оставил, как было. До вашего приезда.

Значит, пропажу сейфа вы обнаружили полчаса назад? – уточнил Петрович.

– Да, – ответил директор. – Теперь мне нечем выплатить зарплату.

– А я думаю, есть чем, но вы почему-то не хотите этого делать, – сказал Петрович. – В чем дело? Большие долги? Азартные игры?

– Да как вы смеете?! – возмутился тот.

– Смею, – твердо ответил майор. – Потому что вы врете. Вы были здесь гораздо раньше, чем полчаса назад. А раз врете в этом, значит, врете и в остальном. Куда вы дели сейф?

Директор ошарашенно замолчал.

Виктория АНДРЕЕВА



Почему Петрович ему не поверил?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 28: грабитель не мог позвонить в дверь офиса при выключенном электричестве. Юрист не мог разглядеть пистолет, если ему в лицо действительно был направлен луч мощного фонаря.

Рис. Ирины Светловой

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

24 июля Восход: 4 ч. 32 м. Заход: 20 ч. 27 м. Долгота дня: 15 ч. 55 мин.

Растущая Луна в знаке Весов

25 июля Восход: 4 ч. 33 м. Заход: 20 ч. 25 м. Долгота дня: 15 ч. 52 мин.

Растущая Луна в знаке Скорпиона

26 июля Восход: 4 ч. 35 м. Заход: 20 ч. 24 м. Долгота дня: 15 ч. 49 мин.

Растущая Луна в знаке Скорпиона

27 июля Восход: 4 ч. 36 м. Заход: 20 ч. 22 м. Долгота дня: 15 ч. 46 мин.

Растущая Луна в знаке Скорпиона

28 июля Восход: 4 ч. 38 м. Заход: 20 ч. 21 м. Долгота дня: 15 ч. 43 мин.

Растущая Луна в знаке Стрельца

29 июля Восход: 4 ч. 39 м. Заход: 20 ч. 19 м. Долгота дня: 15 ч. 40 мин.

Растущая Луна в знаке Стрельца

30 июля Восход: 4 ч. 40 м. Заход: 20 ч. 18 м. Долгота дня: 15 ч. 37 мин.

Растущая Луна в знаке Козерога

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 24 ПО 30 ИЮЛЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

24 ИЮЛЯ

В 1790 году впервые было документально зафиксировано падение метеорита на Землю.

25 ИЮЛЯ

В 1832 году в Петербург была привезена Александровская колонна.

В 1909 году Луи Блерио первым пересек на аэроплане Ла-Манш.

В 1973 году с космодрома Байконур запущена советская межпланетная станция Марс-5.

В 1984 году состоялся первый выход женщины-космонавта Светланы Савицкой в открытый космос.

26 ИЮЛЯ

В 1730 году императрица Анна Иоанновна подписала указ об отливке Большого Успенского колокола (Царь-колокола).

В 1951 году в Новгороде найдена первая берестяная грамота.

27 ИЮЛЯ

В 1900 году Луи Лессинг продал первый гамбургер (День рождения гамбургера).

В 1921 году Фредерик Грант Бантинг выступил с докладом о получении инсулина.

28 ИЮЛЯ

В 1586 году в Европу впервые привезены клубни картофеля.

В 1836 году в Париже торжественно открыта Триумфальная арка.

В 1963 году состоялся первый полет самолета Ту-134.

30 ИЮЛЯ

В 1768 году началось первое кругосветное путешествие капитана Джеймса Кука.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

24 ИЮЛЯ. Иларий, Ольга.

25 ИЮЛЯ. Арсений, Мария, Михаил, Феодор.

26 ИЮЛЯ. Гавриил, Иулиан, Стефан.

27 ИЮЛЯ. Константин, Николай, Онисим.

28 ИЮЛЯ. Василий, Владимир, Пётр.

29 ИЮЛЯ. Алевтина, Иоанн, Павел.

30 ИЮЛЯ. Леонид, Марина.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

24 ИЮЛЯ ■ День кадастрового инженера в России

■ День флориста в России ■ День заботы о себе

25 ИЮЛЯ ■ День сотрудника органов следствия РФ

■ День речной полиции в России

26 ИЮЛЯ ■ День парашютиста в России

■ День дяди и тети

27 ИЮЛЯ ■ День работника МФЦ

28 ИЮЛЯ ■ День крещения Руси

■ День PR-специалиста в России

■ Всемирный день охраны природы

■ День системного администратора

29 ИЮЛЯ ■ Международный день тигра

■ Международный день декора

30 ИЮЛЯ ■ День Военно-Морского флота России

■ Международный день дружбы

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Поле на Прокла от росы промокло

24 июля считалось днем Ольги Страдницы. В этот день о грядущей погоде судили по картофелю. Если стебли картофеля высоко подняты, то погода будет солнечной, а если поникли – дождливой.

Роса 25 июля, в день Прокла Плакальщика, могла рассказать о погоде: сильная роса предвещала ясные дни, а скудная – ненастье. В народе говорили: «На Прокла поле от росы промокло».

В день Архангела Гавриила, 26 июля, было принято следить за погодой. Сухая погода в этот день обещала сухую осень. На Акилу, 27 июля, если при восходе солнце красное, а вскоре в облака нырнуло – стоило ожидать долгого дождя.

28 июля, в день Кирика и Улиты, по направлению ветра определяли погоду на ближайшие дни: южный ветер сулил ясную солнечную, восточный – пасмурную и дождливую.

Если 29 июля, в Финогеев день, ботва у моркови полоникла, то ожидали скорого сильного дождя. В день Марины с Лазарем, 30 июля, наблюдали за погодой. Считалось, что осень будет такой, как два последних дня июля и первый день августа.

Зоопарк. В соседних клетках медведь и бегемот. Медведь задумчиво смотрит на бегемота.

– Что устался, косялый? – Эх, твоей бы мордой да медку черпнуть...



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. 8-495-580-95-77
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.
Редакционный редактор ЖУЧКОВА С.С.
Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.
Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А.
Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220, e-mail: distrib@kardos.ru

Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А.
Тел. (495) 937-95-77, доб. 237, e-mail: distrib@kardos.ru
Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.
Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами ЖУЙКО О.В.
Телефон: +7 (495) 937-95-77, доб. 273
Ведущий дизайнер: Немыкин Н.Н.
Телефон департамента рекламы: +7 (495)-792-47-73, e-mail: reklama@kardos.ru

№ 29 (402).
Дата подписания в печать: 01.00 час. 18.07.2023 г. Дата производства: 18.07.2023 г. Дата выхода в свет: 19.07.2023 г. Тираж 44 310 экз. Отпечатано в ООО «Прайм Принт Воронеж» (ООО «ППВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48А. Тел.: +7(473) 246-52-70
Заказ 5018. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.
Тираж этого номера 850 230 экз.
Рекомендованная цена в розницу 30 рублей. 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.
Копирование без указания источника запрещено.

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

Лето – чудесное время для пикников.

И тем более не нужно от них отказываться, когда вы худеете. Можно просто совместить свой путь к стройности и в удовольствие поесть на пикнике, да при этом еще и насладиться природой.

Шашлык

Мясо – это хорошо! Это белок. И лучше всего, если мясо будет не очень жирным. Это не только курица или индейка, вполне допустима и нежирная часть свинины (карбонад). А еще обратите внимание на рыбу. Это отличный вариант. Рыбу можно на пару часиков предварительно замариновать (например, в кефире), добавив специи по вкусу. При этом необязательно готовить на открытом огне, можно запечь в фольге.



ОТПРАВЛЯЕМСЯ на пикник стройности



Овощи

Это не только салаты и нарезка из свежих овощей. Кабачки, баклажаны, болгарский перец, репчатый лук – все это тоже можно приготовить на открытом огне, а лучше – запечь в фольге. Новый вкус полезных овощей с грядки, плюс низкая калорийность и обилие клетчатки – согласитесь, хороший вектор при движении к стройности. Что касается картофеля, его если очень хочется, то можно. Парочка молодых картофелин, запеченных в мундире, не причинит вреда талии. А вот от свежего хлеба, как бы аппетитно он ни смотрелся на пикнике, жетельно отказаться или свести его употребление к минимуму.



Две подружки.
– Что так вздыхаешь?
– Хочется простого женского – похудеть на 10 кг.



Напитки

Летом часто хочется пить. Поэтому так важно захватить с собой чистую воду, а не пакетированные соки и газировку. Вполне уместны будут травяные чаи или, скажем, ягодный морс без сахара. Калорий минимум, а пользы максимум.

Детали

По всем правилам

1 Выезжая на пикник, не забудьте дома полноценно поесть. То есть если это завтрак, обязательно должны присутствовать сложные углеводы и белок. Безусловно, общая калорийность важна, но, приезжая на пикник голодными, мы рискуем переест.

2 И еще один важный момент. На пикнике можно не только наесть калории, но и изрядно их израсходовать. Так почему бы этим не воспользоваться? Поездить на велосипеде, поиграть в мяч, бадминтон, потанцевать, устроить соревнования и т.д. А после еще разок перекусить запеченными овощами.

Татьяна МИХАЛЁВА

Мнение специалиста

Голодать ли после пира?

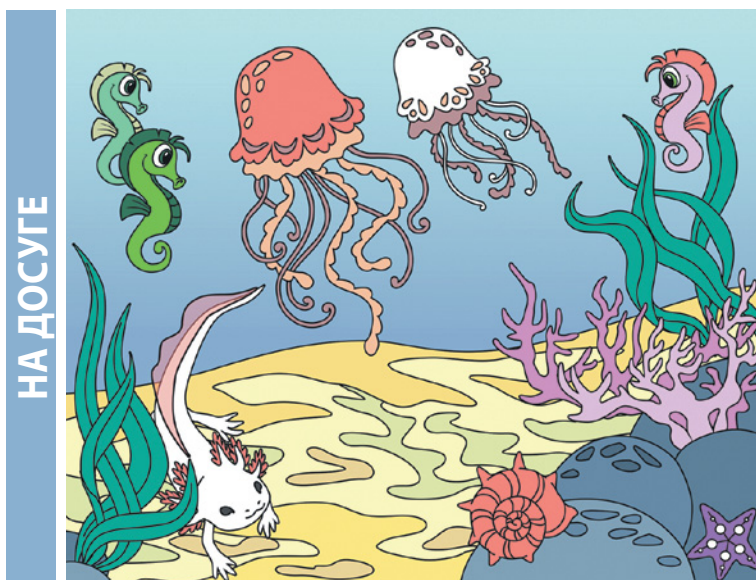
На наши вопросы отвечает врач-диетолог Ольга Шестакова.



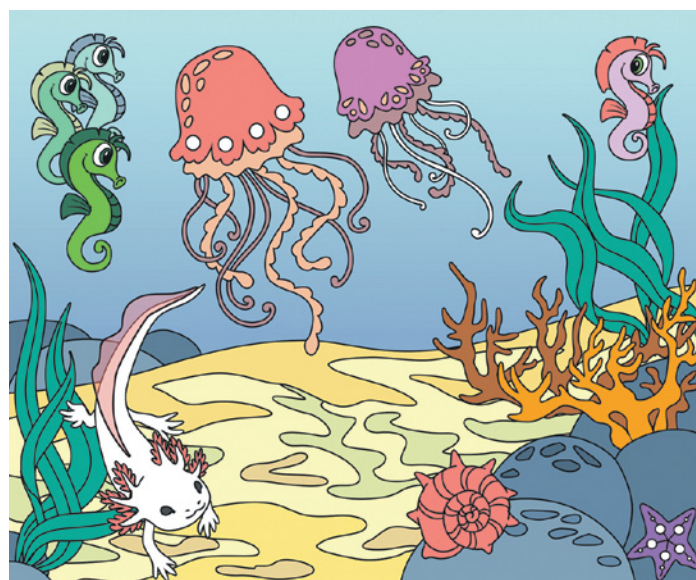
– Если переел на празднике (или в любой другой день), как правильно поступить на следующий день для похудения: вернуться в привычный режим калорийности или же устроить разгрузочный день?

– Важное правило любых переяданий – не устраивать после них никаких голодовок. Оптимально просто вернуться к привычному режиму и стилю питания. Да, на следующий день может быть небольшое снижение аппетита, но можно немного уменьшить объем порций. Если вы решитесь на разгрузочный день, то не исключено, что к вечеру может случиться срыв. И день завершится очередным переяданием, после которого вам снова захочется основательно разгрузиться... Таким образом, период избытка еды для вас может затянуться.

Фото из личного архива Ольги Шестаковой и www.shutterstock.com



НА ДОСУГЕ



Найди 10 отличий

Ах, это море!

Красоты морского дна завораживают, восхищают! Но и заставляют обратить внимание на детали. А как быстро вы сможете найти отличия?

Ответы: нижний лист левой водоросли, камин за этими водорослями, зигзаг на дне рядом с трюмом, разворот моллюска в центре, цвет коралла справа, морской конек справа, цвет зонтика медузы справа, линия дна оттого из шупалец этой же медузы, край зонтика медузы справа, количество морских коньков слева.

СУДОКУ МАСТЕР ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ СПЕЦВЫПУСК №01/2023 (июль)
• БОЛЕЕ 180 ЗАДАНИЙ •

«Судoku Мастер» – это более 180 увлекательных задач трех высоких степеней сложности: классические судoku, фигурные и диагональные судoku, мегасудoku и мультисудoku. А также такие особые, набирающие популярность у читателей, как кенкен, какуро и сумдoku.

Подробная инструкция на первых страницах журнала поможет понять принцип разгадывания судoku даже тем, кто еще не успел «набить руку» в решении таких головоломок. Каждый вид судoku сопровождается краткой инструкцией по технике решения, а проверить свое мастерство поможет раздел с ответами.

«Судoku Мастер» – это не просто сборник задач для гурманов судoku. Это еще и хит-парад рецептов для гурманов и любителей вкусно поесть. А еще в нашем журнале для отдыха и развлечения мы публикуем специальные тест-картинки «Найди 10 отличий».

16+

**НОМЕР В ПРОДАЖЕ С 21 ИЮЛЯ! СПРАШИВАЙТЕ
В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ
И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ**

Реклама

Кашпо – это декоративный сосуд, внутрь которого ставится горшок с растением.

Мы предлагаем мастер-класс по созданию кашпо, ключевое предназначение которого – скрыть техническую емкость для посадки, используя не очень много простых материалов. Кашпо считается малой архитектурной формой и может выполнять функцию зонирования пространства. Так что это еще и вариант легко преобразить привычный интерьер, например, установив на пороге веранды, во дворике или на балконе. Вдохновения и творческих успехов!

КАШПО

для садового | балконного интерьера



ИСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ:

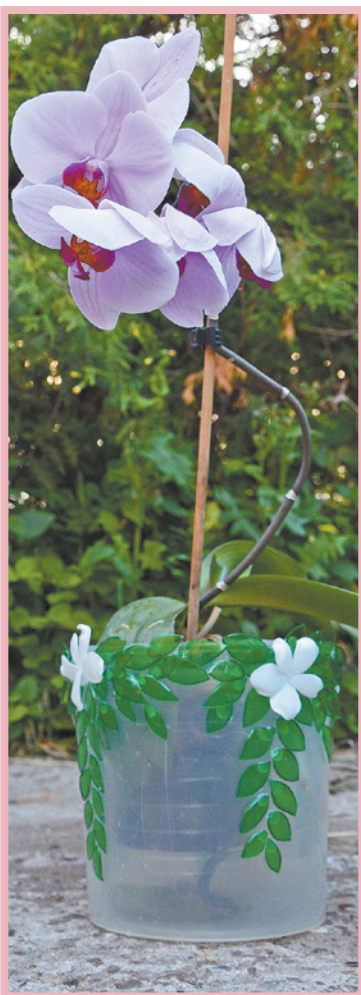
Пластмассовое ведро емкостью 1 л, пара пластиковых бутылок зеленого цвета, одна – непрозрачного белого цвета (можно любого другого) цвета, свеча, канцелярский нож, ножницы, клеевой термопистолет, пинцет.



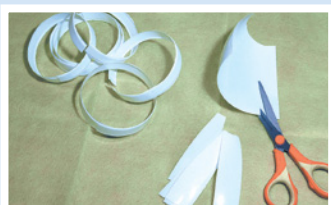
1 Отделить с помощью ножа рельефные части у зеленых бутылок. Должна остаться гладкая цилиндрическая часть.



2 Разрезать ножницами цилиндрическую часть на полоски шириной 2 см.



3 У белой (цветной) емкости, отделив верх и низ ножом, оставить цилиндрическую часть.



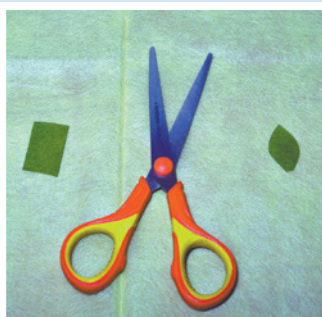
4 Затем аккуратно разрезать ножницами на полоски.



5 Должны получиться полосы шириной примерно 2,5-3 см.



6 Зеленые и белые полосы нарезать на прямоугольники.



7 Из зеленых прямоугольников вырезать заостренные листочки, из белых – закругленные лепестки.



8 Слегка нагреть края каждого листочка и лепесточка над свечой.



9 Обрезать выступающий край у большой банки (ведра) с помощью канцелярского ножа.



10 Собрать цветочки. Капнуть на поверхность капельку клея, подобрать лепестки.



11 Закрепить цветок сверху еще каплей клея. При желании можно вклеить в серединку бусину или бисер.



12 На края банки (ведра) приклеить с помощью клеевого пистолета листочки, оставляя у края место для цветов. Приклеить любое количество листочков, спускающихся вниз.



13 На свободных местах по краю разместить цветы. Готово!



И снова с вами – постоянная рубрика «Литературный обед». В сегодняшнем меню несколько блюд от классиков: Николая Гоголя, Михаила Шолохова и десерт от Чарльза Диккенса.



Кулага, крампыты, каша



Будут сегодня пищей нашей

Борщ по старинному рецепту

ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 400 г говяжьей грудинки ■ 100 г копченой свиной грудинки ■ 50 г шпика ■ 200 г копченой птицы (гусь, утка) ■ 1 свекла ■ 250 г квашеной свеклы ■ 250 г белокочанной капусты ■ 1 луковица ■ 4-5 зубчиков чеснока ■ пучок зелени (укроп и петрушка) ■ 100 г корней (петрушка, сельдерей) ■ 2 л кваса ■ 0,5 стакана сметаны ■ молотый черный перец ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Оба вида грудинки и птицу нарезать небольшими кусками, лук – небольшими кубиками, капусту нашинковать, свежую свеклу натереть на терке.
2 В большую кастрюлю сложить все подготовленные ингредиенты, корни и квашеную свеклу (вместе с соком), залить квасом, поставить на огонь, посолить, довести до кипения, снять образовавшуюся пену.

на 6 персон
83 ккал



3 Когда прекратится пенообразование, поставить кастрюлю в разогретую до 120-130 градусов духовку и варить, периодически помешивая, 3-4 часа.

4 Чеснок растереть со шпиком, поперчить, смешать со сметаной, добавить в борщ за несколько минут до окончания варки.

5 При подаче посыпать мелко рубленой зеленью.

Учитель литературы спрашивает ученика:

- Ты, конечно, прочитал и выучил письмо Онегина к Татьяне?
- Нет.
- Почему?!
- Чужие письма читать нельзя!



Кулага русская

ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 2 ст. л. ржаной муки ■ 1 ст. л. солода ■ калина (подмороженная) по вкусу



На 1 порцию
21 ккал

«Ели, как всегда по праздникам, сытно и много. Щи с бараниной сменила лапша, потом – вареная баранина, курятина, холодец из бараньих ножек, жареная картошка, пшенная с коровьим маслом каша, кулага, блинцы с каймаком, соленый арбуз».

Михаил Шолохов,
«Тихий Дон»



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Солод заварить 1 стаканом горячей воды, поставить в теплое место (например, в остывающую духовку) на 1-1,5 часа.

2 Добавить калину и муку, тщательно размешать (следить, чтобы не образовалось комочков).

3 Поставить емкость с кулагой (глиняный горшочек, чугунок и т.п.) в разогретую до 50 градусов духовку на 30 минут, перемешать и дать полностью остыть; повторить нагрев еще 2-3 раза, до достижения нужной густоты.



На 6 персон
103 ккал

Пшённая каша на молоке

ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 180 г пшена ■ 200 мл молока ■ сливочное масло по вкусу ■ 0,5 ч. л. соли

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Пшено перебрать, тщательно промыть (до прозрачности воды). Довести до кипения 620 мл воды, всыпать пшено, еще раз довести до кипения, убавить огонь до минимального, плотно накрыть кастрюлю крышкой, варить до готовности крупы (25-30 минут).

2 Влить горячее молоко, перемешать, довести до кипения, убавить огонь до минимального, плотно накрыть кастрюлю крышкой, варить 10-15 минут.

3 Готовую кашу оставить под крышкой на 5 минут, подавать со сливочным маслом.

Крампеты

ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 250 г муки ■ 200 мл молока ■ пакетик сухих дрожжей ■ 2 ч. л. сливочного масла ■ растительное масло ■ 1 ч. л. сахара ■ 1 ч. л. разрыхлителя ■ 1 ч. л. соли



на 4 порции
62 ккал



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Смешать муку, дрожжи, сахар, добавить теплое молоко, хорошо перемешать.

2 Продолжать замешивать тесто, постепенно добавляя теплую воду (~ 100 мл), до тех пор, пока тесто не станет густым и однородным; затянуть емкость с тестом пищевой пленкой, оставить в теплом месте на 1-2 часа (до появления на поверхности теста пузырей).

3 Добавить в тесто соль и разрыхлитель, тщательно перемешать, оставить еще на 20-30 минут.

4 Разогретую сковороду сбрызнуть растительным маслом, поставить на нее смазанные сливочным маслом металлические кольца * (диаметром ~9 см).

5 Выложить в кольца столько теста, чтобы они были заполнены наполовину.

6 Жарить крампеты на среднем огне, не переворачивая, до тех пор, пока они полностью не пропекутся (крампеты должны застыть, на них появится множество мелких дырочек).

7 Готовые крампеты извлечь из колец, довести в той же сковороде (или в тостере) – верхняя сторона тоже должна обрести аппетитный золотистый цвет.

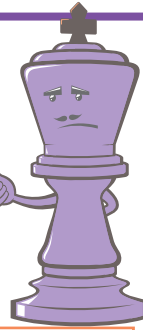
8 Подавать с растопленным сливочным маслом или джемом.

* Вместо металлических колец можно использовать фольгу: сложить в 2-3 слоя и скрепить края так, чтобы образовалось кольцо. Закрепить края фольги можно с помощью степлера, канцелярских скобок или скрепок.

Светлана ИВАНОВА

С 1966 года 20 июля ежегодно отмечается Международный день шахмат. Вспомним историю. В 1925 году Советский Союз переживал невероятный шахматный бум, вызванный проведением международного шахматного турнира в Москве, где выступали Капабланка, Ласкер и сильнейшие советские мастера. В клубах и дворцах культуры открывались секции и кружки, в газетах и журналах появились шахматные странички, разделы, подборки. Наша викторина – о воплощении шахматного бума в кино.

ШАХМАТЫ: ГИМНАСТИКА для ума



1 Сценарий этого фильма знаком всем. Во время погони за бриллиантами усопшей тётчи, спрятанными в гостином гарнитуре, предводитель дворянства Киса Воробьянинов и великий комбинатор Остап Бендер оказались на теплоходе «Скрябин». «Художников» разоблачили и высадили на берегу Волги у небольшого городка Васюки. Знаток 400 сравнительно честных способов отъёма денег, голодный Остап представился жителям гроссмейстером, прибывшим с карлсбадского турнира, очаровал их проектом о проведении в Васюках международного, а может, и межпланетного супертурнира! Сколько денег похитил Остап у шахматного клуба в Васюках и потратил «на телеграммы» гроссмейстерам?

а) 21 рубль 18 копеек.
б) 35 рублей.
в) 56 рублей 18 копеек.

2 Васюкинский сеанс одновременной игры Остапа Бендера в «Двенадцати стульях» Ильфа и Петрова нашёл своё воплощение в кино. Это две комедии: «Двенадцать стульев» режиссёра Леонида Гайдая (1972) и «Двенадцать стульев» Марка Захарова (1976). Миллионы людей прекрасно помнят фразу одноглазого шахматиста: «Только что на этом месте стояла моя ладья!» Для знатоков не составит труда вспомнить, кому герой Савелия Крамарова говорит это: Арчилу Гомиашвили (Бендер у Гайдая) или Андрею Миронову (Бендер у Захарова)?

а) Арчилу Гомиашвили.
б) Андрею Миронову.

3 Вспомните, в каком фильме шахматная партия, проработанная до мельчайших деталей, игралась в гостинице на одежде? Конечно, в «Джентльменах удачи» режиссёра Александра Серого! Гаврила Петрович – Хмырь (Георгий Вицин), которому нужна одежда, выигрывает у «отдыхающего гражданина» (Анатолия Папанова). Сначала герой Вицина располагает фигуры на доске симметрично, чтобы продемонстрировать своё простодушие, а «гражданин» Папанова начинает атаку конём и слоном. Хмырь ходит лошадью, поставив ему мат, забирает шляпу. Вспомните, какими фигурами играл «отдыхающий гражданин»?

а) Белыми.
б) Черными.

4 «Гроссмейстер» – фильм с невероятной историей. Большой любитель шахмат Леонид Зорин написал сценарий, а режиссёр Сергей Микаэлян снял фильм, который вышел на советские экраны в 1972 году. В главной роли шахматиста Сергея Хлебникова снялся Андрей Мягков. Интересно, что исполнителя роли секунданта Хлебникова выбирали из действующих шахматистов. Кто по-настоящему съёмочной группе наиболее подходившим?

а) Александр Алёхин.
б) Виктор Корчной.
в) Михаил Таль.

5 Партию в шахматы разыгрывают и в фильме «Самая обаятельная и привлекательная». Надя Клюева, которой под тридцать, никак не может выйти замуж. Вместе с подругой, разработав план, они открывают охоту. Женихов на предприятии, где работает Надя, четверо. Это Гена Сысоев, Миша Дятлов, Володя Смирнов и Лёха Пряхин. Двое из них играют в шахматы – игру интеллектуалов, и, как считает Надя подруга, один из них – завидный жених, отличная партия. Кто из «женихов» играет в шахматы, «не отходя от рабочего места»?

а) Гена Сысоев и Миша Дятлов.
б) Миша Дятлов и Володя Смирнов.
в) Володя Смирнов и Лёха Пряхин.

ОТВЕТЫ

1-а. Бендеру удалось забрать из кассы шахматного клуба 21 рубль 18 копеек «на телеграммы», а сборы на лекцию и сеанс составили ещё 35 рублей. 2-а. Арчилу Гомиашвили. 3-а. Белыми. 4-б. Виктор Корчной. 5-в. Володя Смирнов и Лёха Пряхин.

ВЕРА
СВЕТЛОЕ РАДИО

Вышний Волочек
104,5 FM

Губкин
104,0 FM

Задонск
103,9 FM

Липецк
97,9 FM

Москва и область
100,9 FM

Мосолово
101,0 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

Тверь
89,4 FM

ДОСТУПНО
ОНЛАЙН

RADIOVERA.RU

СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

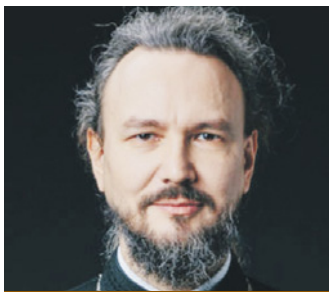
«И ели все и насытились...»

И, выйдя, Иисус увидел множество людей и сжалился над ними, и исцелил больных их. Когда же настал вечер, приступили к Нему ученики Его и сказали: место здесь пустынное и время уже позднее; отпусти народ, чтобы они пошли в селения и купили себе пищи. Но Иисус сказал им: не нужно им идти, вы дайте им есть. Они же говорят Ему: у нас здесь только пять хлебов и две рыбы. Он сказал: принесите их Мне сюда. И велел

народу возлечь на траву и, взяв пять хлебов и две рыбы, воззрел на небо, благословил и, преломив, дал хлебы ученикам, а ученики народу. И ели все и насытились; и набрали оставшихся кусков двенадцать коробов полных; а евших было около пяти тысяч человек, кроме женщин и детей. И тотчас понудил Иисус учеников Своих войти в лодку и отправиться прежде Его на другую сторону, пока Он отпустит народ.



Этот отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах 30 июля, в воскресенье.



Комментирует протоиерей Павел Великанов

История с чудесным умножением хлебов замечательна не только своей масштабностью. Здесь проявляется огромная разница между внутренним миром учеников Христа и Самим Учителем.

Давайте посмотрим внимательно. **И**так, после множества исцелений, совершенных Иисусом, толпы народа никуда не исчезают, и апостолы понимают: такое огромное число людей – да еще к тому же уставших и голодных – легко может стать неразрешимой проблемой. Поэтому предложение апостолов «отпустить народ, чтобы они сами раздобыли себе пищи» – очень разумное. Таким образом ответственность сразу же перекладывается на плечи самих людей. **И** что в этой ситуации делает Иисус? Он не говорит апостолам: «Сейчас Я решу эту пробле-

му чудесным способом!» Он говорит то, что меньше всего хотели бы услышать Его ученики: «Вы дайте им есть!» У них самих-то едва-едва есть, что положить на зубок, – и тут: «вы дайте им есть!» Отдавать свое, последнее, в планы апостолов ну совсем не входило! Но – ради послушания Учителю – на что не пойдешь? Рассадили людей, как и сказал Иисус, и начали раздавать весь свой небольшой запас. Я не сомневаюсь, что в душе апостолы не особо-то были рады такому повороту дел – и внутренне уже смирились с тем, что так и останутся голодными, – при этом через их руки раздавалась, раздавалась и раздавалась еда. Толь-

ко обеспечив всех пришедших пищей, они теперь могли и сами утолить свой голод – а там, как выяснилось, одних остатков – целых 12 коробов! **Э**тот отрывок из Евангелия дает нам замечательную мысль, как следует поступать в критической ситуации сложного выбора – предпочесть свою пусть малую, но зато гарантированную выгоду – или же довериться Богу и свободно предпочесть благо другого. Что сберет – то потерял, что отдал – богаче стал! Не жди от Бога, что Он Сам разрешит все чужие проблемы: быть может, Он только и ждет нашего шага любви – чтобы открыть Свои неисчислимые источники!

Надевать ли платок при молитве?

? Нужно ли накрывать голову платком, когда читаешь молитву про себя? Мне подсказали в храме, что можно молиться в дороге, пока едешь на работу. А я хожу с непокрытой головой даже зимой – в метро шапка мне не нужна. Татьяна Сергеевна

Традиция Церкви, которая закреплена авторитетом апостолов: «...и всякая жена, молящаяся или пророчествующая с открытой головой, постыжает свою голову» (1 Кор. 11. 4-5). В современной жизни это правило применимо, когда мы приходим в храм. В храме женщина присутствует и молится с покрытой головой. Это часть православного этикета, правило поведения. Но молиться, обращаться к Богу автор вопроса (как и любой человек) может всегда и везде (и дома, и в дороге, и на работе), независимо от того, есть на голове платок или нет.

Тёплый сезон модные дизайнеры решили отметить подчеркнутой женственностью. И в первую очередь это касается самой женской одежды – юбки.

Выбор актуальных фасонов юбок в этом году так велик, что определить хотя бы пятерку главных трендов очень сложно. Строго говоря, выбирать, какая именно юбка станет фаворитом сезона, модные дизайнеры предлагают самим модницам. Любая юбка, которая вам идет, автоматически становится остромодной. Очень мудрый подход, не правда ли?

Длина

Никаких ограничений и даже пожеланий по длине в этом сезоне нет: какая предпочтительнее для вашей фигуры, подчеркивает ее наилучшим образом, такая и в моде. Мало того, если сегодня вы надели миди, а завтра – макси, это тоже прекрасно укладывается в тренд, потому что в моде абсолютно все: от супермини до макси в пол.

Крой

Предпочтительны максимально женственные варианты: карандаш, солнце, полусолнце, запАх. Любая деталь, подчеркивающая женственность: плиссе, высокий разрез, оборки – только в плюс. Однако если этот тренд вам не близок, смело выбирайте более строгие варианты – например, асимметричные модели с ровными, четкими углами либо просто прямые, вовсе без декора.



МОДНЫЕ ЮБКИ ЭТОГО ЛЕТА

Материал

Конечно, в первых рядах – легкие летящие ткани: шелк, шифон, тонкий хлопок и т.п. Однако не уступают им в популярности классический деним, плотный сатин и другие ткани, держащие форму. В вечерней группе лидируют ткани, щедро усыпанные пайетками, и полупрозрачные материалы, демонстрирующие оголенные ноги (подъюбка в этом случае не надевается).

Декор

Как мы уже упоминали, поощряется любая намек на женственность: оборки, рюши, воланы и т.п. Также очень популярна вышивка, особенно по подолу, и декор в виде металлической фурнитуры. Но самый острый тренд сезона – бахрома. Длинная и короткая, пышная и полупрозрачная, по подолу или запаху – где и какая угодно, лишь бы была. Бахрома в этом модном году должна быть вообще везде, ну или хоть где-нибудь.

Светлана
ИВАНОВА

Изюминка сезона: трампет

Юбка трампет напоминает классическую юбку годе: она так же мягко (а нередко и плотно) «обнимает» бедра, заканчиваясь воланом – широким или узким. В отличие от годе, волан юбки трампет может начинаться от самых бедер и быть ширины, сравнимой с солнце-клевш. С другой стороны, волан может быть довольно узким и расширяться совсем чуть-чуть, лишь обозначая свое присутствие. Кроме того, в отличие от годе волан может быть выполнен из контрастной ткани, иметь (или наоборот, не иметь) принт и/или другую фактуру – например, плиссе.

Детали

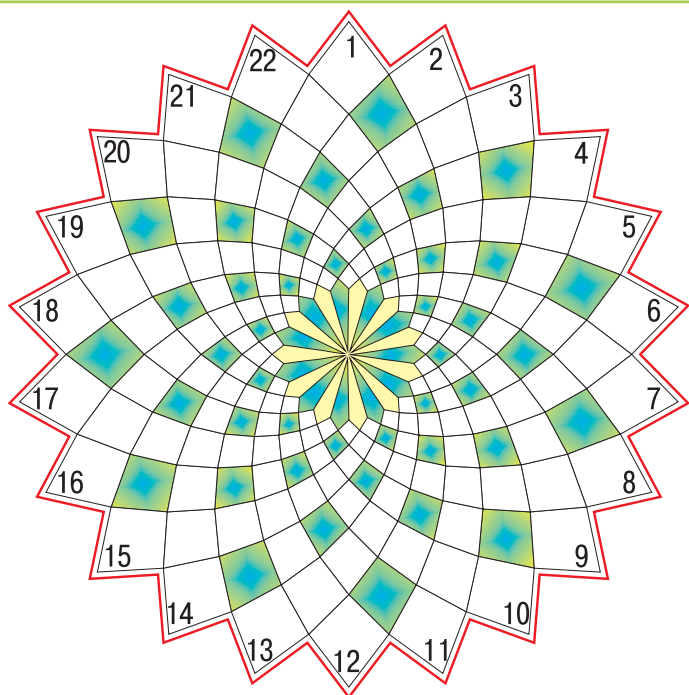
Привет из 90-х

Надо отметить, что в новых коллекциях достаточно юбок с приветом из прошлого. Например, современная юбка-чулок, которая так же соблазнительно обрисовывает женские формы, как в 90-х годах прошлого века, но делает это намного более элегантно.

Цвета и принты

Как и в случае длины, исключений в этом сезоне нет – цвет или оттенок, не попавший в список самых модных, найти просто невозможно. То есть в моде вообще все. С принтами определенности чуть побольше: в моде цветы. Мелкие и крупные, яркие и едва заметные, рассыпанные по всему полотну или частично – выбор чрезвычайно широк. А для тех, кто не любит цветочки на одежде, предлагаются клетка, полоска, горох, а также имитация кожи рептилий, но в приглушенной гамме. Самым дерзким модницам стоит обратить внимание на ткани с имитацией металлического блеска.

КРОССВОРД «ЦВЕТОК»



1. Не просто дело, а целое деяние. 2. Не различает некоторые цвета. 3. Исключительные способности. 4. Взмах волшебной палочки. 5. Цветок – он же недотрога. 6. Каждый из нас. 7. Какой портрет «рисуют» по памяти потерпевшего или свидетеля? 8. Крокодил, чье название в переводе с испанского означает «хитрец». 9. «... колец» – фильм про хоббитов, эльфов, гномов, людей, волшебников и монстров. 10. «Упаковка» младенца (процесс). 11. Удаление нежелательных волос

с поверхности тела. 12. Речь хвалебного содержания. 13. Указание на ошибки. 14. Колизей среди архитектурных строений. 15. Александр III во главе Российского государства. 16. Самая маленькая туфелька на свете. 17. Как одним словом сказать «неопределенная форма глагола»? 18. «Устная компенсация» за причиненное неудобство. 19. Усталость от тяжелого и длительного труда. 20. Скрытый в тумане контур предмета. 21. Что является синонимом вежливости? 22. «Супермаркет» с машинами и запчастями.

ОТВЕТЫ

1. Сверхъестественное. 2. Дальнодействие. 3. Дарование. 4. Мановление. 5. Удаление. 6. Обертывание. 7. Фотошоп. 8. Амплификатор. 9. Бра-ва-ля. 10. Пеленание. 11. Деление. 12. Пеленание. 13. За-вращивание. 14. Амплификатор. 15. Император. 16. Инфлюэнца. 17. Мечина. 18. Амплификатор. 19. Император. 20. Скрытый в тумане контур предмета. 21. Что является синонимом вежливости? 22. «Супермаркет» с машинами и запчастями.

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

РАБОТА

■ 8 (925) 425-07-61, 8 (925) 156-82-43 ВОДИТЕЛЕЙ КАТЕГОРИИ «С» приглашаем на постоянную работу в Москве, области и России. Стаж работы от 3-х лет. График работы полная занятость, сменный 15/15. Зарплатная плата от 70 000 руб. без задержек. Проживание, питание, соц.пакет. Тел.: 8 (925) 425-07-61, 8 (925) 156-82-43.

РЕКЛАМА
В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»:
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 **250** рублей
за 1 выход

КАК ОПЛАТИТЬ

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

Скидки
уточняйте
у менеджера

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 24 ПО 30 ИЮЛЯ

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 24 ПО 30 ИЮЛЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
 Овнам понадобится проявить упорство, чтобы добиться желаемого. Именно сейчас следует разобраться и понять поступки людей. Да, вы ранимы и восприимчивы к нападкам посторонних, но не давайте себя в обиду. На работе придется решать много непростых вопросов.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
 Деловые навыки помогут Тельцам улучшить свои позиции в делах рабочих. Ваше природное обаяние и умение держаться помогут вам наладить контакт с интересными людьми. Помните, можно многого добиться благодаря терпению и своему труду.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
 Работа в команде во всех ее проявлениях сегодня считается у Близнецов лучшей коммуникацией. В наступивший период вы можете найти себе новое увлечение, которое полностью захватит вас, и будете все свободное время отдавать ему. Но не забывайте о любимом человеке.

РАК (22.06 – 22.07)
 Ракам не нужно стараться принять участие во всех делах одновременно. Не торопитесь, спешка вам ни к чему. Лучше в свободное время хорошо все обдумать. Если сомневаетесь, обратитесь за советом к людям, которые больше понимают в том или ином вопросе.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
 Львам следует избегать чрезмерной практичности и рационализма. Постарайтесь расслабиться, и тогда, возможно, решение будет найдено гораздо быстрее. Бывают ситуации, когда приходится подавлять свои желания. Старайтесь сдерживать эмоции, избегать ссор.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
 Девам не хватает жизненных сил. А дел и на работе, и в быту будет только прибавляться. Не принимайте буквально все близко к сердцу. Не будьте упрямы в пустяках. Больше времени проводите с семьей. Это поможет расслабиться и избавит от чрезмерного напряжения.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
 Главное для Весов – проявлять активность и максимально быстро приспосабливаться к текущим обстоятельствам. Сосредоточьтесь на главном и не отвлекайтесь на мелочи. Не стоит доверять случайным знакомым и прислушиваться к их советам, а тем более к предложениям.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
 Скорпионам лучше занять выжидательную позицию. Дайте дорогу положительным эмоциям, не идите на поводу у переживаний, которые могут нарушить баланс внутренних сил. Старайтесь не вспоминать прошлые ссоры, взаимные непонимания. Будьте на позитивной волне.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
 Упорство и трудолюбие Стрельцов позволят им добиться высоких результатов. Будьте бдительны, чтобы избежать стрессовых ситуаций. Но не будьте импульсивны в общении с коллегами и близкими. Старайтесь выслушивать собеседника и понять его позицию.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
 Козерогам стоит посвятить время здоровью. Прогуляйтесь или посетите оздоровительные мероприятия. Отличным способом расслабиться станет физическая активность, которая освежит голову и взбодрит. Даже обычная прогулка на свежем воздухе поднимет настроение.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
 На этой неделе Водолеи могут захотеть что-то изменить в своей жизни. Физическая работа или спорт вернут вам мир в душе и повысят тонус. При поиске разумного решения своих вопросов не следует принимать близко к сердцу возникающие препятствия.

КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

- Краска, придававшая лицу дамы позапрошлого века аристократическую бледность.
- Брусек с делениями для промера уровня воды.
- Крыша, под которой крутят сольто и ходят по канату.
- Мокасины, сандалии, танкетки, унты, сабо, чуни, сапоги, ботинки.
- Барбос во главе бродячих собак.
- Крупный баран с огромными рогами, закрученными в спирали, направленными в разные стороны.
- «Зажатый» двумя отступами отрезок текста.
- В Древнем Риме жрец-толкователь воли богов.
- Какое огородное растение продают пучками?
- Скопление камней у подножья склона.

Ответы: 1. Пудра. 2. Рейка. 3. Купол. 4. Обувь. 5. Вожак. 6. Архар. 7. Абзац. 8. Авгур. 9. Укроп. 10. Осыпь.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
 Звезды предвещают Рыбам обострение чувств и интуиции. Эффективность в работе тоже увеличится. Но если вы хотите обрести покой и умиротворение, попробуйте уединиться. Позитивным будет чтение книг, просмотр фильма, прослушивание приятной музыки.

Личный состав самолета	Норман или Кельми	Заголовок над страницей	Узкая тесьма-закладка в корешке	Подсказывает в театре	Союз предприятий одной отрасли	Поэт Рабиндранат	"Недозревший лимон"	Полуостров, богатый газом	Изумруд в зубах сказочной белки	Граница Европы и Азии	"Водоемы" после ливня	Столица Филиппин	См. фото	Актёр в образе пастора Шлага
			Шахматист ... Карякин				Оппонент катода	Кино-"бродяга" ... Капур			"Мама! Моя ... приехала" (Лукашин)			
Платок в нагрудном кармане пиджака	Майонез как он есть			Галоген в тубике с зубной пастой	Колочая сорная трава	Музыкальный лад уныния и грусти				Игорь Старыгин в плаще мушкетера				Система объёмного звука
									"Лекарство" от скрипа	На какой реке стоит Астана?	Ползучие гады	Нога тюленя		
Квасной кувшин с крышкой	Микробы одного вида	Пушной полоскун	Едкий ... или по-другому каустик	Центнер с еще одним нулем								Надувное судно для сплава	Льюис-Леннокс, а Тайсон?	
		Радость, тоска, любопытство							Образец, близкий к идеалу	В них птицы собираются	Поэма Джорджа Байрона	Ромул и ...		
Пустынный ветер с пылью	Китовая ... (морской гигант)	Антенны бабочки									Актёр по имени Джуд			
			Муза любви	Еще говорят "Слушаю" или "Да?"					Какой жанр породил Монтень?					
Клуша или наседка	Женский аналог мужского тенора				Упрямец в зодиакальном круге	Выслеживание преступника			Баскетболист ... Мозгов		Процедуры по названию курорта	Поперечные нити ткани		
				Головоломка "Сложи картинку"										
Гранин, Хармс	Какой ягодой славится Крым?				Награда триумфатору	Вывод поросят на водопой					Малолитражный "Фиат"			
			Студент на дневном отделении						Барсучья "недвижимость"					

ЖАРКИЕ СКИДКИ до -80%

НА ТВ-ХИТЫ И ЛИДЕРЫ ПРОДАЖ!



Кошелек

Материал: кожа, подкладка – 100% полиэстер. Размеры: 20x10,5x3,8 см. КНР. Лот 156 6130 Коричневый

скидка 65%

~~1990~~ **690** Р



Умный зонт

С обратным механизмом сложения.

Материал: металл, полиэстер. Длина в сложенном виде: 23,5 см. Диаметр купола: 105 см. КНР. Лот 200 47527

скидка 53%

~~1490~~ **690** Р



Сумка «Шоколад»

Сумка из кожи пэворк – просто находка! 2 больших отделения на молниях, 5 карманов снаружи, крепкие ручки и съемный ремень на плечо.

скидка 75%

~~3990~~ **990** Р



Материал: кожа, ПВХ. Размер: 31x24,5x10,5 см. КНР. Лот 200 47520 Коричневый



Кварцевый механизм с дискретным ходом. Дизайн часов может отличаться от фото. Батарейка в комплекте. КНР.

ЧАСЫ В ПОДАРОК при покупке от 1000 р.

ПО ПРОМОКОДУ: **23НОТ**
При заказе на сайте MOY.MIR.RU

Часы «Классика»

Ваш подарок за заказ – роскошные часы «Классика» в корпусе цвета розового золота, украшенные пересыпающимися искрящимися стразами, с классическим черным ремешком, тисненым «под кожу питона».



Язычок для удобства надевания



Летние туфли «Санторини»

Легкие дышащие туфли в модном греческом стиле станут лучшим выбором на каждый день! Они практически неощутимы на ноге. Имеют гибкую амортизирующую подошву, смягчают нагрузку на стопы.

Гибкая нескользящая подошва

Материал: иск. замша, подошва – полиуретан. КНР. Размеры: 37, 38, 39, 40, 41. Лот 102 512

Песочный, Деним

скидка 80%

~~3990~~ **790** Р



Материал: п/э, вискоза, эластан. Длина: 105 см. Россия. Размеры: 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62, 64, 66, 68.

Платье «Диана»

«Летающее» платье А-силуэта с фигурным подолом смотрится очень легко и романтично! Струющаяся ткань приятна телу, а удобный фасон не стесняет движений.

Лот 103 195 1. Синее 2. Бордо

скидка 72%

~~2490~~ **690** Р

Брюки «Бриз»

Свободные легкие брюки сшиты из приятной телу тонкой эластичной ткани. На поясе и по низу собраны на резинку. Не стесняют движений, очень удобны в носке.

Материал: 95% п/э, 5% эластан. Длина: 94 см. КНР. Размеры: M, L, XL. Лот 102 616

Горох, Синие



скидка 67%

~~1490~~ **490** Р



Дышащий сетчатый материал

Кроссовки «Комфорт»
Удобные и практически невесомые кроссовки на каждый день. Амортизирующая подошва, эластичный верх. На любую ширину стопы.

Материал: текстиль, подошва – ПВХ. КНР. Рекомендуем заказывать на размер больше. Лот 101197

Укрепленный мысок защитит пальцы

скидка 77%

~~2990~~ **690** Р

Гибкая нескользящая подошва

Синие Размеры: 37-45.



Бордо Размеры: 37-41.



Серые Размеры: 37-45.



Черные Размеры: 41-45.



Белые Размеры: 37-41.

Ножницы для плотных ногтей + щипцы

С длинными ручками и коротким захватом. Они создают большее усилие при обрезании ногтя на пальцах ног.



Щипцы. Материал: нерж. сталь, пластик. Размер: 11x6 см. КНР. Ножницы. Материал: сталь, пластик. Размер: 21 см. КНР. Лот 689 883

+ ПОДАРОК

790 Р



Заказ на **moymir.ru** или по бесплатному тел.

8 (800) 350-35-73

код заказа: **ТЕЛ_132_23_XOT**

Минимальная сумма заказа составляет 400 рублей без учета сервисного сбора. Сервисный сбор, стоимость доставки и пересылка перевода наложенным платежом оплачиваются дополнительно. Сервисный сбор составляет 179 руб. Стоимость почтовой доставки соответствует тарифам АО «Почта России». Стоимость пересылки перевода наложенным платежом соответствует 2,5 % от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: ООО «Хом шоппинг раша», ОГРН 1137746372290, адрес: РФ, 111024, г. Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Лефортово, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 6, этаж 4, помещ. 2. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок, срок службы, срок годности в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок действия акции с 15.07.2023 г. до 05.09.2023 г. при условии наличия товара на складе. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов или выигрышей по результатам акции, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по тел. 8 (800) 350-35-73 и на сайте www.moymir.ru. Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода ТЕЛ_132_23_XOT. Реклама.

ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

Матрас-топпер с анатомическим эффектом

Размеры:
70x200 см,
80x200 см,
90x200 см,
120x200 см,
140x200 см,
160x200 см

Матрас-топпер делает спальное место удобным и комфортным. Высокоэластичная пена адаптируется к форме тела, обеспечивая бережную поддержку в области шеи, позвоночника, бедер, создавая условия для расслабления и отдыха. Подходит для обновления старых диванов, кроватей, матрасов, разглаживает ямки и перепады.

СУПЕРЦЕНА
от 1690 рублей



Солнцезащитная пленка на окна

990 руб.

Если в полдень в ваше окно светит солнце, а вечером вы не защищены от посторонних взглядов – эта пленка для вас! Создает эффект зеркала снаружи и абсолютно прозрачна изнутри. Предохраняет от перегрева и выгорания мебель, книги, одежду. Легко крепится к поверхности стекла.



«Ажур Бра» набор кружевных бюстгалтеров

В комплекте:
3 шт. – белый, черный, бордовый

S-M (42-46), L-XL (48-50), 2XL-3XL (52-56), 4XL (58-60).

2300 руб. 1690 руб.



Усилитель звука

990 руб. **НОВИНКА**

Отличная слышимость с высоким разрешением. Легкий, мощный и незаметный усилитель звука со звуковым сигналом высокого разрешения. Ни один разговор больше не ускользнет от вас. Регулируемая громкость. Усилитель звука подходит для использования в любом месте: на спортивных состязаниях, за городом, на работе, в школе на праздниках и дома.



Термокерамический обогреватель

1990 руб.
1490 руб.

Подключите обогреватель к розетке и выберите необходимую t от 15 до 32°C. Система климатроник-термостат (автоматически выключается, когда достигнет заданной температуры). Встроенный таймер, дисплей и система защиты от перегрева. Потребляет мало электроэнергии, способен легко согреть помещение площадью 20 кв.м!



Швейная мини-машинка

1990 руб.
1490 руб.

С этой мини-машиной вы подшейте брюки или юбку, вставите молнию. Подарите любимым вещам вторую жизнь. С ней легко пришить заплатку, красивый декоративный элемент. Вы сошьете красивую одежду, используя ножную педаль, это сделает процесс шитья быстрым и удобным.



Складная стиральная машинка «Мини-автомат»

2490 рублей **СУПЕРЦЕНА**

Работает от сети, или Пауэр банк. Удобно брать в путешествие, на дачу. Можно использовать как посудомоечную машину.



«Чудо-шланг» + подарок!

30 м 1390 руб.
45 м 1690 руб.
60 м 1990 руб.



Шланг состоит из внутреннего жесткого резинового шланга и внешнего износостойкого нейлона. Конструкция «два в одном» позволяет шлангу под напором воды увеличиваться в размерах до трех раз от начального размера. Благодаря этой конструкции вы забудете про изломы и скручивания в процессе использования. Компактный, занимает мало места при хранении и перевозке. При покупке «Чудо-шланга» – садовый разнорезимный пистолет в подарок!

Лента «Супер Фикс»

2 по цене 1 990 руб.



«Супер Фикс» – это специальный состав, который имеет тройную толщину и обработан сверхсильным клеем, который позволит ей моментально приклеиться к поверхности и образовать герметичное соединение, закрывая течи, порезы, разрывы и т.д. Легко зафиксировать на любой ровной поверхности (пластик, металл, плитка, дерево, керамика, кирпич, бетон, стекло, брезент и т.д.). Заклеит влажную поверхность даже под водой!

Набор кастрюль

1800 руб.
1290 руб.



Каждая кастрюля изготовлена из цельного листа углеродистой стали и покрыта жаропрочной эмалью. Диаметр: 16, 18 и 20 см.

Щетка магнитная для мытья окон с двух сторон одновременно

1490 руб. 990 руб.



Щетка не представляет собой сложного устройства, но как мы знаем, все гениальное просто! Ее конструкция – это просто 2 щетки с магнитами. Щетки притягиваются друг к другу, и между ними помещается стекло. Вы не будете балансировать на краю открытого окна на любом этаже, поковыряя человек, производящий уборку, находится внутри помещения. Вы легко помоеете окна, которые совсем не открываются или на них стоит решетка. Она одновременно моет водой и сразу вытирает насухо. Чистые окна, без разводов вам гарантированы!

Светильник «Чемпион – солнечная батарея»

990 руб.



Отличная разработка военной промышленности, которая теперь доступна и вам! Новейшая технология светодиодной панели. Сочетает в себе три устройства: кемпинговая лампа с ярким мягким светом, мощный фонарь прожекторного типа, зарядное устройство power bank. Создает круговое освещение на 360° и видимость даже с расстояния 3 км. Срок службы светодиодных панелей – 100 000 часов, и при обычном использовании светильником можно пользоваться всю жизнь. Находясь на рыбалке, охоте, в походе, на даче, в кемпинге на природе и т.д., вам не придется переживать, что в ответственный момент вы останетесь без источника света, т.к. кемпинговый фонарь имеет два источника питания: солнечную батарею и встроенный аккумулятор большой емкости. Вы не останетесь без связи и сможете подзарядить свой телефон от разряда USB, который встроен в фонарь.

Летний дачный душ

1500 руб.
990 руб.

Душ состоит из герметичного резервуара емкостью 20 литров, эластичной трубки с закрывающим клапаном и насадкой – распылителя водной струи. Такая конструкция позволяет повесить его на крючок или просто привязать к столбу и дереву в саду. Черный цвет емкости для воды позволяет ей быстро и эффективно нагреваться с помощью солнца.



Фотошторы + Тюль в подарок!

Габардин (150x270 см) 3990 руб.
2 шт. 3D-печать. Цветы как живые. 2490 руб.



Плита индукционная (настольная)

3800 руб. 1990 руб.



Незаменимая кухонная техника не только для дачи, но и для владельцев маленькой кухни. Легкая, компактная, высокоэффективная. Регулируемая мощность. Посуда быстро нагревается, а поверхность плиты остается холодной. Упавшие продукты или брызги жира не подгорают. Нагревает в разы быстрее, электроэнергия расходуется экономно!

Тонومتر **НОВИНКА**

1990 руб.
1290 руб.



В любой момент вы можете измерить давление самому себе без посторонней помощи. Прибор имеет специально разработанную манжету, которая гарантирует надежное считывание пульса и высокую точность измерений. Интеллектуальная система запоминает последние 60 измерений и имеет индикатор аритмии. На крупном LCD дисплее отображаются дата и время измерения, систолическое давление (верхнее), диастолическое (нижнее), пульс. В комплекте с тонометром вы получите пластиковый кейс с защелкой для хранения и переноски устройства.

Отпугиватель-фонарь

1690 руб.
1290 руб.



Фонарь защитит вас от любых нежданных животных или уличных хулиганов, напугает и прогонит даже большую стаю собак. Действует на расстоянии 100 м. Имитирует треск и вспышки шокера. Он имеет мощный встроенный фонарик.

Отпугиватель грызунов и насекомых

2 по цене 1 990 руб.



Устройство предназначено для отпугивания тараканов, жуков, мышей, крыс. Защищает ваш дом, квартиру или промышленное предприятие площадью до 200 кв.м. Просто вставьте отпугиватель в розетку. Можно использовать, если в доме дети, собаки и кошки. Безопасен для ваших домочадцев. И в него встроен уютный ночник.

Массажная подушка с функцией прогрева

3800 руб.
1690 руб.



Ноет спина? Мышцы словно окаменели? Массажная подушка – ваше спасение! Нефритовые камни, словно опытные руки специалиста, массируют ваши проблемные зоны, и вы ощутите приятное тепло и легкость. Массаж-шауа + разогрев. Поможет убрать спазмы мышц, согревает и расслабляет. Используйте дома, в офисе, в автомобиле.

Говорящий Кукла-повторяшка хомяк Woody O'time Original

1700 руб. 990 руб.
1790 руб. 1190 руб.

Уникальные развивающие игрушки способны расшевелить до слез любого, попытаться заговорить с ними. Повторяют все произнесенные слова и звуки на любом языке мира, очень забавно получается, когда игрушка повторяет звуки кошек и собак. Когда вы что-то жуете, она жует с вами и имитирует хохот!!! Эти игрушки поднимут настроение и помогут развеселить друзей! Покорят сердце ребенка и взрослого с первой минуты знакомства.

Электрический измельчитель «Молния»

2100 руб.
1490 руб.



«Молния» – незаменимый помощник на кухне. Он один заменит несколько бытовых приборов (от кофемолки и мясорубки до яйцерезки и блендера). Компактный размер. В нем: 2 сменные самозатачивающиеся насадки из стали для порирования и нарезки кубиками; вместительная чаша; высокая скорость вращения ножей. «Молния» справляется с продуктами разной твердости (кофейные зерна, лед, овощи, фрукты, орехи), помогает приготовить широкий спектр блюд (пюре любой густоты, детское питание, соусы, заготовки для салатов и пр.).

Вертикальная суперсушилка для белья

2600 руб.
1990 руб.



Суперсушилка позволит высушить три загрузки стандартной стиральной машины. Три яруса плюс две дополнительные планки для плечиков позволяют сушить постельное белье и деликатные ткани, например, рубашки и блузки. Покупая одну, вы получаете сразу 3 сушилки – ведь сможете развесить на ней до 50 единиц белья. Больше не нужно ломать голову над тем, как и где это все развесить. Быстро складывается и занимает очень мало места. Имеет 4 колеса. Сушит любые вещи – от носовых платков и постельного белья до штор и мягких игрушек!

Увеличительные очки-лупа Big Vision (Биг Вижн)

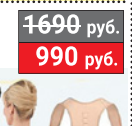
990 руб. 2 по цене 1



Очки-лупа дают визуальное увеличение предмета на 160% и при этом оставляют ваши руки свободными. Очки прекрасно подходят для чтения, шитья и выполнения различных работ, требующих большой точности!

Корректор осанки

S-M талия 60-85 см 1690 руб.
L-XL талия 86-125 см 990 руб.



Знакомые всем боли в пояснице, шее, грудном отделе – все это чаще всего следствие неправильной осанки.

Неправильная осанка, постоянно опущенные плечи создают излишнее давление на грудную клетку, диафрагму и могут вызвать остеохондроз, сколиоз и далее всем знакомые боли в спине. Представляем универсальное средство для профилактики сколиоза, исправления дефектов осанки, облегчения боли в поясничном, грудном, шейном отделе, плечах, спине. Корректор поможет выпрямить вашу спину и научит мышцы держать правильное положение.

Стул для ванной и душевой с регулируемыми ножками

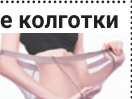
2990 руб. 2490 руб.



Предназначен для проведения гигиенических процедур в ванной комнате или душевой. Обеспечивает безопасность и комфорт, особенно пожилым людям. Ножки стула не скользят по мокрому полу, рама не подвержена коррозии благодаря специальному покрытию. Позаботьтесь о себе и своих близких!

Нервущиеся японские колготки (черные или телесные)

1300 руб. 990 руб.



Благодаря новейшим японским технологиям удалось получить единственный в своем роде продукт – нервущиеся колготки! Представляют собой переплетения миллионы мелких ниток в жгуты, отличаются повышенной эластичностью, это позволяет им быть устойчивыми к внешним воздействиям. Держат свою форму, не теряют своих качеств и после 2 тыс. стирок. Благодаря высокой плотности и эластичности отлично скрывают недостатки фигуры, особенно «апельсиновую корку» в области ягодиц и галифе. Повышают тонус, защищают ноги от переувлажнения благодаря специальным вставкам в области носка. Не сковывают движения и не способствуют замедлению кровотока, благодаря компрессионному эффекту защищают вены и сосуды.

Угловая полка для ванной без винтов

1990 руб.
1390 руб.



На четырех ярусах вы сможете разместить все необходимые аксессуары. Выдерживает нагрузку до 16 кг. Секции изготовлены из прочного пластика, треугольной закругленной формы с отверстиями для слива воды. Стойка телескопическая с регулировкой по высоте, монтаж не требует винтов, сверления.

Чудо-пленка «Надежная защита» (3 м x 60 см) 990 руб.

2 по цене 1



Самоклеящаяся алюминиевая фольга для защиты поверхностей от различного рода повреждений и загрязнений, а также для мгновенного преобразования интерьера. Легко клеится, водонепроницаемая, жаростойкая, легко мыть. Универсальное применение – для оклеивания любых гладких поверхностей (столешницы, фасады шкафчиков, полки, двери, стены и т.д.). Идеально подходит для использования на кухне, в ванной и жилых комнатах. Приклеивается сама к любой поверхности.

Точилка «Мастер» **НОВИНКА**

1190 руб. 690 руб.



Уникальный прибор с запатентованной технологией подходит для заточки любых ножей, ножиц, отверток, лезвий садового инвентаря. Точилка имеет два независимых зажимных рычага, выполненных из сверхтвердого карбида вольфрама, которые гибко подстраиваются к форме любого лезвия.

Наколенник «Двигайся легко»

2 по цене 1 990 руб.



НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ. Фиксирует сустав при сгибании и разгибании ноги. Уменьшает нагрузку на сустав, не нарушает кровоток, незаметен под одеждой. Универсальный размер. Максимальный обхват ноги – 50 см.