



ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

№37
(410)

ТВ-программа с 18 по 24 сентября 2023 года

ТЕЛЕДЕК

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

36
КАНАЛОВ
ТВ

**КАРТОФЕЛЬ:
КЛОНДАЙК
НА ВАШЕМ
СТОЛЕ**

стр. 8

**НАШ
ДЕТЕКТИВ-
ЗАГАДКА**

стр. 24

**АЛЕКСАНДР
ПАНАЙОТОВ**
ОЧЕНЬ ЛЮБЛЮ ОСЕНЬ

стр. 6

**ДЫШИТЕ
НА ДОБРОЕ
ЗДОРОВЬЕ!**

стр. 26

**ПОСМОТРИМ В ГЛАЗА
ЖЕНСКИМ
СТРАХАМ**

стр. 4

**СТИЛЬ КАНТРИ:
КОМФОРТ
И ПРОСТОТА**

стр. 29

Фото предоставлено пресс-службой
Александра Панайотова

ISSN 2313-4933



9 772313 493770 23037

12+

Реклама **LEOMAX**

Оформи заказ по телефону:
8 (800) 500-77-11 и получи **ПОДАРОК***!

Скидки на ТВ-ХИТЫ до **-60%**

Серьги, подвеска «Шахерезада»
лот 505073

Серьги **599 399.-**
Подвеска **599 399.-**
Комплект (серьги+подвеска) **799 599.-**

Украшения с крупным фианитом нежнейшего цвета покрыты золотом 24 карата, огранка «бриллиант» придает кристаллам фианита невероятную красоту и потрясающий блеск.
Материал: сплав драгоценных металлов, золотое покрытие.
Вставка: фианит.
Длина цепочки: 48 см + 7 см (доп. звенья).
Подвеска: 2,5×2,5×1,3 см.
Серьги-пусеты: 4×1,9 см.
На выбор: подвеска на цепочке (1), серьги-пусеты (2), или комплект (1, 2) (укажите при заказе).



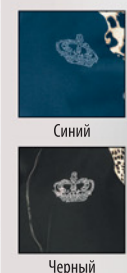
Выгодная цена за комплект!

Костюм спортивный «Амазонка»

лот 301542

3999 1999.-

Материал: 100% ПЭ.
Размер: 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62, 64, 66, 68, 70.
Цвет: синий, терракотовый, черный.
Леопардовый узор может отличаться от представленного.



до 70-го размера

Терракотовый

Набор духов «Быть может», 2 флакона + 3-й в ПОДАРОК, 30 мл

лот 402309 **1999 999.-**

«Лондон». Верхние ноты: бергамот, роза, фиалка. Базовые ноты: гиацит, ландыш, мимоза, сандал. Ноты шлейфа: амбра, гелиотроп.
«Нью-Йорк». Верхние ноты: лайм, танжерин. Базовые ноты: иланг-иланг, апельсин. Ноты шлейфа: жасмин, роза, гвоздика.
«Париж». Верхние ноты: сандал, ладан. Базовые ноты: жасмин, роза. Ноты шлейфа: древесный мох.
Объем одного флакона: 10 мл. В наборе 3 разных аромата.



3 шт.

Складные очки «Фокус Плюс»

лот 43063 **1499 599.-**

Складная конструкция.
Визуальное увеличение до 160%.
Подходят мужчинам и женщинам.
Материал: пластик.
Расстояние между дужками: 13,5 см.
В комплекте: очки с футляром.
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Усилитель звука «Чуткий слух»

лот 402930 **1499 999.-**

Может усиливать звуки до 40 дБ.
6 уровней громкости.
Материал: металл, пластик, силикон.
Размер усилителя звука: 5×4,5×1,7 см. Длина обода: 4 см.
Вес: 10 г. В комплекте: усилитель звука, 2 батарейки AG3 (1,5 В), ушные вкладыши в трех размерах, контейнер для хранения, инструкция.
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Чудо-мазь «МауЛи», 2 шт.

лот 402634-01 **СОГРЕВАЮЩАЯ**
лот 402633-01 **ОХЛАЖДАЮЩАЯ**
1799 1199.-

Уникальный состав из 20 трав.
Мазь с охлаждающим эффектом может помочь облегчить дискомфорт и напряжение в ногах.
Мазь с согревающим эффектом может облегчить дискомфорт и напряжение в области спины, поясницы, суставов.
В комплекте: 2 одинаковые банки по 500 мл.



2 шт. по 500 мл

Комплекс «Антистресс» с магнием + B6, 2 шт.

лот 403385-01 **2799 999.-**

Помогает организму усваивать Ca, Na, K для укрепления костной ткани.
Способствует улучшению обмена веществ, защитных функций организма.
Укрепляет нервную систему.
Улучшает качество сна.
Снижает стресс.
В комплекте: 2 упаковки по 90 таблеток.
Дизайн упаковки может отличаться.



×2

Ножницы для педикюра

лот 402091-02 **899 599.-**

Ножницы для педикюра из нержавеющей стали с длинной ручкой и угловым лезвием для стрижки жестких ногтей.
Подходит для тех, кому трудно нагибаться.
Требуют меньше усилий при обрезании ногтей, чем обычные ножницы и не скользят по ногтю, благодаря специальному покрытию.
Материал: нержавеющая сталь, пластик.
Размер: 20×5,9 см, длина лезвия: 3,5 см.



Вальгусный корректор «Вальгус Стоп»

лот 91966

999 799.-

Внутри – алюминиевая пластина, плотно прилегает к стопе и фиксирует большой палец в правильном положении.
Угол наклона сустава можно регулировать застежками «велкро».
Материал: 100% ПЭ, алюминий.
Размер: 24,5×13,5 см.
В комплекте: 2 корректора (левый, правый).



2 шт.

Велотренажер «Кардио»

лот 401808 **3999 1999.-**

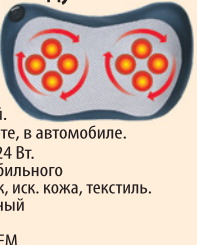
Для тренировки ног и рук.
Регулируемый уровень нагрузки.
Укрепление дыхательной и сердечно-сосудистой систем.
Компактный.
Материал: металл, пластик. Вес: 2,4 кг.
Размер: 40×53,5×25,5 см.



Универсальная массажная подушка «Profi»

лот 403401 **3599 2599.-**

Поможет снять напряжение в мышцах.
Есть функция подогрева.
Удобное управление одной кнопкой.
Можно использовать дома, на работе, в автомобиле.
Размер: 31,5×18×8,5 см. Мощность: 24 Вт.
Питание: от сети 220 В или от автомобильного аккумулятора 12 В. Материал: пластик, иск. кожа, текстиль.
В комплекте: массажер, автомобильный и сетевой провода, чехол на молнии.
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



«Браслет здоровья»

лот 44663 **2999 1499.-**

Не требует подключения к Интернету.
Измерение давления и пульса, измерение расстояния, шагомер, счетчик калорий.
Размер: 18 мм (ширина), 24 см (окружность).
Материал корпуса: гипоаллергенный пластик и силикон. Водонепроницаем. Встроенный аккумулятор.
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Корректор осанки «Здоровая спина»

лот 400573 **1999 799.-**

Эффективный способ сформировать правильную осанку.
10 магнитов вдоль позвоночника улучшают кровообращение и питание тканей.
Размеры по обхвату талии, см: 60-90 (1), 80-110 (2), 100-130 (3).
Материал: неопрен.
Цвет: черный, бежевый.



Бежевый

Черный

Встроенные магниты

Наколенник «Двигайся легко»

лот 45295 **999 599.-**

Уменьшает нагрузку на сустав.
Не нарушает кровоток.
Фиксирует сустав при сгибании и разгибании ноги.
Незаметен под одеждой.
Материал: 68% нейлон, 32% спандекс. Высота: 28 см.
Размер универсальный.
Максимальный обхват ноги до 50 см.



Зеленый

1 шт. 999 599.-

2 шт. 1999 999.-

Сиреневый

Фиксатор голеностопа «Легкий шаг», 2-й в ПОДАРОК!

лот 46869 **1999 999.-**

Фиксирует и снижает нагрузку.
Компрессионный эффект.
Материал: нейлон, спандекс, латекс.
Размер: универсальный. Высота: 22,5 см.
Обхват: 24 см (в нерастянутом виде).



×2

Шиньон «Интрига» лот 69545 **999 599.-**

Изготовлен из искусственных волос с эффектом мелирования.
Можно мыть шампунем и сушить феном.
Материал: канекалон.
Объем пучка: 6 см.



До После

Бритва 3 в 1 «Леомакс Рейзер»

лот 402968-01 **1999 1499.-**

3 в 1: роторная бритва для лица (1), триммер для висков и бороды (2), триммер для носа и ушей (3).
Водонепроницаемая, легкая и компактная.
Работает от аккумулятора.
Материал: пластик, металл, резина, нерж. сталь (лезвия). В комплекте: бритва с удобной ручкой, 3 насадки (роторная бритва с защитной крышкой и 2 триммера), кабель-USB для зарядки, щетка для чистки бритвы. Мощность: 5 Вт. Емкость аккумулятора: 800 мАч. Время работы при полной зарядке: до 60 мин.



Умные очки «Анти-блик»

лот 18502 **999 699.-**

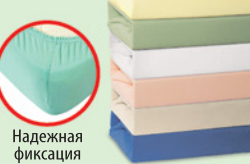
Улучшают видимость на дороге днем и ночью при вождении.
Защищают глаза во время работы с опасными инструментами.
Можно надевать поверх обычных очков с диоптриями.
Убирают блики на воде во время рыбалки. Ударопрочные.
Материал оправы и линз: ПВХ. Длина дужек: 13 см.
Размер очков: 15×5×4 см (в сложенном виде).



Простыня на резинке

лот 27839 от **1899 1299.-**

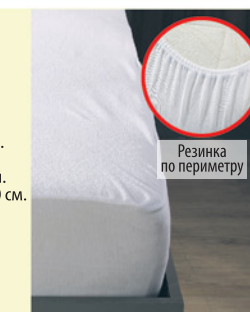
Белый, оливковый, персиковый
лот 16558
Мятный, розовый, желтый, кофейный, синий
Подойдет для матрасов высотой до 20 см.
Материал: 100% хлопок.
Размер: 90×200 см, 140×200 см, 160×200 см, 180×200 см, 200×200 см.
Надежная фиксация



Наматрасник непромокаемый

лот 103314

от **1599 999.-**
Защищает от влаги и грязи.
Дышащий верхний слой, непромокаемый – нижний.
Для матрасов высотой до 30 см.
Материал: махра (80% хлопок, 20% ПЭ), полиуретановая мембрана.
Размер: 90×200 см, 120×200 см, 140×200 см, 160×200 см, 180×200 см.
В комплекте: 1 шт.



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

лот 45988 **999 699.-**

Не нарушают кровообращение.
Материал: 87% хлопок, 13% ПЭ.
Размер: 35-37, 38-40, 41-43, 44-46.
В комплекте 2 пары: черные + светло-серые или черные + синие.
2 пары того же цвета в ПОДАРОК!



×2

или

×2

ОРИГИНАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО. ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК! ДОСТАВКА ПО ВСЕЙ ТЕРРИТОРИИ РОССИИ!

* При одновременном заказе на сумму от 1000 рублей без почтового сбора. Все цены указаны в рублях. Бесплатная доставка при оплате картой. Информацию об организаторе, правилах, сроках проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора по тел.: 8 (800) 500-77-11. Предложение действительно с 01.09.23 по 30.11.23 г. Продавец: ООО «ЕВРОШОП». ОГРН 1097746479270, 115088, г. Москва, ул. Шарикоподшипниковская, д. 13, стр. 62. Сайт: leomax.ru. E-mail: catalog@leomax.ru. Получить наш бесплатный каталог вы можете, позвонив по номеру телефона (круглосуточно, звонки бесплатные по всей территории РФ):

8 (800) 500-77-11

***ВАШ ПОДАРОК:**

*при заказе от 1000 р.: Комплексная пищевая добавка «ZINC», 60 таб.

от 2000 р.: Палантин хлопковый «Лулу», 180×80 см (в ассортименте)

Первый канал порадует сюрпризами

Первый канал анонсировал главные премьеры телевизионного сезона. Помимо новых проектов, зрителей ждет встреча и со знакомыми уже героями, так как планируется продолжение популярных сериалов. В детективном жанре это «Мосгаз. Последнее дело Черкасова» с Андреем Смоляковым и Андреем Мерз-



ликиным, новые серии сериала «Шифр» с Екатериной Вилковой, Еленой Пановой, Марьяной Спивак и Яной Дюбуи. Кроме того, в этом сезоне появятся новые герои в исполнении Агриппины Стекловой и Эвклида Кюрдзидиса. Также зрители увидят продолжение «Ищейки» с Анной Банщицкой: Александра Иванова Кушнир начинает новую жизнь в отделе расследований города-курорта Сочи – в новой команде, обычным опером... Нельзя не отметить и популярные медицинские кинопроекты: «Доктор Преображенский 2» с Денисом Шведовым, Анной Чиповской и Софьей Эрнст, «Тест на беременность 4» со Светланой Ивановой и Кристиной Орбакайте в главных ролях. Под руководством режиссера Дмитрия Петруня готовятся к эфиру новые серии военной саги «По законам военного времени»... В общем, скучно точно не будет!

Фото Первого канала

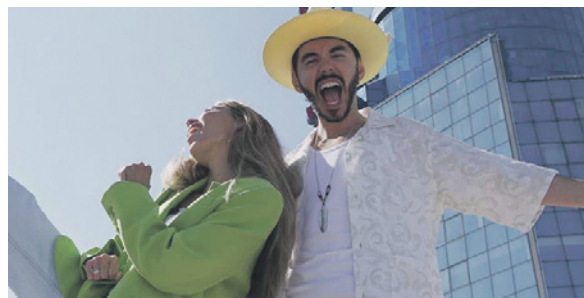
«Молодёжке» посвятили шоу

В октябре, спустя 10 лет после премьеры сериала «Молодёжка», канал СТС запускает шоу «Молодёжка. 10 лет». Напомним: «Молодёжка» – это спортивная драма о хоккейной команде «Медведи», которая стала популярной среди зрителей и получила множество премий и наград. В шоу, посвященном «Молодежке», соберутся снимавшиеся в сериале актеры, чтобы вспомнить моменты съемок. Снимали сериал на протяжении семи лет, и получилось так, что актеры выросли вместе со своими героями. Своими историями поделится Анна Михайловская, Евгений Банифатов, Михаил Гаврилов-Третьяков, Владимир Зайцев, Матвей Зубалевич, Влад Канопка, Юлия Маргулис, Денис Никифоров, Игорь Огурцов и Мария Пирогова.

Регина Тодоренко и Тимур Родригез покажут Россию

На телеканале «Пятница!» – премьера нового сезона шоу о путешествиях «Руссо Экспрессо». Его ведущими в этот раз стали Регина Тодоренко и Тимур Родригез. Они путешествуют по крупным городам России и пытаются выяснить, где жить круче: в самом центре города – или в пригородах.

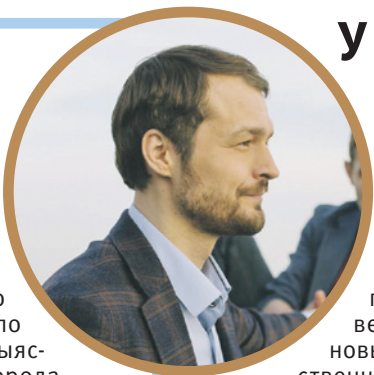
– Путешествия – часть моей жизни, – признается Регина. – Дома меня часто спрашивают: «Ну



когда же ты уже наездишься?!» А мне все мало, и я опять пакую чемоданы. Рада снова работать с Тимуром – я скучала по нашему тандему (телеведущие раньше вместе снимались в шоу «Орел и Решка». – Прим. ред.). Несмотря на то что исколесила Россию уже четыре раза – каждый раз я открываю для себя все больше красот страны и убеждаюсь, что главное богатство – это люди.

Ведущие, кроме Москвы, посетят еще девять городов: Сочи, Самару, Владивосток, Калининград, Санкт-Петербург, Казань, Тюмень, Екатеринбург и Астрахань. Регина будет изучать центры городов – ведь именно там, по ее мнению, жить интереснее всего. Тимур же уверен в обратном – поэтому он отправится в пригородные районы.

Фото телеканала «Пятница!»



У «Лихача» появится новый напарник

На телеканале НТВ готовится к премьеры третий сезон детектива «Лихач» с Никитой Панфиловым в главной роли. Его персонаж Сергей Сотников несколько лет служит в полиции города Сочи и не признает никакого другого транспорта, кроме мотоцикла. Он его верный друг и помощник во всех делах. В новых сериях Сотников решает открыть собственную мотошколу. Но мечту придется отложить до лучших времен: в городе завелся маньяк. В сериале появится новый герой: опер Роман Ягодин (в этой роли – Роман Керн). Вначале между Сотниковым и Ягодиным возникнет конфликт, но потом Лихач поймет, что новичок имеет большой талант сыщика и для поимки маньяка им лучше объединиться...

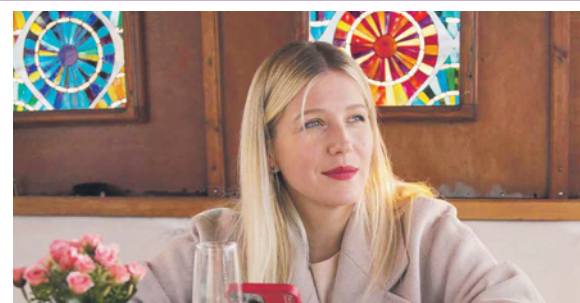
Фото PR НТВ

«Союз спасения» готовится к премьеры

На Первом канале к премьеры готовится масштабный сериал «Союз спасения. Время гнева». Это уникальный проект о переломном моменте, который изменил историю России. Этот сериал – как бы развернутая версия фильма «Союз спасения», который выходил в прокат пять лет назад. Сценарий сериала написан на основе реальных событий.

В сериале снимались Леонид Бичевин, Максим Матвеев, Павел Прилучный, Антон Шагин, Иван Колесников, Иван Янковский, Александр Домогаров, Софья Эрнст и многие другие. Режиссерами-постановщиками стали Никита Высоцкий и Илья Лебедев.

Практически весь проект был снят в экспедиции – Санкт-Петербург, Ростов-на-Дону, Тверь, Псков, Подмосковье. В сериале – более ста ролей. Около трех тысяч человек приняли участие в создании массовых сцен, было пошито почти две с половиной тысячи костюмов.



Карина Андоленко вернулась к расследованиям

На телеканале «Россия» – долгожданная премьера нового сезона детектива о следователе уголовного розыска Анне Спасской в исполнении Карины Андоленко. Тут не обойдется без новых расследований и важных событий в личной жизни героев.

Режиссером нового сезона детективного сериала «Спасская» выступил Александр Жигалкин.

– Для меня это новый жанр, и мне было любопытно попробовать в нем поработать, поэтому я с большим удовольствием погрузилась в эту ауру детективной истории, – рассказывает Александр. – Я пришел в команду, которая уже сняла два сезона и где каждый знал, что и как делать. Это, конечно, очень помогло в работе. Из актеров я многих знал, работал с ними ранее – как, впрочем, и с оператором-постановщиком. Конечно, в третьем сезоне зрителей ждет много нового, изменятся взаимоотношения и главной героини с мужчинами вокруг нее, и внутри коллектива. Но заранее рассказывать ни о чем не буду – тут надо смотреть!

Также в проекте задействованы Роман Маякин, Александр Голубев, Ольга Чудакова, Виталий Коваленко, Игорь Огурцов, Лариса Удовиченко, Михаил Жигалов, Дмитрий Ульянов, Мария Порошина и другие артисты.

Фото телеканала «Россия»

Мастера – создатели причёсок

История парикмахерского искусства насчитывает тысячелетия. 13 сентября мастера причёсок отмечают День парикмахера. Наша викторина – об истории этого искусства.

1 Сохранился указ царя Алексея Михайловича от 1675 года, которым предписывалось «иноземных обычаев не перенимать, волос на голове не подбрасывать, платья иноземного не носить». Петровские реформы ввели немецкие, а затем французские моды. А народ продолжал пользоваться услугами «холодных», бродячих цирюльников. У знати парикмахерским делом занимались крепостные. Как называли такого мастера?

а) Брадобрей. **б)** Тупейный художник. **в)** Цирюльник.

2 В XVIII веке уже существовали журналы мод, из которых дамы узнавали о модных тенденциях не только в одежде, но и в причёсках. Это «Библиотека Дамского Туалета», «Магазин Английских, Французских и Немецких Мод», «Модное ежемесячное приложение» и др. Однако на внешний вид в публичных местах накладывались некие ограничения. Например, во фрагментах хроники 1799 года по распоряжению столичного оберполицейского запрещалось не только танцевать вальс, но и «иметь тупей (чуб), на лоб опущенный». В середине августа этого года вышел ещё один запрет. Какой?

а) «Запрещается всем носить широкие большие буклы». **б)** «Чтобы никто не имел бакенбарды». **в)** «Обрезать волосы и косы иметь только 4 вершка».

3 Парикмахерских школ в дореволюционной России не было. Обучение проходило «в мальчишках». Лишь единицы пробивались в люди и получали известность. Но уже в 1886 году за участие во Всероссийской выставке русский мастер-парикмахер получает Большую серебряную медаль, а через четыре года в Париже ему вручили награду «За искусство» – Золотой крест и специальный Диплом заслуженного профессора парикмахерского искусства. Как звали этого легендарного мастера? Кстати, именно он позже выпустил книгу своих воспоминаний и издал первый каталог причёсок.

а) Иван Андреевич Андреев. **б)** Иван Андреевич Агапов. **в)** Иван Андреевич Крылов.

ОТВЕТЫ

1-б. Парикмахерским делом занимались крепостные – «тупейные художники». **2-б.** Распоряжение от 12 августа 1799 года: «Чтобы никто не имел бакенбарды». **3-в.** Иван Андреевич Андреев.

СЕКРЕТ УСПЕХА

Из отпуска на работу

После насыщенного впечатлениями отпуска выходить на работу совсем непросто. Как сделать этот переход комфортным и приятным?



Возвращаемся заранее

Вернувшись домой за два-три дня до начала работы, можно решить большинство бытовых вопросов, что в значительной мере поможет снять эмоциональную нагрузку.

Начинаем со среды

Есть еще одна хитрость, которая позволит вам легче вникнуть в дела: начинайте рабочую неделю не с понедельника, а со среды или четверга. Тогда вы сможете просмотреть все обновления, которые произошли во время вашего отсутствия, вникнуть в суть, при этом не успеете слишком устать от работы.

Дарим себе подарок

Придумайте себе вознаграждение. Пусть это будет любимая еда в обед, общение с приятным человеком или прогулка в парке после работы. Главное, вы получите положительные эмоции, а значит, день будет иметь положительную окраску.

Находим увлечение

А чтобы в целом снизить уровень стресса в дальнейшем, найдите себе увлечение. Запишитесь на пилатес, курсы кройки и шитья или изучите ту область знаний, которая вас давно заинтересовала, но все не хватало времени на ее освоение. Позвольте себе хотя бы раз в неделю заниматься тем, к чему лежит душа, и вам станет легче и интереснее жить и работать.

Посмотрим в глаза женским страхам

Женская психика устроена так, что заставляет сомневаться во многих вещах.

Любая неудача, особенно в личных отношениях, приводит к всплеску неуверенности в себе и новым страхам. А они в свою очередь становятся препятствием на дороге к счастью. Поэтому так важно вовремя от страхов избавляться. Начнем?

Страх как преимущество

Умение испытывать страх выработалось в нас в ходе эволюции и даже стало залогом выживания нашего биологического вида. Причем именно у женщин в большей степени, потому что они, будучи физически слабыми, должны были обеспечивать безопасность потомства. Первобытные женщины предпочитали испугаться и спрятаться от опасности, чем столкнуться с ней лицом к лицу. В наши дни представительницы слабого пола гораздо реже встречаются с риском стать добычей хищника, поэтому страхи переместились в область межличностных отношений. Они по-прежнему диктуют женщине наиболее «безопасный» способ поведения – чтобы избежать разочарования, одиночества, эмоционального потрясения. Конечно, отказываться от них нельзя, чтобы не совершать одни и те же ошибки. Но и позволять им командовать жизнью тоже не стоит...

Что нас мучает

Психологи выделяют несколько типов страхов, мучающих современных женщин:

● **СТРАХ ОДИНОЧЕСТВА.** Женщине жизненно необходимо с кем-то общаться, проговаривать свои эмоции, делиться мыслями. Поэтому они готовы терпеть рядом с собой даже не самого достойного человека – пьяницу, изменника, лгуна – лишь бы не лишиться иллюзии, что рядом есть кто-то близкий.

● **СТРАХ СТАРОСТИ.** Мысль, что мужчина «любит глазами», настолько прочно засела в нашем сознании, что каждая новая морщинка воспринимается как шаг к разводу. На самом деле мужчины замечают только совсем кардинальные изменения во внешности. А при условии психологического комфорта рядом с женщиной способны и вовсе не обращать на внешность внимания. Главное, чтобы любимая была ухоженной.

● **СТРАХ ОСТАТЬСЯ НЕДОЛЮБЛЕННОЙ.** Когда женщина сталкивается с разочарованием в отношениях, она склонна искать – и находить! – причины в себе. Ей кажется,



Немного за сорок – прекрасный возраст для женщины! Ей уже всё можно и уже практически ничего не страшно!



что ее не любят, потому что она полна недостатков. И все достоинства, которых у каждой из нас множество, остаются вне зоны внимания. ● **СТРАХ ИЗМЕНЫ.** О, это кошмарный сон большинства женщин! Парадокс состоит в том, что, подозревая любимого в связях на стороне, устраивая скандалы и слежки, женщина часто именно своими страхами провоцирует мужчину

на измену. Ему надоедает, что его подозревают беспочвенно, поэтому он разрешает себе завести интрижку – так хотя бы будет не обидно. ● **СТРАХ ЗА БЛИЗКИХ.** Это один из самых древних страхов, которые очень важно держать под контролем. Немотивированные опасения «как бы чего не случилось», негативные мысли способны «программировать» несчастья в будущем.

Что делать?

Работать со своими страхами – самостоятельно или при участии психолога. Для начала специалисты советуют взглянуть на них как бы со стороны.

ШАГ 1 Изложить мысли на бумаге. Этот старинный способ имеет под собой реальный психологический эффект: проблема на бумаге выглядит не такой страшной, как в воображении.

ШАГ 2 Осознать, что страхи страшны сами по себе. Как правило, наши опасения не имеют ничего общего с действительностью: морщинки не так уж много, любимый муж хранит верность, близкие в порядке. А это значит, что нужно отодвинуть страхи, чтобы не мешали жить.

ШАГ 3 Сосредоточиться на плюсах. Если присмотреться к своим достоинствам (или опять же, перечислить их на бумаге), то окажется, что поводов быть собой довольной у вас предостаточно! Главное – напоминать себе об этом почаще.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Лифт с комфортом

Японцы славятся вниманием к деталям и предусмотрительностью. Эту черту отмечают многие иностранцы. Например, попадая в Японии в лифт многоэтажного дома или отеля, мы обнаруживаем в углу стульчик. На первый взгляд, он предназначен для уставшего пассажира, и это справедливо. Но в случае поломки лифта у стульчика можно поднять крышку и воспользоваться скрытым там резервуаром как туалетом. Все для удобства пользователей! Также в этих лифтах есть специальная ячейка, в которой можно найти бутылку с питьевой водой.



Тайное дерево

Самым высоким живым деревом на планете Земля считается дерево Гиперион, растущее в Северной Америке. Его толщина – около 5 метров, а высота – почти 116 метров. Согласно исследованиям, возраст дерева более 700 лет. Точное местоположение Гипериона не разглашается – наплыв туристов может нарушить экосистему, в которой веками жило дерево.



Вычисления по-собачьи

А знаете ли вы, что собаки инстинктивно проводят математические расчеты для того, чтобы быстро достать мяч из воды? Если во время игры с четвероногим другом бросить мяч в водоем, собака будет сначала бежать вдоль берега. Прыгнет в воду она только тогда, когда сравняется с мячом. Собака инстинктивно осознает, что на суше движется быстрее, чем в воде.



Шутка длиной 40 лет

В 1948 году на одном из пляжей Флориды, США, жители начали находить огромные трёхпалые следы. Ученые долго искали объяснение этому явлению. Предположения выдвигались самые фантастические – например, что на пляж приплывает гигантский пингвин, ростом почти 5 метров. Лишь 40 лет спустя загадку удалось разгадать. Местный шутник Тони Синьорини признался, что это он прикреплял к ногам огромные чугунные «туфли» и по ночам ходил со своим другом на пляж, чтобы оставлять там эти следы.

Светлана СИДОРЧУК

ЕСТЬ ЛИ ЖИЗНЬ БЕЗ ЛЕКАРСТВ?

ТАЙНА РАСКРЫТА. УЧЁНЫЕ НАШЛИ РАЗГАДКУ НАШИХ БОЛЕЗНЕЙ

Вы помните детство? Вы несётесь сломя голову и вдруг падаете... Колени содраны. Вы с ужасом наблюдаете последствие своего «полёта». Кажется, что они больше никогда не станут прежними...

Но, о чудо, на следующий день ранка уже затянута. Клетки кожи «понимают», что есть необходимость действовать и начинают делиться. И как бы «заштопывают» больное место. Организм создаёт защитную плёнку, через которую не проникают бактерии. И Ваше колено постепенно возвращается в первоначальный вид.



Уже давно доказано, что не только разбитые коленки, но весь наш организм может самовосстанавливаться. Но почему же этого не происходит? Почему до сих пор мы охаем и ахаем? Закатываем глаза от боли и тянемся к аптечке?

Да потому, что с развитием цивилизации (плохая экология, бесконтрольный приём лекарств и т. д.) наш организм стал разбалансированным. И просто «забыл», как помогать себе. Поэтому важно, а главное можно помочь ему вспомнить. Причём в любом возрасте!

Изобретение российских учёных, про которое сегодня пойдёт речь, и есть такой помощник для каждого из нас. Поэтому если Вы хотите жить, а не доживать, обязательно прочтите эту статью до конца!

«СКОРАЯ ПОМОЩЬ» И ПОЛИКЛИНИКА В ОДНОМ ФЛАКОНЕ»

А началось всё ещё в далеком 1981 году. Когда один молодой врач-невропатолог заинтересовался медицинской электроникой. Очень быстро к нему присоединились другие специалисты, заряженные на создание новой медицинской техники.

С тех пор учёными было проведено множество исследований. А технология совершенствовалась. Так, из опыта, знаний и жажды помощи людям появился шедевр медицинской техники – аппарат «Скэнар». Который уже изменил жизнь тысяч людей!

Компактный, не больше пульта от телевизора. Но сколько же в нём силы! И все, кто хоть раз пользовался «Скэнар», быстро понимают, что это не только аппарат. Это Ваш личный ТелоХранитель от огромного числа заболеваний.

Это кажется невероятным, но «Скэнар» способен снять боль абсолютно любого происхождения.

Это же просто потрясающе!

Тем более что пользоваться им очень просто (с пультом от телевизора Вы же разобрались?).

Проведение процедур не требует от Вас особых навыков. Вы сами можете оказывать себе помощь, где угодно и когда угодно. Не зря «Скэнар» называют «Скорая помощь». Как же он действует? И почему он один может заменить целую аптечку?

СУПЕРТЕХНОЛОГИИ У ВАС В КАРМАНЕ

«Скэнар» – это медицинский аппарат нового поколения. Одобрённый Министерством здравоохранения России. В нём удивительным образом успешно сочетаются традиционные методики (акупунктура) и современные технические достижения (ЧЭНС-терапия).

Аппарат через кожу воздействует на нервные волокна особыми электроимпульсами. Которые близки к Вашим собственным.

Мозг воспринимает эти импульсы как сигнал, поступивший от нервной системы. И «включает» механизм самовосстановления. И Ваш организм сам (Сам! Представляете, без врачей и лекарств!) находит брешь и даёт команду клеткам «латать» пробоину. Как разбитую колёнку. Здорово, правда?

И вот, постепенно Ваша сердечно-сосудистая система приходит в норму. А вместе с ней и давление. Голова лёгкая и ясная. Вы давно себя уже так не чувствовали.

Суставы больше не скрипят как несмазанная телега. Боль ушла. Движения лёгкие и свободные. Будто и не болело ничего никогда. Да и ЖКТ пришёл в норму. Тяжесть после еды, вздутие, запоры – всё это для Вас осталось в прошлом.

Очень скоро Вы и сами поймёте, что со «Скэнар» и не такое возможно!

Посмотрите, при каком широком круге заболеваний он может помочь.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ:

- **заболевания опорно-двигательного аппарата (в т.ч. параличи);**
- **неврологические заболевания;**
- **заболевания желудочно-кишечного тракта;**
- **заболевания почек и мочевыводящих путей;**
- **заболевания органов дыхания;**
- **заболевания ЛОР-органов.**

КАК НЕ РАЗОРИТЬСЯ НА ЛЕКАРСТВАХ?

Сами знаете, здоровье стоит дорого. Особенно если оно пошатнулось.

Но как сделать так, чтобы неожиданно не оставить все деньги в аптеке? И при этом не нажать себе ещё больших проблем? Здесь просто нужен грамотный подход. И проверенный уже тысячами людей на себе метод.

Аппарат «Скэнар» позволит Вам сэкономить на дорогих лекарствах. Стоимость которых часто завышена. И не соответствует лечебному эффекту.

Болит голова? Выбрали программу и провели процедуру. Замучила боль в суставах? Нажали другую кнопку, и вот уже лечите колено. К тому же пользоваться им можно всей семьёй.

Всего месяц такой терапии, и Вы с удивлением заметите, что в домашней аптечке больше нет необходимости. Вы в неё просто не заглядываете! А сколько денег при этом сэкономите за месяц? А теперь умножьте эту сумму на 12. Впечатляет? Оказывается, и пенсия не такая уж маленькая. Просто Вы много тратили на лекарства.

Но Вы знаете главный секрет. И всё будет иначе.

НОМЕР ОДИН

Так чем же «Скэнар» отличается от других аналогичных аппаратов? И почему своё здоровье нужно доверить именно ему? Возьмите пальцами кубик льда. Что Вы почувствуете? Холод на кончиках пальцев.

Вы удивитесь, но через какое-то время ощущение холода существенно снизится. Это значит, клетки привыкли к однообразному импульсу. И перестали реагировать.

«Скэнар» тоже действует на клетки раздражая Ваши нервные рецепторы. Вот только импульс аппарата постоянно меняется. И клетки организма не могут к нему привыкнуть. Поэтому эффект от процедур не теряется.

Эта главная особенность позволяет достичь потрясающего результата за короткие сроки. На что у других аналогичных аппаратов уйдёт больше времени или чего не получится достигнуть вообще.

Со «Скэнар» проходит за пару процедур. Так зачем терять время?

МИРОВОЙ СТАНДАРТ КАЧЕСТВА

«Скэнар» – это не просто рядовой аппарат. Это мировой стандарт. Гордость отечественной медицины! Он применяется не только в России, но и далеко за её пределами.

Аппарат «Скэнар» давно уже вышел на мировой уровень. И занимает достойное место среди европейской медицинской техники. Он даже прошёл добровольную сертификацию в странах Евросоюза. Где вы ещё такое увидите?!

И вот теперь люди в Австралии, США, Южной Корее, Мексике, Канаде (и ещё 30 странах) тоже лечатся аппаратом «Скэнар».

И поверьте, они очень благодарны, что есть такая возможность. Потому что медицина на западе не просто дорогая. А очень дорогая.

И «Скэнар» даёт потрясающую возможность получить доступную медицинскую помощь. Которая по эффективности практически не уступает процедурам на профессиональном оборудовании в лучших клиниках.

Представляете, да ещё и не выходя из дома! Согласитесь, это же просто фантастика!

Да, панацея от всех болезней пока не найдена. Но изобретатели «Скэнар» вплотную подобрались к разгадке человеческих недугов.

Многолетняя практика показала, что «Скэнар» действительно работает. И поэтому мы хотим, чтобы этим аппаратом пользовались все люди.

Наше тело обладает намного большей мудростью, чем Вы думаете. Просто помогите ему найти в себе силы помочь себе! Заставьте клетки снова работать.

Ведь Ваше здоровье – это качество Вашей жизни!

Это возможность крепко спать по ночам, не чувствовать боль во время ходьбы, не страдать от вздутия и запоров и иметь хорошую память. Одним словом, жить, а не доживать!

К сожалению, время работает против Вас. Поэтому не медлите, сделайте заказ прямо сейчас. Позвоните по тел. 8-800-777-36-98. И помните, шанс всё исправить ещё есть!

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
по номеру телефона:

8 (800) 777-36-98

МИНИМАЛЬНАЯ ЦЕНА
ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ*

ВНИМАНИЕ! Количество
физиотерапевтических аппаратов
«Скэнар» ограничено!

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. Стоимость доставки уточняйте у оператора. *Акция действует с 13.09.2023 г. по 13.10.2023 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.

В череде музыкальных телесобытий этой осени конкурс «Ты супер!» на НТВ стоит особняком.

Во-первых, это шоу продолжает поддерживать талантливых детей, оставшихся без попечения родителей. Во-вторых, это суперсезон, в котором участвуют и новички, и участники предыдущих сезонов. Ну а в-третьих, жюри пополнилось новыми звездами, среди которых певицы Ани Лорак, Люся Чеботина и наш сегодняшняя гостья – певец, композитор, участник и победитель множества конкурсов Александр Панайотов. Мы расспросили его о закулисье проекта, первых впечатлениях от судейства и о том, чего он ждет от наступившей осени.

«Вокальные конкурсы – моя стихия»

– Александр, какая первая мысль пришла в голову, когда вам предложили стать членом жюри «Ты супер!»?

– Я очень обрадовался такой возможности. Мне давно прочили роль члена жюри в вокальных конкурсах. И действительно, это моя стихия. Мне есть что сказать конкурсантам, дать совет.

– Вы уже участвовали в шоу в качестве приглашённого гостя, который поддерживал одного из участников. Значит, закулисье проекта видели. Что привлекает вас в нём больше всего?

– Над проектом работают большие профессионалы, отличная команда. Поэтому у меня только самые позитивные впечатления от закулисья. Созданы все условия для оптимальной работы членов жюри. И для самих ребят в част-

Александр ПАНАЙОТОВ:

ОЧЕНЬ ЛЮБЛЮ ОСЕНЬ

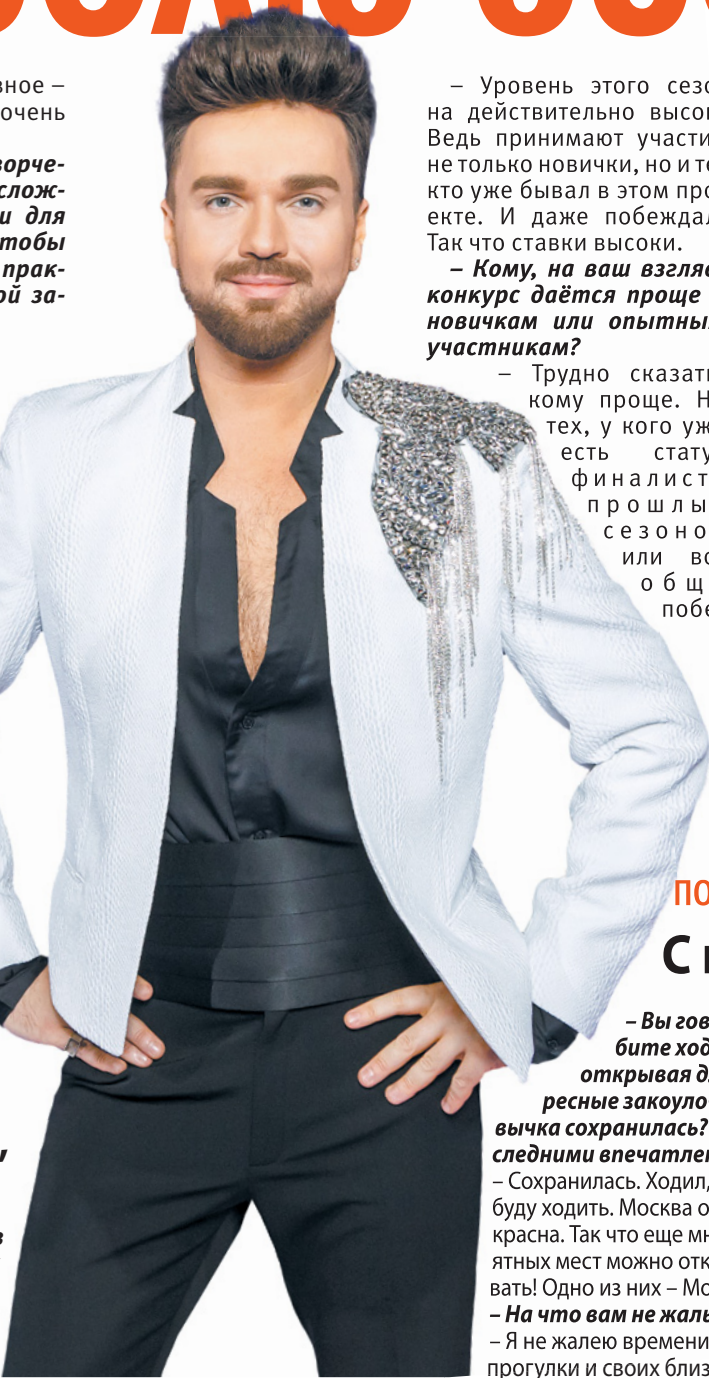
ности. Но самое главное – отличный звук. Петь очень удобно.

– Оценивать творчество детей очень сложно. Какие критерии для себя определили, чтобы справиться с этой практической непосильной задачей?

– При оценке я опираюсь на свой музыкальный вкус и профессиональный опыт. А это уже 20-летний стаж. В первую очередь оцениваю вокальное мастерство. А уж потом актерское, уровень харизмы, крепости и так далее. Хорошо, когда эти составляющие есть одновременно. Но если нет – обязательно на это указываю и даю советы.

Если учиться, то у лучших

– Съёмки шоу в разгаре, многих конкурсантов вы уже видели. Что скажете об уровне их подготовки?



– Уровень этого сезона действительно высок. Ведь принимают участие не только новички, но и те, кто уже бывал в этом проекте. И даже побеждал. Так что ставки высоки.

– Кому, на ваш взгляд, конкурс даётся проще – новичкам или опытным участникам?

– Трудно сказать, кому проще. На тех, у кого уже есть статус финалиста прошлых сезонов или вообще победителя, – лежит двойная ответственность, дабы не потерять его. А новичкам тоже сложно. Ведь это съёмка! И в жюри – звезды (улыбается). Понять их волнение тоже можно, но тут уж надо как-то с этим справиться, другого пути нет.

– Обычно среди членов жюри в подобных проектах распределены некоторые «роли» в зависимости от музыкальной «специализации». В этом проекте так же? Какая роль отведена вам?

– Я исполняю свою главную роль – певца, вокалиста и музыканта. Я в материале и могу четко объяснить, что у маленького исполнителя так или не так. У меня богатый опыт, связанный с конкурсами, поэтому я знаю эту кухню очень хорошо.

– Для ребят вы настоящий пример для подра-

ПОДРОБНОСТИ

С прогулки на шопинг

– Вы говорили, что любите ходить пешком, открывая для себя интересные закоулки. Эта привычка сохранилась? Поделитесь последними впечатлениями?

– Сохранилась. Ходил, хожу и, надеюсь, буду ходить. Москва огромна и прекрасна. Так что еще множество невероятных мест можно открывать и открывать! Одно из них – Морозовский сад.

– На что вам не жаль времени?

– Я не жалею времени на путешествия, прогулки и своих близких людей. Но

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Я желаю всем читателям крепкого здоровья и большого вдохновения на новые подвиги! Ну и конечно, волшебства.

жания. А кто вдохновлял вас, когда карьера только началась?

– Я всегда с упоением слушал лучших вокалистов мира: Уитни Хьюстон, Мэрайю Кэри, Джорджа Майкла, Стиви Уандера. И от каждого из них впитал в себя лучшее.

Музыка для всех

– Сейчас ваша карьера вышла на новый виток. Чем порадуете поклонников в ближайшее время – песни, альбомы, клипы, может быть, участие в теле- или кинопроектах?

– Я продолжаю работать над новым материалом. Записываю новые песни. Планирую снимать видеоклипы.

– Вы не раз рассказывали, что у вас внушительный гардероб. А что насчёт фонотеки? Она не менее впечатляющая? Что у вас в шорт-листе?

– Я постоянно пополняю свою коллекцию. Это мое хобби: постоянный поиск музыки. У меня в Яндекс-музыке, в открытом доступе, существует множество плейлистов, куда я это все помещаю. Так что все, кто хочет, может тоже слушать. Ссылки на них можно найти у меня в соцсетях.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

когда хочется полениться и ничего не делать – нужно себе это позволять.

– Осень уже наступила. Чего ждёте от неё? С чем ассоциируется?

– Очень люблю осень. Для меня это время прогулок, любимых пальто и кардиганов, время вкусного кофе и яблочной шарлотки (улыбается). Ну и конечно, волшебной музыки. Именно такой осени я жду каждый год.

– Как выглядит ваш идеальный свободный день?

– Мой идеальный свободный день – это когда я могу насладиться прогулкой в лесу, а потом внезапно поехать на шопинг.

Фото: PR НТВ и пресс-служба Александра Панайотова

Представляем вашему вниманию журналы из серии «Энциклопедия дачника»: «Хранение урожая», «Корнеплоды» и «Дельные советы садоводам».

Три спецвыпуска содержат полезную информацию из личного опыта дачников: идей и хитростей, любопытных открытий и дизайнерских

изобретений. Остроумные решения, которыми делятся наши авторы, наверняка сделают вашу дачную жизнь более приятной и увлекательной.

НА СТРАНИЦАХ СПЕЦВЫПУСКОВ ВЫ НАЙДЕТЕ:

- ☑ подробные агротехнические рекомендации по выращиванию моркови, свеклы, редьки, репы и других корнеплодов;
- ☑ принципы и технологии, позволяющие не волноваться за сохранность выращенных овощей и фруктов;
- ☑ советы по постройке и организации погребов на садовом участке;

- ☑ проверенные способы хранения урожая и посадочного материала;
- ☑ практические знания, которыми делятся самые надежные эксперты в дачном деле – люди, искренне увлеченные выращиванием урожая и декоративных растений.

Реклама



ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:



OZON
ozon.ru¹



WILDBERRIES
wildberries.ru²

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование: **Журнал Энциклопедия ДАЧНИКА**

ЖУРНАЛЫ В ПРОДАЖЕ С 15 СЕНТЯБРЯ.
СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

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



ВСЕ ВЫИГРЫШИ ОНЛАЙН-ЛОТЕРЕЙ



ТОЛЬКО
В СЕНТЯБРЕ

NLOTO.RU



ОНЛАЙН-ЛОТЕРЕИ — ТИРАЖНЫЕ ЛОТЕРЕИ, КОТОРЫЕ ПРОВОДЯТСЯ В СООТВЕТСТВИИ С РАСПОРЯЖЕНИЕМ ПРАВИТЕЛЬСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ОТ 29 АВГУСТА 2019 Г. № 1921-Р, КРОМЕ «ВГЛ-2Т СПОРТ СОЮЗ», АЛГОРИТМ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ВЫИГРЫШЕЙ № 4 («МЕЧТАЛЛИОН»). СРОК ПРОВЕДЕНИЯ ЛОТЕРЕЙ — ДО 29.08.2034. ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОРГАНИЗАТОРЕ ЛОТЕРЕЙ, ПРАВИЛАХ ИХ ПРОВЕДЕНИЯ, ПРИЗОВОМ ФОНДЕ ЛОТЕРЕЙ, КОЛИЧЕСТВЕ ПРИЗОВ ИЛИ ВЫИГРЫШЕЙ, СРОКАХ, МЕСТЕ И ПОРЯДКЕ ИХ ПОЛУЧЕНИЯ — НА САЙТЕ WWW.NLOTO.RU ([HTTP://WWW.NLOTO.RU/](http://WWW.NLOTO.RU/)) И ПО ТЕЛЕФОНУ 8 800 333-7-333. ОПЕРАТОР ЛОТЕРЕЙ ООО «СПОРТИВНЫЕ ЛОТЕРЕИ». ООО «СПОРТИВНЫЕ ЛОТЕРЕИ», ОГРН 1195027010386, АДРЕС: 142210, МОСКОВСКАЯ ОБЛАСТЬ, Г.О. СЕРПУХОВ, Г. СЕРПУХОВ, ПЕР. КЛУБНЫЙ, Д. 1/2, ПОМЕЩ. 203

18+

РЕКЛАМА

Картошка – второй хлеб, говорим мы. И неспроста, ведь картофель удивительно легко соединяется и с мясом, и с рыбой, и с молочными продуктами, и с другими овощами, и в каждом блюде раскрывается по-разному.

Наверное, именно поэтому картофель есть в подавляющем большинстве кухонь мира. Блюда из картофеля очень сытные и часто красивые – ну как не любить этот щедрый овощ? Сложная ли запеканка с грибами и мясом или просто молодая картошечка, сдобренная золотистым маслом и посыпанная ароматным укропом, салат оливье или хрустящие чипсы, дерзкий картофель айдахо или нежное пюре – все это вкусно, нарядно и очень аппетитно.

Продавец спрашивает у маленького мальчика:
– Ты точно помнишь, что мама велела купить 2 килограмма конфет и 200 грамм картошки?



Тёплый картофельный салат



Немецкая кухня. На 6 персон.
Калорийность (на 100 г): 153 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 600 г молодого картофеля
- 260 г бекона ■ 1 красная луковица
- по 1 ст. л. растительного масла и белого винного уксуса
- 2/3 ст. л. дижонской горчицы
- 30 г сахара ■ пучок петрушки
- молотый черный перец ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Картофель тщательно вымыть, нарезать кубиками, сварить в подсоленной воде до готовности (12-15 минут).
- 2 Бекон нарезать небольшими брусочками, лук – кубиками, петрушку некрупно нарубить.
- 3 Бекон пожарить на сухой сковороде до хруста, выложить на бумажное полотенце.
- 4 На жире от бекона пожарить лук до золотистого цвета, добавить масло, горчицу, сахар, уксус, перемешать, прогреть 1-2 минуты, снять с огня.
- 5 Картофель выложить в салатницу, полить луковым соусом, посыпать

беконом, посолить, поперчить, перемешать.

- 6 Подавать теплым, посыпав петрушкой.



картофельный КЛОНДАЙК

Картофельные чуррос



Испанская кухня. На 4 персоны.
Калорийность (на 100 г): 205 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 350 г муки ■ 200 г картофеля
- 130 мл молока ■ 80 г сахара
- 1 ч. л. разрыхлителя ■ 1 яйцо
- 30 г сливочного масла
- 1 лимон ■ растительное масло для фритюра
- щепотка мускатного ореха ■ молотый белый перец ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Снять цедру с половины лимона с помощью мелкой терки.
- 2 Картофель очистить, сварить в подсоленной воде до готовности, откинуть на дуршлаг, дать подсохнуть, растолочь.



- 3 Добавить молоко, яйцо, растопленное масло, сахар, мускатный орех, лимонную цедру, посолить, перемешать.

- 4 Постепенно всыпать муку с разрыхлителем, перемешать до однородности.

- 5 Из получившегося теста выдавить из кулинарного пакета полоски, обжарить во фритюре до уверенной румяности.

- 6 Готовые чуррос выкладывать на бумажные полотенца для удаления лишнего жира; при подаче посыпать смесью сахара, белого перца и мускатного ореха.

Картофельная запеканка с беконом и сыром



Французская кухня. На 4 персоны.
Калорийность (на 100 г): 247 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 800 г картофеля ■ 20 длинных тонких ломтиков бекона
- 130 г сыра ■ 70 г сливочного масла ■ молотый черный перец

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Картофель нарезать тонкими кружками, масло – небольшими кусочками, сыр натереть на терке.

- 2 В прямоугольную форму для выпечки выложить поперек полоски бекона – так, чтобы его концы свисали за края формы.

- 3 Первым слоем выложить картофель, по-

перчить, положить несколько кусочков масла, посыпать сыром, накрыть беконом; повторить слои несколько раз; последним слоем должен быть картофель.

- 4 Накрыть запеканку свисающими полосками бекона, форму плотно запечатать фольгой.

- 5 Запекать в разогретой до 180 градусов духовке 1,5 часа, затем снять фольгу и вернуть форму в духовку для подрумянивания (10-15 минут).

- 6 Готовую запеканку извлечь из формы, дать немного остыть, нарезать поперек ломтиками.



Картофельные зразы с лесными грибами



Русская кухня. На 4 персоны.
Калорийность (на 100 г): 121 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 кг картофеля ■ 250 г свежих (или замороженных) лесных грибов
- 1 луковица ■ 3 ст. л. муки ■ пучок зелени
- 0,5 стакана панировочных сухарей ■ 1 яйцо ■ растительное масло
- щепотка мускатного ореха ■ молотый черный перец ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Картофель сварить в мундире, дать остыть, очистить, растолочь.

- 2 Лук и грибы нарезать небольшими кубиками, зелень мелко порубить.

- 3 Лук обжарить на растительном масле до прозрачности, добавить грибы, посолить, поперчить, жарить еще 2-3 минуты.

- 4 В картофель добавить щепотку мускатного ореха, яйцо, муку и зелень, посолить и хорошо перемешать.

- 5 Картофельную массу разделить

на несколько одинаковых частей, каждую скатать в шарик и приплюснуть, чтобы получились небольшие лепешки.

- 6 В середину каждой лепешки положить начинку, края лепешки тщательно залепить; обвалять в панировочных сухарях.

- 7 Жарить зразы на растительном масле до румяной корочки.



Картофельный кугель



Еврейская кухня. На 4 персоны.
Калорийность (на 100 г): 136 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1,3 кг картофеля ■ 2 луковицы
- 1 яйцо ■ 5 ст. л. муки
- растительное масло ■ молотый черный перец ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Картофель очистить, натереть на терке, отжать сок.

- 2 Лук нарезать мелкими кубиками, яйцо взбить до однородности.

- 3 Картофель выложить в глубокую миску, добавить лук, яйцо, муку, посолить, поперчить, пере-

мешать, влить 4 ст. л. растительного масла, перемешать еще раз.

- 4 Форму для запекания сбрызнуть растительным маслом, выложить картофельную массу слоем 4-5 см, разровнять, дополнительно сбрызнуть растительным маслом сверху.

- 5 Запекать в разогретой до 200 градусов духовке до румяной корочки (~50 минут).



До отправления электрички оставалось совсем немного времени, только бы успеть!

Сколько раз мечтаю приехать на вокзал заранее, спокойно купить билет и, не торопясь, сесть в пригородный поезд, который доставит меня на любимую дачу. Увы! Мысли – по одну сторону дороги, а их воплощение – по другую. И почему-то в моем случае они пересекаются крайне редко.

Женщина бежала передо мной на ту же электричку, неуклюже подволакивая ногу. На плече и в руках – по сумке. Типичная дачница.

Попутчики

Мы влетели в последний вагон за минуту до отправления электрички.

– Слава богу, успели, – выдохнула женщина.

Я кивнула в ответ и пошла искать свободное место. В соседнем вагоне народу было значительно меньше, и я устроилась у окна по ходу движения. Напротив, в наушниках и с закрытыми глазами, сидела молодая девушка. Рядом с пассажиркой лежал рюкзак.

– Уберите, пожалуйста, вещи, – услышала я уже знакомый голос.

Девушка не реагировала. Из наушников доносились громкая музыка, которую она слушала, не открывая глаз. Женщина с вещами растерянно стояла рядом. Я тронула девушку за плечо. Девушка вопросительно посмотрела на меня. Так же молча я указала ей глазами на рюкзак. С недовольным видом она закинула его на полку и снова погрузилась в оглушительную нирвану.

– Вот и мой внук такой же. Вставит в уши эти колпачки и не реагирует ни на что, – вздохнула моя новая знакомая, опустив-

Следующая станция – ЛЮБОВЬ



«**Неужели вы ещё не знаете, что в семнадцать и в семьдесят лет любят одинаково?**
Иван Бунин

шись на освободившееся место. – Говоришь-говоришь – все без толку.

– Молодежь нынче совсем стала бесстыдной, – включился в разговор сухопарый мужичок преклонного возраста, сидевший напротив. – Вроде и падать уже некуда – но нет, оказывается, можно. Вот в нашем дачном поселке поселились какие-то непонятные личности, к ним, как тараканы, теперь со всей округи сползают такие же. А что вытворяют вечерами – говорить стыдно! Мы в их возрасте рыбу ловили, грибы собирали, учились готовить на костре и отношения выстраивать с девочками учились. А эти...

Мужчина злобно посмотрел на девушку в наушниках и поджал тонкие губы.

– Никакого уважения к старшим! Потерянное поколение: книг не читают, газеты им не нужны, только и плятятся в компьютер и телефон.

попутчицей. Евгения Викторовна оказалась женщиной добродушной и разговорчивой – за час с небольшим я узнала историю всей ее жизни.

Первый раз она вышла замуж по принципу «все выхоят, и мне пора». В то время она заканчивала институт и на повестке дня остро стоял вопрос распределения. Тут на горизонте замаячил Семён – умный, обеспеченный, довольно симпатичный и, главное, с пропиской в ее родном городе. Все сложилось наилучшим образом, и Евгении не пришлось никуда уезжать.

Родители мужа подарили молодым квартиру, и Женя с большим удовольствием занялась обустройством семейного гнездышка. Семён был помешан на чистоте, и Евгения целыми днями постоянно что-то мыла, терла, готовила различные блюда для супруга. А через полгода ей все это стало надоедать. К тому же выяснилось, что ее молодой муж как бы и не считает себя семейным человеком, сохранив все свои холостяцкие привычки.

Выходные Евгения проводила или одна, или с мамой, или с подружкой. Семён предпочитал общество друзей, с которыми он ездил на рыбалку, ходил в сауну и т.д. Его очень устраивала «всепонимающая» жена. И неизвестно, сколько бы еще

это длилось, если бы Женя не влюбилась.

Она встретила его в парке, где бегала по утрам для поддержания тонуса. Он писал этюды и считал себя непризнанным гением. Все случилось, как в романе: их глаза встретились, и искра страсти моментально зажгла огонь в сердцах.

Они стали встречаться в парке, а через два месяца Александр сделал Евгении предложение. Женя была счастлива и тут же подала на развод, чем несказанно удивила Семёна.

Жить влюбленным было негде. Александр ютился с матушкой в однушке, Евгения тоже вернулась к своей маме. Их приютил друг художника, великодушно предоставив молодым дачный домик за городом. Романтика закончилась с наступлением беременности. Александр заскучал и впал в депрессию. С рождением сына его состояние только усугубилось.

Когда Евгения стала настойчиво требовать от мужа денежного содержания хотя бы на ребенка, он обиделся и съехал к матушке. Так распался второй брак Евгении Викторовны.

Позднее счастье

– Максимка был чудесным ребенком – спокойным, доброжелательным, хорошо кушал и всегда

слушался, – рассказывала мне Евгения Викторовна. – Я с ним и горя не знала. И в садике, и в школе его всегда в пример ставили. Все хорошо было, только вот мужчин, которые пытались завязать со мной отношения, он не просто не воспринимал, а ненавидел до последней своей клеточки.

– И что же, вы так и жили вдвоем с сыном?

– Да. Позволила себе вспомнить, что я все-таки женщина, только когда Максим после 9 класса поступил в строительный колледж и переехал жить к бабушке. С Валентином Сергеевичем мы познакомились в санатории, он отставной военный, вдовец. Дочке его на тот момент было всего 15 лет. И как-то так сразу завертелось, дети наши очень быстро нашли общий язык, и мы вскоре поженились. Живем душа в душу уже 22 года.

Они вышли на одной станции – Евгения Викторовна и девушка в наушниках. Их обоих встречали. Тяжелые сумки Евгении подхватил седой статный мужчина, по-видимому, Валентин Сергеевич. Рюкзак у девушки забрал симпатичный юноша, тоже в наушниках. Я смотрела на них из окна электрички и улыбалась. Теперь я знаю, что на этой станции живет Любовь.

ОЛЬГА

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

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

1 ★★★★★

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

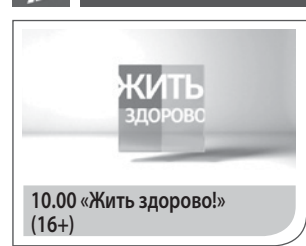
2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

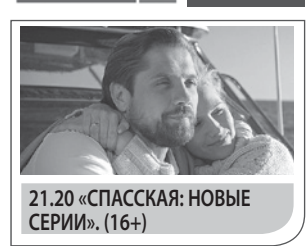
ПЕРВЫЙ



10.00 «Жить здорово!» (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 Премьера. «Давай поженемся!». (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 Информационный канал. (16+)
19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «УГРЮМ-РЕКА». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ



21.20 «СПАСКАЯ: НОВЫЕ СЕРИИ». (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 «Наши». (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «СПАСКАЯ: НОВЫЕ СЕРИИ». (16+)
На одной из туристических вилл горничная обнаруживает труп женщины Людмилы Морозовой, убитой ударом в висок. Главным подозреваемым становится её муж Аркадий Лерман...
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
03.45 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)

НТВ



08.25 «ПЁС». (16+)

04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.50 «За гранью». (16+)
17.55 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
22.15 «НАПАРНИКИ». (16+)
Иван Титов предотвращает похищение из музея старинного драгоценного кубка. Однако подручные бандита Грека угрожают расправой...
23.35 «Сегодня»
00.00 «НАПАРНИКИ». (16+)
00.55 «ВИРУС». (16+)
03.15 «ГЛАЗА В ГЛАЗА». (16+)

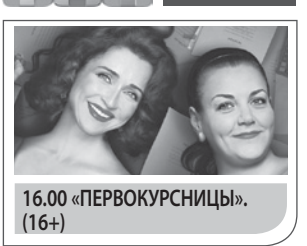
СТС



14.00 «ВЕНОМ». (16+)

06.55 «Мультфильмы». (0+)
07.40 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
08.35 Интуристы. (16+)
09.15 «100 мест, где поесть». (16+)
10.20 Премьера! «Братья Медведи. Тайна трёх миров». (6+)
12.05 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ДИНОЗАВР». (6+)
14.00 «ВЕНОМ». (16+)
16.05 «ПИРАТЫ КАРИБСКОГО МОРЯ: ПРОКЛЯТИЕ «ЧЁРНОЙ ЖЕМЧУЖИНЫ». (12+)
19.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (16+)
20.10 «ПИРАТЫ КАРИБСКОГО МОРЯ: СУНДУК МЕРТВЕЦА». (12+)
23.20 «ЭТЕРНА: ЧАСТЬ ПЕРВАЯ». (12+)
01.00 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
02.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)

ТНТ



16.00 «ПЕРВОКУРСНИЦЫ». (16+)

07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)
Дайджест лучших скетчей из самого злободневного и смешного шоу о необычной жизни самых обычных людей.
09.00 «Новые Звёзды в Африке». (16+)
11.30 «САШАТАНЯ». (16+)
16.00 «ПЕРВОКУРСНИЦЫ». (16+)
20.00 «ИВАНЬКО». (16+)
Валя и Макар пытаются понять, что между ними и как с этим быть. У Насти появился новый мужчина Сеня, которого она ото всех скрывает.
21.00 «ПЕРВОКУРСНИЦЫ». (16+)
22.00 «Однажды в России». (16+)
23.00 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
00.40 «Такое кино!» (16+)
01.10 «Импровизация. Команды». (16+)
03.10 «Студия «Союз». (16+)
04.50 «Импровизация». (16+)

РЕН



20.00 «ЛЮДИ ИКС: ПОСЛЕДНЯЯ БИТВА». (16+)

05.00 18.00 02.45 «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». (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 «ЛЮДИ ИКС: ПОСЛЕДНЯЯ БИТВА». (16+)
22.00 «Водить по-русски». (16+)
23.30 «Документальный спецпроект». (16+)
00.30 «ЛЮДИ ИКС: ПЕРВЫЙ КЛАСС». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
06.20 Пятница News. (16+)
07.00 Кондитер. (16+)
08.10 Кулинарные детективы. (16+)
09.20 Черный список. (16+)
11.00 Четыре дачи. (16+)
12.40 Битва шефов. (16+)
23.10 Гастротур. (16+)
00.00 «МЕЛОДИИ БЕЛОЙ НОЧИ». (12+)
01.30 Пятница News. (16+)
02.00 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
03.20 Инсайдеры. (16+)
04.10 Пятница News. (16+)
04.35 «Простоквашино». (12+)

Ю

05.05 «Маша и Медведь». (0+)
Специально для мам и малышей телеканал «Ю» запускает новый утренний слот «Утро без забот», где каждое утро детей будет ждать любимый мультфильм «Маша и медведь».
09.05 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
11.00 «Беременная в 16». (16+)
12.40 «Супермама». (16+)
18.00 «Статус: Неравный брак». (16+)
20.00 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Я стесняюсь своего тела». (18+)
01.50 «Измены». (18+)
03.35 «КЛОН». (16+)

МИР

06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
07.50 Дорожные войны. (16+)
08.45 Улётное видео. (16+)
10.00 «СОЛДАТЫ-9». (12+)
17.00 Улётное видео. (16+)
20.00 Решала. (16+)
21.00 Охотники. (16+)
22.00 Заступники. (16+)
00.00 Опасные связи. (18+)
02.45 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
04.20 Невероятные истории. (16+)
05.45 Дорожные войны 2.0. (16+)

ПЕБЕДА

07.35 «САДКО». (12+)
09.20, 10.20 «КОРОЛЕВСТВО КРИВЫХ ЗЕРКАЛ». (12+)
10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
10.10 Белорусский стандарт. (12+)
11.15 «СТARIK-ХОТТАБЫЧ». (16+)
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.40 Мировое соглашение. (16+)
18.50 Игра в кино. (16+)
21.40 Назад в будущее (16+)
22.30 Всемирные игры разума. (16+)
23.05 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (16+)
00.50 Наше кино. (16+)
01.15 Война на рельсах. (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
10.10 Родительское собрание
11.20 «Неизвестный Хемингуэй». (12+)
12.15 «За дело!» (12+)
15.10 «ДВА БИЛЕТА НА ДНЕВНОЙ СЕАН». (12+)
16.45 «Жил-был пёс». (0+)
17.00 «Здоровая среда». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.25 03.40 «ФАРЦА». (16+)
22.15 «ПЕРВЫЙ УЧИТЕЛЬ». (12+)
00.35 «Песня остаётся с человеком». (12+)
00.55 Отражение. (12+)

ПЕБЕДА

04.20 «Путь к Победе». (16+)
05.20 «ЗОЯ КОСМОДЕМЬЯНСКАЯ». (18+)
06.30 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)
08.05 «ЧЁРНЫЕ КОШКИ». (16+)
17.50 «ПЛАМЯ ПОД ПЕЛОМ». (16+)
Алексей Акулич служит в Противоминном центре Республики Беларусь, где занимается гуманитарным разминированием. Его отряд освобождает территории республики от взрывоопасных предметов, находящихся в земле со времен Великой Отечественной войны...
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «ТАНКИ». (16+)
02.25 «ПЕРЕГОН». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Йоко», «Фиксики», «Три кота», «Маша и Медведь». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Петроникс». (0+)
08.05 «ВИП петс». (6+)
08.25 «Долина Муми-троллей». (0+)
09.15 «Кошечки-собачки». (0+)
10.15 «Суперкрылья. Мировые защитники». (0+)
10.45 «Театр Берилляки». (0+)
11.05 «Буба». (6+)
12.30 «Петроникс». (0+)
12.50 «Инфинити Надо». (6+)
13.05 «Дикие скричеры!» (6+)
13.30 «Диностер». (6+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.15 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
15.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
16.05 «Клуб Винкс. Школа волшебниц». (6+)
17.00 «Команда Флоры». (0+)
18.00 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
18.15 «Геройчики». (0+)
19.10 «Лунтик». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Сказочный патруль». (0+)
22.00 «Мотофайтеры». (6+)
22.30 «Фьюжн Макс». (6+)
22.50 «КЛАССНАЯ ШКОЛА». (6+)
23.45 «Коля, Оля и Архимед». (0+)
00.05 «Заветная мечта». (0+)
00.15 «Всё наоборот». (0+)
00.25 «Барбоскины». (0+)
01.20 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТОМА СОЙЕРА И ГЕКЛЬБЕРРИ ФИНА». 1 серия. (0+)

МУЛЬТ

06.00 «Малышарики идут в детский сад». (0+)
06.30, 11.35, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00, 13.00, 19.00 «Барбоскины». (0+)
08.25, 13.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Сказочный патруль». (0+)
09.30 «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Очки». (0+)
09.35 «Простоквашино». (0+)
10.00, 14.00, 22.30 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
10.35 «Кошечки-собачки. Дэн-авиатор». (0+)
11.00 «Лео и Тиг». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)
15.00 «Мотофайтеры». (6+)
15.25 «Геройчики. Жаркий четверг». (0+)
17.00 Друзья на все времена. «Приключения поросенка Фунтика». (0+)
17.25 «Фиксики». (0+)
18.00 «Моррики Дорикки». (0+)
18.25 «Лунтик». (0+)
20.00 «Кошечки-собачки». (0+)
20.25 «Маша и Медведь», «Машины страшилки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.00 «Смешарики. Пин-код». (0+)
21.25 «Геройчики». (0+)
22.00 «СУПЕР 10». (6+)
23.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
23.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
00.00 «Дракоша Тоша». (0+)
00.25 «Сказочный патруль. Хроники чудеса». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

05.30 Великая Северная война. (12+)
06.00 Список Киселева. Никогда больше. (12+)
07.00, 11.00 Великие живописцы. (12+)
08.00 «ПРИКАЗ «УНИТОЖИТЬ». (16+)
09.35 Корюшка для фронта. (12+)
10.25 Сыны России. (12+)
11.55 Нация в фарфоре. (12+)
12.50 Пешком по Москве. (6+)
13.05 Элемент познания. (12+)
13.35 Люди, сделавшие Землю круглой. (12+)
14.30, 19.45 История одной фотографии. (6+)
14.40 Берлин 41-го. Долетали сильнейшие. (12+)
16.00 Не квартира - музей. (12+)
16.10 Пешком в историю. (12+)
16.45 Россия научная. Великие имена. (12+)
17.05 Историограф. (12+)
17.45, 20.55 Семь дней истории. (12+)
17.55 Артековский закал. (12+)
18.55 Исторические города Британии. (12+)
20.00 Пётр Рычков. Пещера для Колумба. (12+)
20.25 Книжные аллеи. (12+)
21.00 Судьба одного химика. (12+)
21.45, 22.05 В поисках утраченного искусства. (12+)
22.30 Народный фронт Победы. (12+)
23.00 Чудеса. Путешествие по Италии. (12+)

VJU HISTORY

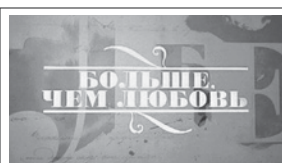
06.10, 07.05 Нулевая мировая. (16+)
08.05 Империя с Майклом Портилло: Индия. (12+)
09.00 Империя с Майклом Портилло: Ямайка. (12+)
09.55 Империя с Майклом Портилло: Южная Африка. (12+)
10.50 Тутанхамон: последняя выставка. (12+)
12.20, 13.15 Утопия инженерии. (16+)
14.10, 15.05 Затерянные гробницы древних майя. (12+)
16.05 Империя с Майклом Портилло: Южная Африка. (12+)
17.00 Империя с Майклом Портилло: Северная Америка. (12+)
17.55, 19.00 Последние часы Помпеев: новые загадки. (12+)
20.00 4 лица Моны Лизы. (12+)
500 лет спустя никто так и не смог разгадать эту тайну - кем же на самом деле являлась Мона Лиза? Какое послание зашифровал в своей картине великий мастер? Создатели фильма попытаются дать ответ на этот вопрос.
21.45, 22.50 Нулевая мировая. (16+)
23.50 Империя с Майклом Портилло: Индия. (12+)
00.45 Империя с Майклом Портилло: Ямайка. (12+)
01.30 Тутанхамон: последняя выставка. (12+)
02.50, 03.35, 04.20 Утопия инженерии. (16+)
05.05 100 чудес света. (16+)

ДОКТОР

06.00, 12.30, 18.15, 00.00 О самом главном. Польза компота. (12+)
06.55 Это лечится. Дела сердечные. (12+)
07.20 Это лечится. Сонное апноэ. (12+)
07.50, 08.20, 11.30, 12.00, 14.20, 14.50, 17.15, 17.45, 22.00, 22.30, 00.55, 01.20 Будь в тонусе! (12+)
08.45 О самом главном. Продукты для желчного пузыря. (12+)
09.45, 10.15 Угрозы современного мира. (12+)
10.40 Медицинский квест. Долголетие. (12+)
13.25 Еда здорового человека. Сыр и его копии. (12+)
13.50 Еда здорового человека. Ягоды. (12+)
15.20 О самом главном. (12+)
16.15 16.45 Истории болезней. (16+)
19.10, 01.50, 05.05 Теледоктор. (12+)
20.10, 02.45 Большой скачок. Стресс. (12+)
20.40, 03.10 Большой скачок. Фобии. Больше, чем память. (12+)
21.05 О самом главном. Диета для гипертоников. (12+)
23.05, 03.40 Большой скачок. В поисках неправды. (12+)
23.30, 04.05 Большой скачок. Фобии. Больше, чем страх. (12+)
04.35 Психи. Расстройства шизофренического спектра. (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



20.50 Больше,
чем любовь

- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 «Невский ковчег»
- 07.35 Черные дыры. Белые пятна
- 08.15 «Жизнь и судьба»
- 08.45 «ОЛЬГА СЕРГЕЕВНА»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.30 ХХ век
- 11.50 «Константин Зубов»
- 13.00 Большие и маленькие
- 15.00 23.35 «Три минуты тишины»
- 15.05 Линия жизни
- 15.55 «Агора»
- 17.15 01.05 Э. Григ. Концерт для фортепиано с оркестром
- 18.10 «Рассказы из русской истории»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.35 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 Больше, чем любовь
- 21.35 «Сати. Нескучная классика...»
- 22.20 «СОБАКА БАСКЕРВИЛЕЙ»
- 23.40 «Леонардо да Винчи»

ТВЦ



08.40 «ОРЛИНСКАЯ: СТРЕЛЫ НЕПТУНА». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.25 «Петровка, 38». (16+)
- 08.40 «ОРЛИНСКАЯ: СТРЕЛЫ НЕПТУНА». (12+)
- 10.35 «Рыцари советского кино». (16+)
- 11.30 События
- 11.50 «МОСКОВСКИЙ РОМАНС». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 17.50 22.00 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «КОТЕЙКА». (12+)
- 16.55 «Закулисные войны. Кино». (16+)
- 18.15 «ТАНГО ДЛЯ ОДНОЙ». (12+)
- 22.35 Специальный репортаж. (16+)
- 23.05 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Тайная комната. Дональд Трамп». (16+)
- 01.25 «Звёздные войны: братья и сёстры». (16+)
- 02.05 «Ясновидящий Ханнуссен. Стрелочник судьбы». (12+)

ТВ-3



00.45 «ИМПЕРАТРИЦА КИ». (16+)

- 06.00 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «МИСТЕР ОШИБКА». (16+)
- 08.00 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
- 08.15 «Слепая». (16+)
- 09.30 Гадалка. (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 «Старец». (16+)
- 15.00 Гадалка. (16+)
- 16.45 «Слепая». (16+)
- 18.30 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 20.30 «ЗАКЛЮЧЕНИЕ». (16+)
- Вера была успешным нейрохирургом, пока в ее жизни не появляется следователь Пахомов. Капитан расследует убийство 15-летней пациентки Веры.
- 22.45 «НЕКРОМАНТ». (16+)
- 00.45 «ИМПЕРАТРИЦА КИ». (16+)
- 01.45 «МИСТЕР ОШИБКА». (18+)

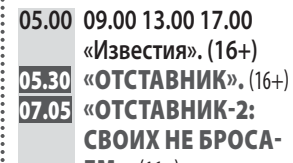
ДОМАШНИЙ



13.30 «Верну любимого». (16+)

- 06.30 «б кадров». (16+)
- 06.35 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
- 08.30 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 23.05 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «Преступления страсти». (16+)
- 19.00 «ИДЕАЛЬНОЕ ЗАБЛУЖДЕНИЕ». (16+)
- 00.15 «Порча». (16+)
- 01.15 «Знахарка». (16+)
- 01.40 «Верну любимого». (16+)
- 02.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.35 Тест на отцовство. (16+)
- 04.15 «Преступления страсти». (16+)

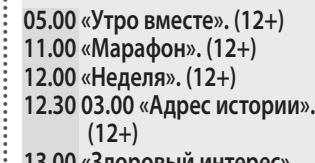
5 5-й КАНАЛ



05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)

- 05.30 «ОТСТАВНИК». (16+)
- 07.05 «ОТСТАВНИК-2: СВОИХ НЕ БРОСАЕМ». (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.30 13.30 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 17.30 02.40 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «СВОИ-6». (16+)
- 22.20 00.30 «СВОИ-5». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 03.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 11.00 «ОШИБКА РЕЗИДЕНТА». (12+)
- 12.35 13.25 15.05 17.15 03.20 «БРАТСТВО ДЕСАНТА». (16+)
- 18.00 «Битва оружейников». (16+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 20.10 «Ищу своих». (12+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «Двенадцать кремлей России». (12+)
- 23.45 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «Марафон». (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 «СНАЙПЕРЫ: ЛЮБОВЬ ПОД ПРИЦЕЛОМ». (16+)
- 16.30 «СВАТЫ 2». (16+)
- 17.30 «Собрание сочинений». (12+)
- 17.45 «Территория успеха». (12+)
- 18.15 22.45 «Открываем Воронеж». (12+)
- 18.30 22.15 «Депутатский журнал». (12+)
- 18.45 22.30 «Полицейский вестник». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 00.45 04.00 «Такие разные». (12+)
- 22.00 01.45 «В тени чемпионов». (12+)
- 23.00 «УЛИЧНЫЕ ТАНЦЫ 3D». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

- 06.00 «Игра миллионов». (12+)
- 06.30 «Всё о главном». (12+)
- 07.00 10.00 12.50 Новости
- 07.05 21.15 23.45 Все на Матч!
- 10.05 «Самый лучший тренер в мире - Павел Фёдорович Садырин». (12+)
- 11.30 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. (6+)
- 12.30 Спецрепортаж. (12+)
- 12.55 «Есть тема!»
- 13.55 Регби. «Нисей-СТМ» (Красноярск) - «Металлург» (Новокузнецк). PARI Чемпионат России
- 15.55 Футбол. «Юмень» - «Родина» (Москва). МЕЛБЕТ-Первая Лига
- 18.00 «Громко»
- 18.55 Хоккей. ЦСКА - «Локомотив» (Ярославль). Фонбет Чемпионат КХЛ
- 21.40 Футбол. «Верона» - «Болонья». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
- 00.40 Борьба. Чемпионат мира. (12+)
- 01.10 Смешанные единоборства. (16+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА

- 06.00 Баскетбол. Кубок Кубана. Финал. (6+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 15.25 Борьба. Чемпионат мира. (12+)
- 08.25 02.50 Что по спорту? (12+)
- 08.50 12.15 16.00 19.25 22.20 Спецрепортаж. (12+)
- 09.10 Лица страны. (12+)
- 09.30 00.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 10.05 11.00 03.20 04.15 Пляжный волейбол. Кубок столетия. 1/2 финала. (0+)
- 11.55 «Мой первый тренер». (12+)
- 12.30 География спорта. (12+)
- 13.05 13.30 14.00 14.25 01.00 01.25 01.55 02.20 Баскетбол Звз. Кубок России. (6+)
- 14.55 05.30 «Спортивный интерес». (12+)
- 16.20 23.35 Неделя КХЛ (12+)
- 17.15 Гольф. Кубок Ассоциации гольфа России. (0+)
- 19.40 Регби. Чемпионат России. (12+)
- 21.30 «Громко». (12+)
- 22.40 «Есть тема!» (16+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 Лайкер. (16+)
- 06.00 Муз'итив. (16+)
- 06.40 Лайкер. (16+)
- 07.30 Тееп чарт. (16+)
- 08.00 Лайкер. (16+)
- 09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 10.00 Плейлист. Осень. (16+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Моя волна. (16+)
- 13.00 Хиты по-русски. (16+)
- 14.00 Русский чарт. (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 Яндекс.Музыка. (16+)
- 19.20 Хит-Стрип. (16+)
- 20.00 Top-30. (16+)
- 22.00 Проклятое наследство. Жизнь после смерти. (16+)
- 23.00 PRO-новости. (16+)
- 23.20 Рок-нон-стоп. (16+)
- 00.20 Муз'итив. (18+)
- 01.30 Top-30: Народный хит. (16+)
- 03.25 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000

- 05.30 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ». (16+)
- 06.55 «ИНТУИЦИЯ». (12+)
- 08.40 «ЛЕМОНИ СНИКЕТ: 33 НЕСЧАСТЬЯ». (12+)
- 10.45 «ТРАНСФОРМЕРЫ: ЭПОХА ИСТРЕБЛЕНИЯ». (12+)
- 14.00 «ТРАНСФОРМЕРЫ: ПОСЛЕДНИЙ РЫЦАРЬ». (12+)
- 17.00, 17.55 «ПРАВОСУДИЕ». (16+)
- 18.50 «ТАЙНА 7 СЕСТЁР». (16+)
- 21.15 «ИСХОДНЫЙ КОД». (16+)
- Фантастический триллер, США, Франция, 2011 г.
- 23.05 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
- 00.50 «КЛЯТВА». (16+)
- 02.30 «ЛУЧШЕЕ ВО МНЕ». (12+)
- 04.20 «ТИХАЯ ГАВАНЬ». (12+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ VIJU TV1000 РУССКОЕ

- 05.40 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 07.00 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 07.35 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 08.20 «МИРА». (16+)
- 10.35 «ВРАТАРЫ ГАЛАКТИКИ». (6+)
- 12.50 «ДИКАЯ ЛИГА». (12+)
- 15.00 «ГУДАЙ, АМЕРИКА». (12+)
- 17.00, 18.00 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 18.55 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (6+)
- 21.45 «ГЛАВНЫЙ». (6+)
- Россия, 2015 г.
- 23.55 «КОРОЛЕВ». (12+)
- 02.05 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)
- 03.40 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-9». (16+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

- 06.00 «Шелкунчик и волшебная флейта». Мультфильм. (6+)
- 07.25 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
- 08.50 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 10.10 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 11.35 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 13.00 «СВАТЫ». (16+)
- 20.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 00.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 02.20 «ГЛУХАРЬ В КИНО». (16+)
- 03.45 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДЬ». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 16.10, 16.30, 17.00, 17.30 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 18.00, 19.00, 20.00, 21.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)
- Сериал. Драма, мелодрама, история, Турция, 2015-2017 гг.
- 22.10 Богиня. (16+)
- 23.05 Суббота News 2023. (16+)
- 23.20 Моя жена рулит. (16+)
- 00.20 Кулинарные детективы. (16+)
- 01.20, 02.10, 03.00 «ВО ИМЯ ЛЮБВИ». (16+)
- 03.50 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.00 «ДОСПЕХИ БОГА: ОПЕРАЦИЯ ЯСТРЕБ». (12+)
- 03.45 «АФЕРА ПО-ГОЛЛИВУДСКИ». (16+)
- 05.30 «МОЙ ПАПА НЕ ПОДАРОК». (6+)
- 07.30 «МАЛАВИТА». (16+)
- 09.30 «НЕВЕЗУЧИЕ». (16+)
- 11.20 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)
- 13.40 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (12+)
- 15.35 «БУМЕРАНГ». (16+)
- 17.35 «ГУДЗОНСКИЙ ЯСТРЕБ». (16+)
- Боевик, комедия, приключения. США, 1991 г.
- 19.30 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА!» (12+)
- 21.15 «ДЕНЬ СУРКА». (12+)
- Энтери, мелодрама
- 23.10 «СВАДЬБА ЛУЧШЕГО ДРУГА». (12+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.05 Мультфильмы. (0+)
- 07.30 «ВЕРНЫЕ ДРУЗЬЯ». (12+)
- 09.20 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». (12+)
- 10.45 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (12+)
- 12.15 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ». (12+)
- 14.45 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (12+)
- 16.25 «ДЕВЧАТА». (12+)
- 18.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-9». (16+)
- 19.50 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ» (12+)
- 21.30 «ИРОНИЯ СУДЬБЫ, ИЛИ СЛЕГКИМ ПАРОМ!» (12+)
- 01.05 «ИЮЛЬСКИЙ ДОЖДЬ». (12+)
- 02.45 «СТРОИТСЯ МОСТ». (12+)
- 04.25 «ХОТА НА ЛИС». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ТАНЦЫ НА УГЛЯХ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
- 13.00, 21.00 «МОЯ ЛЮБИМАЯ МИШЕНЬ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+)
- 05.00 «И Я ТЕБЯ НЕ БОЮСЬ!» (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2021 г. В ролях: Надежда Бахтина, Андрей Финягин, Анна Бегунова, Семен Дорин

СТС LOVE СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «Винни-Пух». Мультфильм. (0+)
- 08.10 «Винни-Пух идёт в гости». Мультфильм. (0+)
- 08.25 «Ералаш». (0+)
- 09.05 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ ЯНЬЯ». (0+)
- Вика собирается открыть картинную галерею. Поиск новых талантов завершается демонстрацией юношеских рисунков Максима...
- 15.05 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 18.00 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- 19.55 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 22.55 «МОЛОДЕЖКА». (12+)
- 01.20 Даёшь молодёжь! (16+)
- 04.05 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 05.25 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 07.15 Знак равенства. (16+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Завет. (6+)
- 11.35 Святые России. (6+)
- 12.40 Простые чудеса. (12+)
- 13.30 Двенадцать. (16+)
- Социальный проект о борьбе с алкогольной зависимостью.
- 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 День Ангела. Святые Борис и Глеб. (0+)

- 15.35 «ДВА ДРУГА». (0+)
- 16.50, 18.10 «СТАРШИЙ СЫН». 1-2 серии. (6+)
- СССР, 1975 г. В ролях: Евгений Леонов, Николай Караченцов, Наталья Егорова, Владимир Изотов, Михаил Боярский
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30 Святые войны. Русские князья. (6+)
- 22.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 22.50 Прямая линия жизни. (16+)
- 23.50 День Патриарха. (0+)
- 00.05 Бртская свеча. (0+)
- 00.45 Завет. (6+)
- 01.40 Святые России. (6+)
- 02.35 Родовая песня. (0+)
- 03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

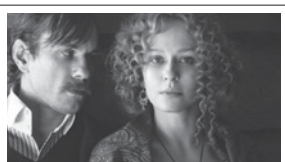
18 сентября
Седмица 16-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Прор. Захарии и прав. Елисаветы, родителей св. Иоанна Предтечи.



Прмч. Афанасия Брестского. Мчч. Фифаила и сестры его Фивей (Вивей). Мч. Раисы (Ираиды). Мчч. Иувентина и Максима воинов. Мчч. Урвана, Феодора и Медимна и с ними 77 мужей от церковного чина, в Никомидии пострадавших. Мч. Авдия (Авида) в Персии. Блгв. кн. Глеба, во Святом Крещении Давида. Мч. Сарвила. Мч. Евфимия. Обретение мощей прп. Александра исп. Оршанской иконы Божией Матери.

Поста нет.
« На каждое дело положи определенное время, чтобы во всем соблюдался у тебя порядок, когда ешь и пьешь, и говоришь, и молишься, и читаешь». Прп. Ефрем Сирин

ПЕРВЫЙ



22.00 «УГРЮМ-РЕКА». (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 15.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 18.30 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «УГРЮМ-РЕКА». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 «Огневое превосходство Аркадия Шипунова». (12+)
01.05 Подкаст. Лаб. (16+)
03.00 Новости

РОССИЯ 1



21.20 «СПАСКАЯ: НОВЫЕ СЕРИИ». (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 «Наши». (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «СПАСКАЯ: НОВЫЕ СЕРИИ». (16+)
Предположительно из-за отравления газом в собственном доме умирает Иван Садовский, муж известного психолога и блогера Милены Рубиновой. Его тело обнаруживает жена...
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
03.45 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)

НТВ



08.25 «ПЁС». (16+)

04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.50 «За гранью». (16+)
17.55 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
22.15 «НАПАРНИКИ». (16+)
Титов с напарниками расследует похищение кортика. Вскоре выясняется, что аналогичный кортик был похищен из бара.
23.35 «Сегодня»
00.00 «НАПАРНИКИ». (16+)
00.55 «ВИРУС». (16+)
03.15 «ГЛАЗА В ГЛАЗА». (16+)

СТС



23.25 «СПУТНИК». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.55 «Мультфильмы». (0+)
07.25 «Простоквашино». (0+)
07.40 «Ну, погоди! Каникулы!». (6+)
08.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (16+)
09.35 Уральские пельмени. (16+)
10.40 «ВОСТОЧНЫЙ ВЕТЕР». (12+)
12.55 «ВОСТОЧНЫЙ ВЕТЕР-2». (12+)
15.05 «ВОСТОЧНЫЙ ВЕТЕР-3». (12+)
17.20 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (16+)
20.00 «ПИРАТЫ КАРИБСКОГО МОРЯ: НА КРАЮ СВЕТА». (12+)
23.25 «СПУТНИК». (16+)
01.35 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
05.05 «б кадров». (16+)
05.20 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



16.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ». (16+)

07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
09.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
16.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ». (16+)
19.30 «ИВАНЬКО». (16+)
Валя продолжает откладывать момент признания Елисею. Она снова вмешивается в жизнь Насти, когда вскрывается правда о ее новых отношениях. Что приводит к серьезной ссоре.
21.00 «ПЕРВОКУРСНИЦЫ». (16+)
Жанне скоро сдавать первый зачет, и она совершенно не беспокоится из-за этого. Ведь принимать его будет Кирилл...
22.00 «Однажды в России». (16+)
23.00 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2». (16+)
00.40 «Импровизация. Команды». (16+)
02.50 «Студия «Союз». (16+)
05.10 «Импровизация». (16+)

РЕН



22.35 «Водить по-русски». (16+)

05.00 18.00 02.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрим утром!» (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 «ЛЮДИ ИКС: ДНИ МИНУВШЕГО БУДУЩЕГО». (12+)
22.35 «Водить по-русски». (16+)
23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
00.30 «ЗВЕЗДНЫЕ ВОЙНЫ: СКАЙУОКЕР. ВОСХОД». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 01.50 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
06.30 Пятница News. (16+)
07.00 Кондитер. (16+)
08.40 Кулинарные детективы. (16+)
09.40 Черный список. (16+)
10.40 Сердце Клавии. (16+)
13.20 Четыре свадьбы. (16+)
19.00 Сердце Клавии. (16+)
21.40 Вундеркинды. (16+)
23.00 Руссо-экспрессо. (16+)
00.00 «НАСЛЕДНИЦА ПО ПРЯМОЙ». (0+)
01.30 Пятница News. (16+)
03.20 Инсайдеры. (16+)
04.10 Пятница News. (16+)

Ю

05.15 «Маша и Медведь». (0+)
09.10 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
11.10 «Беременная в 16». (16+)
12.55 «Супермама». (16+)
Психологическое семейное реалии, в котором каждую неделю четыре мамочки соревнуются за звание лучшей. С понедельника по четверг они ходят друг к другу в гости и оценивают все и вся:
17.00 «Зови меня мамой». (16+)
20.00 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Я стесняюсь своего тела». (18+)
01.50 «Измены». (18+)
03.30 «КЛОН». (16+)

ЧЕ!

06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
07.50 Дорожные войны. (16+)
08.45 Улётное видео. (16+)
10.00 «СОЛДАТЫ-9». (12+)
17.00 Улётное видео. (16+)
20.00 Решала. (16+)
21.00 Охотники. (16+)
22.00 Заступницы. (16+)
00.00 Опасные связи. (18+)
02.45 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
04.20 Невероятные истории. (16+)
05.45 Дорожные войны 2.0. (16+)

МИР

06.05, 00.45 Наше кино (16+)
06.30 «Ты - мне, я - тебе». (16+)
08.05 «ДЕТИ ДОН-КИХОТА». (16+)
09.40, 10.10 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.40 Мировое соглашение. (16+)
18.50 Игра в кино. (16+)
21.40 Назад в будущее (16+)
22.30 Всемирные игры разума. (16+)
23.05 «ЧАСТНЫЙ ДЕТЕКТИВ, ИЛИ ОПЕРАЦИЯ «КООПЕРАЦИЯ». (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
10.10 11.30 20.25 03.40 «ФАРЦА». (16+)
11.05 20.00 «Календарь». (12+)
12.20 «Первая помощь». (12+)
12.30 «Вспомнить всё». (12+)
15.10 «ПЕРВЫЙ УЧИТЕЛЬ». (12+)
17.00 «Такие разные». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
18.15 «Вечер вместе». (12+)
22.20 «ДВОРЯНСКОЕ ГНЕЗДО». (12+)
00.10 «Моя история». (12+)
00.55 Отражение. (12+)

ПОБЕДА

04.40 «Путь к Победе» (16+)
05.40 «ЛЁТЧИК». (16+)
07.20 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. УДАРНАЯ ВОЛНА». (16+)
10.55 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. ЛИСЬЯ НОРА». (16+)
14.25 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
Чтобы уцелеть в вихре гражданской войны, мальчишки из разных миров, - простой парень Илья, воспитанный офицером японского гарнизона, и кадет Аркадий, сын белоохранительского полковника, - выдают себя за братьев...
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
Реальная история легендарной женщины-снайпера Людмилы Павличенко.

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Йоко», «Фиксики», «Три кота», «Маша и Медведь». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Петроникс». (0+)
08.05 «ВИП петс». (6+)
08.25 «Долина Муми-троллей». (0+)
09.15 «Кошечки-собачки». (0+)
10.15 «Суперкрылья. Мировые защитники». (0+)
10.45 «ТриО!» (0+)
11.05 «Лео и Тиг». (0+)
12.30 «Петроникс». (0+)
12.50 «Инфинити Надо». (6+)
13.05 «Дикие скричеры!» (6+)
13.30 «Диностер». (6+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.15 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
15.00 Час «Союзмультфильма». (6+)
16.05 «Клуб Винкс. Школа волшебниц». (6+)
17.00 «Команда Флоры». (0+)
18.00 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
18.15 «Геройчики». (0+)
19.10 «Лунтик». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Сказочный патруль». (0+)
22.00 «Мотофайтеры». (6+)
22.30 «Фьюжн Макс». (6+)
22.50 «КЛАССНАЯ ШКОЛА». (6+)
23.45 «38 попугаев». (0+)
00.25 «Барбоскины». (0+)
01.20 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТОМА СОЙЕРА И ГЕКЛЬБЕРРИ ФИНА». 2 серия. (0+)
02.30 «Давайте рисовать!» (0+)
02.55 «Три кота». (0+)

МУЛЬТ

06.00 «Малышарики идут в детский сад». (0+)
06.30, 11.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышек». (0+)
08.00, 13.00, 19.00 «Барбоскины». (0+)
08.25, 13.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Сказочный патруль». (0+)
09.30 «Простоквашино». (0+)
10.00, 22.30 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
10.30, 20.00 «Кошечки-собачки». (0+)
11.00 «Лео и Тиг». (0+)
14.00, 17.20 «Фиксики». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)
15.00 «Мотофайтеры». (6+)
15.25, 21.25 «Геройчики». (0+)
17.00 Друзья на все времена. «Приключения поросенка Фунтика». (0+)
18.00 «Морики Дорикки». (0+)
18.25 «Лунтик». (0+)
20.25 «Маша и Медведь», «Машкины страшилки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.00 «Смешарики. Пин-код». (0+)
22.00 «СУПЕР 10». (6+)
23.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
23.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
00.00 «Дракоша Тоша». (0+)
00.25 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
00.55 «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Очки». (0+)
01.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
01.25 «Буба». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

01.30 Великая Северная война. (12+)
02.00 Список Киселева. Никогда больше. (12+)
03.00 События в истории. (12+)
04.00 «ПРИКАЗ «УНИЧОЖИТЬ». (16+)
05.35 Корюшка для фронта. (12+)
06.25 Сыны России. (12+)
07.00, 11.00 Великие живописцы. (12+)
08.00 «МАРКО ПОЛО». (18+)
09.25 Нация в фарфоре (12+)
10.20 Пешком по Москве. (6+)
10.35 Элемент познания (12+)
12.00 Люди, сделавшие Землю круглой. (12+)
12.55 Берлин 41-го. Долетали сильнее. (12+)
14.10 Артековский загал. (12+)
15.05 Исторические города Британии. (12+)
16.00 Не квартира - музей. (12+)
16.10 Пешком в историю. (12+)
16.45 Россия научная. Великие имена. (12+)
17.00 Историкограф. (12+)
17.45 Семь дней истории. (12+)
17.50 Пётр Рычков. Пещера для Колумба. (12+)
18.20, 22.50 Книжные аллеи. (12+)
18.45 Судьба одного химика. (12+)
19.30 Народный фронт Победы. (12+)
20.00 Секреты истории (12+)
21.40, 22.10 Морской узел. (12+)
22.40 Обыкновенная история. (6+)
23.15 Непокорённые. (12+)

VJU HISTORY

06.00, 06.55 Нулевая мировая. (16+)
07.55 Древняя история Сибири. (12+)
08.25 Империя с Майклом Портилло: Северная Америка. (12+)
09.20, 10.20 Последние часы Помпеев: новые загадки. (12+)
11.20 4 лица Моны Лизы. (12+)
13.05 Правдивая история графа Монте-Кристо. (16+)
14.05, 15.00 Майя. Рождение Легенды. (12+)
16.00, 17.00 Сокровища Европы. (12+)
18.00 История Матери-Земли. (12+)
19.00 Загадка троянского коня. (12+)
20.05, 20.35, 21.05, 21.35 Перевал Дятлова: охотники за правдой. (16+)
Команда расследователей пытается восстановить картину произошедшего на перевале Дятлова и выяснить причину загадочной гибели девяти советских туристов.
22.05, 23.10 Первая мировая. (16+)
00.10 Империя с Майклом Портилло. (12+)
01.05 Империя с Майклом Портилло: Северная Америка. (12+)
01.50, 02.45 Последние часы Помпеев. (12+)
03.35 4 лица Моны Лизы. (12+)
05.10 Правдивая история графа Монте-Кристо. (16+)

ДОКТОР

06.00, 12.15, 18.05, 23.55 О самом главном. Косоглазие у взрослых. (12+)
06.55 Истории болезней. Панацея. (16+)
07.20 Истории болезней. Хирургия. (16+)
07.50, 08.20, 11.15, 11.45, 14.10, 14.40, 17.05, 17.35, 21.55, 22.25, 00.50, 01.20 Будь в тонусе! (12+)
08.50 О самом главном. Лечение осложнений после COVID-19. (12+)
09.50 10.15 Еда здорового человека. (12+)
10.45, 04.35 Это лечится. Дела сердечные. (12+)
13.15 Теледоктор. (12+)
15.10 О самом главном. Диета для гипертоников. (12+)
16.10 Большой скачок. Стресс. (12+)
16.35 Большой скачок. Как не потерять память. (12+)
19.05, 05.05 Скажите, доктор! Гепатит С. (12+)
19.30, 05.30 Скажите, доктор! Хронический тонзиллит. (12+)
20.00, 02.45 Медицинский репортёр. Чем рискуют фермеры? (12+)
20.30, 03.40 InVivo. Дислексия. Болезнь ленивых и гениев. (12+)
21.00 О самом главном. Обезболивающие препараты. (12+)
22.55, 03.10 Медицинский репортёр. Работа на высоте. (12+)
23.25, 04.05 InVivo. (12+)
01.50, 02.15 Психи. (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура

ТВЦ

ТВ-3

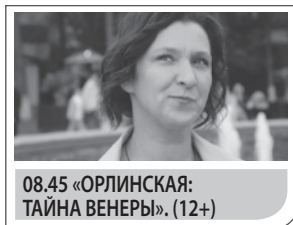
ДОМАШНИЙ

5 5-Й КАНАЛ

ГУБЕРНИЯ
ВОРОНЕЖ



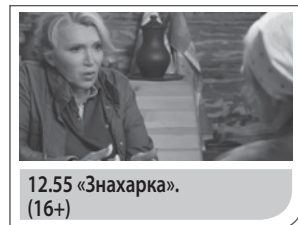
11.10
XX век



08.45 «ОРЛИНСКАЯ:
ТАЙНА ВЕНЕРЫ». (12+)



06.30 «МИСТЕР ОШИБКА». (16+)



12.55 «Знахарка». (16+)

06.35 «Пешком...»
07.15 15.05 «Леонардо да Винчи»
08.15 «Жизнь и судьба»
08.35 16.00 «Первые в мире»
08.55 «ОЛЬГА СЕРГЕЕВНА»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 00.35 XX век
13.00 «Игра в бисер»
13.45 22.20 «СОБАКА БАСКЕРВИЛЕЙ»
15.00 23.40 «Три минуты тишины»
16.15 «Сати. Нескучная классика...»
17.15 «Передвижники»
17.45 01.45 XVII международный конкурс имени П.И. Чайковского «Вначале было дело...»
19.00 «Вначале было дело...»
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.35 «Спокойной ночи, малыши!»
20.50 Искусственный отбор
21.35 «Невесомая»
23.45 «Шенонсо: королевская жизнь у реки»

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.45 «ОРЛИНСКАЯ: ТАЙНА ВЕНЕРЫ». (12+)
10.40 «Актёрские судьбы». (16+)
11.30 События
11.50 «СМЕРТЕЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ». (16+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 17.50 22.00 События
14.50 Город новостей
15.05 «КОТЕЙКА». (12+)
17.00 «Закулисные войны. Эстрада». (16+)
18.10 «ТАНЦЫ НА ПЕСКЕ». (12+)
22.35 «Закон и порядок». (16+)
23.10 «Звёздные семьи: любовь и водка». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «90-е. Во всём виноват Чубайс!» (16+)
01.25 Прощание. (16+)
02.05 «Минск-43. Ночная ликвидация». (16+)
02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)

06.00 Утренние гадания. (16+)
06.15 «Мультфильмы». (0+)
06.30 «МИСТЕР ОШИБКА». (16+)
08.15 «Слепая». (16+)
09.15 Утренние гадания. (16+)
09.30 Гадалка. (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
12.20 Мистические истории. (16+)
13.30 «Старец». (16+)
15.00 Гадалка. (16+)
16.45 «Слепая». (16+)
18.30 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
20.30 «ЗАКЛЮЧЕНИЕ». (16+)
22.45 «ИНКАРНАЦИЯ». (16+)
Доктор Сет Эмбер изгоняет демонов из тел людей. Но он не экзорцист в чистом виде. Он проникает в сознание одержимого и там работает.
00.30 «ИМПЕРАТРИЦА КИ». (16+)
01.30 «МИСТЕР ОШИБКА». (18+)
02.45 «Мультфильмы». (0+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.30 Давай разведёмся! (16+)
08.30 Тест на отцовство. (16+)
10.40 «Понять. Простить». (16+)
11.45 00.15 «Порча». (16+)
12.55 «Знахарка». (16+)
13.30 «Верну любимого». (16+)
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.40 «Преступления страсти». (16+)
19.00 «ТРЕБУЕТСЯ МАМА». (16+)
23.10 «Понять. Простить». (16+)
01.15 «Знахарка». (16+)
01.40 «Верну любимого». (16+)
02.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.35 Тест на отцовство. (16+)
04.15 «Преступления страсти». (16+)

05.00 09.00 13.00 «Известия». (16+)
05.25 «ОТСТАВНИК-3». (16+)
06.55 09.30 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
08.55 «Знание - сила». (0+)
13.30 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
17.00 «Известия». (16+)
17.30 02.40 «СЛЕД». (16+)
21.25 «СВОИ-6». (16+)
22.20 00.30 «СВОИ-5». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
03.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

★ ЗВЕЗДА

05.05 12.35 13.25 15.05 17.15 03.30 «БРАТСТВО ДЕСАНТА». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 «ОШИБКА РЕЗИДЕНТА». (12+)
18.00 «Битва оружейников». (16+)
22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
23.15 «Двенадцать кремлей России». (12+)
23.45 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (12+)

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 15.00 «СНАЙПЕРЫ: ЛЮБОВЬ ПОД ПРИЦЕЛОМ». (16+)
12.00 «Территория успеха». (12+)
12.30 «Полицейский вестник». (12+)
12.45 18.00 «Депутатский журнал». (12+)
13.00 16.30 «СВАТЫ 2». (16+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
17.30 04.00 «Открытая наука». (12+)
18.15 «Эксперт». (12+)
18.30 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 «Футбол губернии». (12+)
23.00 «УЛИЧНЫЕ ТАНЦЫ 2». (16+)
Уличный танцор Эш жаждет реванша за проигрыш на конкурсе Streetdance и хочет собрать команду, которой не будет равных.

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

06.00 «Игра миллионов» (12+)
06.30 «Наши иностранцы». (12+)
07.00 08.30 14.40 Новости
07.05 19.15 00.00 Все на Матч! Чемпионат России. Индивидуальная гонка
10.25 «Легендарные клубы». (12+)
11.25 Спецрепортаж. (12+)
13.25 «Есть тема!»
14.45 Футбол. «Краснодар» - «Динамо» (Москва). FONBET Кубок России
17.00 Футбол. «Пари НН» - «Спартак». Кубок России
19.30 Футбол. «Милан» (Италия) - «Ньюкасл» (Англия). Лига чемпионов
21.45 Футбол. ПСЖ (Франция) - «Боруссия» (Германия). Лига чемпионов
00.55 Футбол. «Манчестер Сити» (Англия) - «Црвена Звезда» (Сербия). Лига чемпионов.
02.55 Борьба. Чемпионат мира. Транслация из Сербии. (12+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА

06.00 Регби. Чемпионат России. (12+)
07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
07.55 15.25 Борьба. Чемпионат мира. (12+)
08.25 «Громко». (12+)
09.10 21.25 Неделя КХЛ. (12+)
10.05 11.00 03.20 04.15 Пляжный волейбол. Кубок столетия. 1/2 финала. (0+)
11.55 02.50 «Мой первый тренер». (12+)
12.15 16.00 22.20 05.10 Спецрепортаж. (12+)
12.30 21.00 География спорта. (12+)
13.05 13.30 14.00 14.25 01.00 01.25 01.55 02.20 Баскетбол Звз. Кубок России. (6+)
14.55 Здоровый образ. (12+)
16.20 Смешанные единоборства. (16+)
17.20 19.15 Летний биатлон. Чемпионат России. (0+)
22.40 «Есть тема!» (16+)
23.45 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000

06.10 «ТАЙНА 7 СЕСТЁР». (16+)
08.25 «ИСХОДНЫЙ КОД». (16+)
10.10 «ЛУЧШЕЕ ВО МНЕ». (12+)
12.35 «КЛЯТВА». (16+)
14.40 «ТИХАЯ ГАВАНЬ». (12+)
17.00, 17.55 «ПРАВОСУДИЕ». (16+)
18.45 «МОЙ МАЛЫШ». (16+)
Комедия, Великобритания, США, Франция, 2002 г.
20.45 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
Романтическая комедия, США, 2000 г.
23.15 «МОШЕННИКИ». (12+)
США, Франция, 2002 г.
01.10 «ЛИЦА В ТОЛПЕ». (16+)
02.45 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+)
04.05 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
06.20 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
06.45 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
07.20 «ГЛАВНЫЙ». (6+)
09.35 «КОРОЛЕВ». (12+)
12.05 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (6+)
14.55 «ПАЛЬМА». (6+)
17.00, 18.00 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
18.55 «СПУТНИК». (16+)
21.05 «ЗВЕЗДНЫЙ РАЗУМ». (16+)
23.00 «МИРА». (16+)
01.15 «МАЙОР ГРОМ: ЧУМНОЙ ДОКТОР». (16+)
03.30 «ЗАЩИТНИКИ». (12+)
04.55 «Гуси-Лебеди». Мультфильм. (6+)
05.10 «Мой додыр». Мультфильм. (6+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

05.25 «Бука. Моё любимое чудовище». Мультфильм. (6+)
07.00 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
08.35 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
10.00 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
11.15 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
13.00 «СВАТЫ». (16+)
20.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
Сериал. Россия, 2018 г. В ролях: Константин Юшкевич, Илья Шляга
00.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
02.05 «ИГРА». (16+)
03.45 «ДУХLESS-2». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшлики». Мультсериалы. (0+)
16.10, 16.30, 17.00, 17.30 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)
18.00, 19.00, 20.10, 21.10 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)
22.20 Богиня. (16+)
23.30 Суббота News 2023. (16+)
23.40 Моя жена рулит. (16+)
00.50 Кулинарные детективы. (16+)
01.50 «ВО ИМЯ ЛЮБВИ». (16+)
02.40, 03.20 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
Сериал. Турция, 2019 г.
04.10 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
05.55 «ДВА БОЙЦА». (6+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 В поисках Бога. (6+)
11.05 Расскажи мне о Боге. (6+)
11.40, 01.15 Профессор Осипов. (0+)
12.15 Простые чудеса. (12+)
13.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
13.40, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Родовая песня. (0+)
15.45 Вишнёвка. Женское подворье. (0+)

16.00 «ОЧЕНЬ ВАЖНАЯ ПЕРСОНА». (12+)
17.25 «НЕОПРАВЛЕННОЕ ПИСЬМО». (0+)
19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
21.30 Родовая песня. (0+)
22.15 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
22.50 Служба спасения семьи. (16+)
23.50 День Патриарха. (0+)
00.05 Оптинский скит. Неугасимый свет старчества. (0+)
00.35 Простые чудеса. (12+)
01.45 Парсуна. С Владимиром Легкойдой. (6+)
02.30 Знак равенства. (16+)
02.45 Святые воины. Александр Пересвет и Родион Ослябя. (6+)
03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

19 сентября
Седмица 16-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Воспоминание чуда Архистратига Михаила, бывшего в Хонех (Колоссах).



Мчч. Евдоксия, Зинова и Макария. Мчч. Ромила и с ним многих. Прп. Архиппа. Мчч. Кириак, Фавста пресвитера, Авива диакона и с ними 11 мучеников. Сщмч. Кирилла, еп. Гортинского. Прп. Давида. Сщмч. Димитрия пресвитера. Сщмчч. Иоанна и Всеволода пресвитеров. Киево-Братской и Арапетской икон Божией Матери.

Поста нет.

«...Все совершай во имя Господне, и все у тебя будет благоуспешно. Что ни запечатлеешь именем Божиим, все выйдет счастливо. Если оно изгоняет демонов, устраняет болезни, то тем более облегчает совершение дел.»

Свт. Иоанн Златоуст

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Лайкер. (16+)
06.00 Муз'итив. (16+)
06.40 PRO-новости. (16+)
07.00 Лайкер. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Dance chart. (16+)
10.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
12.00 Юмор FM чарт. (16+)
13.00 Хиты по-русски. (16+)
14.00 Новое радио. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)

15.20 В десятку! (16+)
16.00 Приехали! (16+)
16.30, 17.00 Ждите ответа. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Русский чарт. (16+)
19.20 Хит-Сториз. (16+)
20.00 Лайкер. (16+)
22.00 Спасите наши уши! Песни-вирусы. (16+)
23.00 PRO-новости. (16+)
23.20 Плейлист. (16+)
00.20 Хиты по-русски. (18+)
01.30 Лайкер. (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.05 «ПОДАЛЬШЕ ОТ ТЕБЯ». (16+)
04.10 «ДЕНЬ ГОРОДА». (16+)
05.40 «СТОП-КРАН». (12+)
07.30 «ИСПАНСКИЙ АНГЛИЙСКИЙ». (12+)
10.00 «ДОСПЕХИ БОГА». (16+)
11.35 «ДОСПЕХИ БОГА: ОПЕРАЦИЯ ЯСТРЕБ». (12+)
13.35 «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
15.45 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА!». (12+)
17.35 «НАЧНИ НАЧАЛА». (16+)
19.30 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (12+)
21.25 «ИГРА В ЧЕТЫРЕ РУКИ». (16+)
Комедия, Италия
23.35 «ТАНЦЫ НА ВЫСОТЕ». (12+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.00 Мультфильмы. (0+)
07.10 «ДОСТОЯНИЕ РЕСПУБЛИКИ». (12+)
09.45 «МЫ ИЗ ДЖАЗА». (12+)
11.20 «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ». (12+)
13.05 «ОТВЕТНЫЙ ХОД». (12+)
14.40 «ГУСАРСКАЯ БАЛЛАДА». (12+)
16.25 «АФОНЯ». (16+)
18.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-9». (16+)
19.45 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». (16+)
21.30 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (18+)
23.20 «ВИЙ». (12+)
00.45 «ИДИОТ». (16+)
02.40 «СТО ГРАММ ДЛЯ ХРАБРОСТИ». (12+)
03.50 «НЕБЕСНЫЕ ЛАСТОЧКИ». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ТАНЦЫ НА УГЛЯХ». (16+)
Сериал. Авантюрная мелодрама, Россия, 2013 г.
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «Я ТЕБЯ НЕ БОЮСЬ!» (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+)
Сериал. Россия, 2002 г. В ролях: Нодар Мгалоблишвили, Сергей Бехтерев, Ксения Раппопорт, Игорь Лифанов, Светлана Смирнова

СТC LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
08.00 «Винни-Пух и день забот». Мультфильм. (0+)
08.20 «Крылатый, мохнатый да масляный». Мультфильм. (0+)
08.30 «Ералаш». (0+)
09.05 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
15.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
17.55 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
Сеня изобретает способы скрыть от друга и от Марины потерю денег...
19.55 «ВОРОНИНЫ». (16+)
22.55 «МОЛОДЕЖКА». (12+)
01.15 Дашё молодёжь! (16+)
Скетч-шоу.
04.10 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПЕРВЫЙ



05.00 «Доброе утро»

- 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 Премьера. «Давай поженемся!». (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 Информационный канал. (16+)
19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «УГРЮМ-РЕКА». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 Подкаст Лаб. (16+)

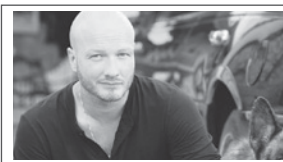
РОССИЯ 1



21.20 «СПАСКАЯ: НОВЫЕ СЕРИИ». (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 «Наши». (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «СПАСКАЯ: НОВЫЕ СЕРИИ». (16+)
В горном кемпинге погибает директор транспортной компании Елизавета Карпучина. Перед смертью она успевает произнести, что её столкнули со скалы...
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
03.45 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)

НТВ



08.25 «ПЁС». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.50 «За гранью». (16+)
17.55 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
22.15 «НАПАРНИКИ». (16+)
Титов вместе со стажерами расследуют серию ограблений «золотой молодежи». Комаров пытается упрочить положение в отделе...
23.35 «Сегодня»
00.00 «НАПАРНИКИ». (16+)
00.55 «ВИРУС». (16+)
02.30 «ГЛАЗА В ГЛАЗА». (16+)

СТС



22.40 «РУСАЛКА И ДОЧЬ КОРОЛЯ». (12+)

- 06.55 «Мультфильмы». (0+)
07.40 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
08.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (16+)
09.00 Уральские пельмени. (16+)
10.10 «Фиш и Чип. Вредные друзья». (6+)
12.05 «Братья Медведи. Тайна трёх миров». (6+)
13.45 «ВОСТОЧНЫЙ ВЕТЕРАН-4: ЛЕГЕНДА О ВОЙНЕ». (12+)
16.00 «ВОСТОЧНЫЙ ВЕТЕРАН-5: ВЕЛИКИЙ УРАГАН». (12+)
18.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (16+)
20.00 «ПИРАТЫ КАРИБСКОГО МОРЯ: НА СТРАННЫХ БЕРЕГАХ». (12+)
22.40 «РУСАЛКА И ДОЧЬ КОРОЛЯ». (12+)
00.35 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА». (12+)
02.30 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)

ТНТ



21.00 «ПЕРВОКУРСНИЦЫ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
09.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
16.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
19.30 «ИВАНЬКО». (16+)
Алла Сергеевна так хочет выведать подробности личной жизни Вали, что перебарщивает с инициативой. Макар пытается решить проблемы в бизнесе, но сталкивается с очень непростым чиновником.
21.00 «ПЕРВОКУРСНИЦЫ». (16+)
В студенческом клубе Хэллоуин-вечеринка, и Жанна, конечно же, не может ее пропустить.
22.00 «Однажды в России». (16+)
23.00 «ПРАБАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
00.55 «Импровизация. Команды». (16+)
02.30 «Студия «Союз». (16+)
04.55 «Импровизация». (16+)

РЕН



20.00 «ЛЮДИ ИКС: АПОКАЛИПСИС». (12+)

- 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 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 03.00 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «ЛЮДИ ИКС: АПОКАЛИПСИС». (12+)
22.50 «Смотреть всем!». (16+)
00.30 «БУДЬ МОИМИ ГЛАЗАМИ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
06.20 Пятница News. (16+)
07.00 Кондитер. (16+)
08.20 Кулинарные детективы. (16+)
09.20 Черный список. (16+)
10.10 Пьющий офис. (16+)
11.20 Адский шеф. (16+)
14.40 На ножах. (16+)
19.00 Адский шеф. (16+)
21.40 Битва шефов. (16+)
00.00 «СТО ДНЕЙ ПОСЛЕ ДЕТСТВА». (18+)
01.30 Пятница News. (16+)
01.50 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
03.20 Инсайдеры. (16+)
04.10 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.15 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
Прямиком из Рио-де-Жанейро, где жизнь похожа на бразильский карнавал. Жадя приходится отправиться на ближний восток, где каждый шаг должен соответствовать строгим правилам.
11.05 «Беременная в 16». (16+)
12.40 «Супермама». (16+)
16.55 «Беременная в 16». (16+)
20.00 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Я стесняюсь своего тела». (18+)
02.00 «Измены». (18+)
03.45 «КЛОН». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
07.30 Дорожные войны. (16+)
08.30 Улётное видео. (16+)
10.00 «СОЛДАТЫ-9». (12+)
11.00 «СОЛДАТЫ-10». (12+)
17.00 Улётное видео. (16+)
20.00 Решала. (16+)
21.00 Охотники. (16+)
22.00 Заступницы. (16+)
00.00 Опасные связи. (18+)
02.45 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
04.20 Невероятные истории. (16+)
05.45 Дорожные войны 2.0. (16+)

МИР

- 05.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
06.40, 00.35 Наше кино. (16+)
07.10 «МЭРИ ПОППИНС, ДО СВИДАНИЯ». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.40 Новости
10.10, 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
11.05, 14.10, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
12.00, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.40 Мировое соглашение. (16+)
18.50 Игра в кино. (16+)
21.40 Назад в будущее (16+)
22.30 Всемирные игры разума. (16+)
23.05 «ДОБРЯКИ». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 ОТражение
10.10 11.30 20.25 03.40 «ФАРЦА». (16+)
12.30 «Академики». (12+)
13.10 14.05 18.00 ОТражение. Томская область
15.10 «ДВОРЯНСКОЕ ГНЕЗДО». (12+)
17.00 «Открытая наука». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
22.20 «ДЯДЯ ВАНЯ». (12+)
00.00 «Коллеги». (12+)
00.55 ОТражение. Томская область. Главное.
05.30 «Книжные аллеи. Адреса и строки». (12+)

ПОБЕДА

- 05.05 «Путь к Победе». (16+)
06.00 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
07.45 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
09.10 «МОЛЧАНИЕ». (18+)
13.00 «ЗОРГЕ». (16+)
Фильм о жизни и работе советского разведчика Рихарда Зорге. Работая корреспондентом влиятельной немецкой газеты в Токио, он имел доступ к ценнейшей информации в кругах немецких дипломатов. Его блестящее умение общаться с людьми давало возможность получать секретную военную информацию.
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «30Я». (16+)
02.40 «72 ЧАСА». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Йоко», «Фиксики», «Три кота», «Маша и Медведь». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+)
07.30 «Петроникс». (0+)
08.05 «ВИП петс». (6+)
08.25 «Долина Муми-троллей». (0+)
09.15 «Кошечки-собачки». (0+)
10.15 «Суперкрылья». (0+)
10.45 «Все, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)
11.15 «Волшебная кухня». (0+)
12.30 «Петроникс». (0+)
12.50 «Инфинити Надю». (6+)
13.05 «Дикие скричеры!» (6+)
13.30 «Диностер». (6+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.15 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
15.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
16.05 «Клуб Винкс». (6+)
17.00 «Ум и Хрум». (0+)
18.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
18.15 «Геройчики». (0+)
19.10 «Лунтик». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Сказочный патруль». (0+)
22.00 «Мотофайтеры». (6+)
22.30 «Фьюжн Макс». (6+)
22.50 «КЛАСНАЯ ШКОЛА». (6+)
23.45 «38 полуцаев». (0+)
00.25 «Барбоскины». (0+)
01.20 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТОМА СОЙЕРА И ГЕКЛЬБЕРРИ ФИНА». 3 серия. (0+)
02.30 «Давайте рисовать!» (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Малышарики идут в детский сад». (0+)
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 «Барбоскины». (0+)
08.25, 13.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Сказочный патруль». (0+)
09.30 «Простоквашино». (0+)
10.00, 14.00, 17.30 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00 «Кошечки-собачки». (0+)
11.00, 02.00 «Лео и Тиг». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)
15.00 «Мотофайтеры». (6+)
15.25 «Геройчики». (0+)
17.00 Друзья на все времена. «Тигрёнок». (0+)
18.00 «Морики Дорики». (0+)
18.25, 03.00 «Лунтик». (0+)
20.25 «Маша и Медведь», «Машкины страшилки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.00 «Смешарики. Пин-код». (0+)
21.25 «Геройчики. Жаркий четверг». (0+)
22.00 «СУПЕР 10». (6+)
22.30 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
23.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
23.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
00.00 «Дракоша Тоша». (0+)
00.25 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
01.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
01.25 «Буба». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

HISTORY!

- 00.00 «ПРИКАЗ «УНИТОЖИТЬ». (16+)
01.35 Корушка для фронта. (12+)
02.25 Сыны России. (12+)
03.00 Великие живописцы. (12+)
04.00 Профилактика на канале с 04.00 до 10.00
10.00 Артековский закат. (12+)
10.55 Пешком по Москве. (6+)
11.10 Пётр Рычков. Пещера для Колумба. (12+)
11.35 Исторические города Британии. (12+)
12.25 Книжные аллеи. (12+)
12.55 Судьба одного химика. (12+)
13.45, 14.05 В поисках утраченного искусства. (12+)
14.30 Народный фронт Победы. (12+)
15.00 Чудеса. Путешествие по Италии. (12+)
16.00 Не квартира - музей. (12+)
16.10 Пешком в историю. (12+)
16.45 Россия научная. Великие имена. (12+)
17.05 Историкограф. (12+)
17.50, 19.50 Семь дней истории. (12+)
18.00, 18.25 Морской узел. (12+)
18.55 История одной фотографии. (6+)
19.10 Непокорённые. (12+)
20.00 Будьте готовы! (12+)
20.55 Недопианные мемуары. (12+)
21.55 Крымская победа Василия Долгорукова. (12+)
22.50 Обыкновенная история. (6+)
23.00 Подлинная история Д'Артыяна. (12+)

HISTORY

- 06.00, 06.55 Первая мировая. (16+)
07.55 Тутанхамон: последняя выставка. (12+)
09.20, 10.20 Сокровища Европы. (12+)
11.20 История Матери-Земли. (12+)
12.20 Загадка троянского коня. (12+)
13.20, 13.50, 14.20, 14.50 Перевал Дятлова: охотники за правдой. (16+)
15.20 Короли Африки. (12+)
16.15 Неизвестная Италия: Матера город из камня. (12+)
17.50, 18.55 Легенды Европы. (12+)
Красочный сериал, который знакомит зрителей с миром древних легенд Европы. Пираты, чудовища и тролли. Привидения, наводящие ужас на жителей старинных замков, и заколдованные принцессы. Невероятное путешествие сквозь пространство и время.
20.00, 20.25, 20.55, 21.25 Перевал Дятлова: охотники за правдой. (16+)
22.00, 23.00 Первая мировая. (16+)
00.05, 01.05 Сокровища Европы. (12+)
02.00 История Матери-Земли: тайны богини Геи. (12+)
02.50 Загадка троянского коня. (12+)
03.45, 04.10, 04.35, 05.05 Перевал Дятлова: охотники за правдой. (16+)
05.30 Древняя история Сибири. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 12.35, 18.20, 23.50 О самом главном. Целебная сила хвоя. (12+)
06.50 Теледоктор. (12+)
07.50, 08.15, 11.35, 12.05, 14.30, 14.55, 17.20, 17.50, 21.55, 22.25, 00.50, 01.15 Будь в тонусе! (12+)
08.45 О самом главном. Диета для гипертоников. (12+)
09.40 Большой скачок. Стресс. (12+)
10.10 Большой скачок. Как не потерять память. (12+)
10.40, 11.05 Психи. (12+)
13.35 Скажите, доктор! Гепапатит С. (12+)
14.05 Скажите, доктор! Хронический тонзиллит. (12+)
15.25 О самом главном. (12+)
16.20 Медицинский репортёр. (12+)
16.50 InVivo. Дислексия. (12+)
19.15, 05.15 Медицинский квест. ПМС. (12+)
20.05, 02.30 На приёме у Михаила Лабковского. Таблетка от ревности. (12+)
20.30, 02.55 На приёме у Михаила Лабковского. Любовь, семья и дети. Лучшее. (12+)
21.00 О самом главном. Глаукома. (12+)
22.55, 03.25, 23.25, 03.50 На приёме у Михаила Лабковского. (12+)
01.40 Медицинский квест. Долголетие. (12+)
04.20, 04.45 Еда здорового человека. (12+)

РОССИЯ К
Культура



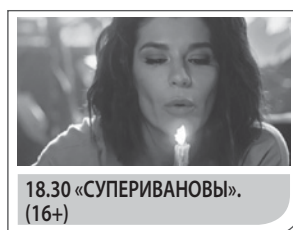
- 10.15 «Наблюдатель»
- 06.35 «Пешком...»
- 07.15 15.10 «Шенонсо»
- 08.15 «Жизнь и судьба»
- 08.35 23.30 «Первые в мире»
- 08.50 «ОЛЬГА СЕРГЕЕВНА»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.35 XX век
- 13.00 Искусственный отбор «СОБАКА БАСКЕРВИЛЕЙ»
- 13.45 «СОСЛУЖИВЦЫ»
- 15.05 23.25 «Три минуты тишины»
- 16.10 «Невесомая»
- 17.15 «Библейский сюжет»
- 17.40 01.35 XVII международный конкурс имени П.И. Чайковского «Вначале было дело...»
- 19.00 «Главная роль»
- 19.45 «Правила жизни»
- 20.05 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 «С любимыми не расставайтесь». Памяти Сергея Пускепалиса
- 21.35 Власть факта
- 22.20 «СОСЛУЖИВЦЫ»
- 23.45 «Легендарные замки»

ТВЦ



- 22.35 «Хватит слухов!» (16+)
- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.45 «МОЖЕТЕ ЗВАТЬ МЕНЯ ПАПОЙ». (12+)
- 10.55 «Актёрские судьбы». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «СМЕРТЕЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ». (16+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 17.50 22.00 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «КОТЕЙКА». (12+)
- 16.55 «Закулисные войны. Эстрада». (16+)
- 18.15 «ТАНЦЫ НА УГЛЯХ». (12+)
- 22.35 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.05 Хроники московского быта. (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Дорогие товарищи. Циркач». (16+)
- 01.25 «Знак качества». (16+)
- 02.05 «Жаклин Кеннеди». (12+)
- 03.25 «КОТЕЙКА». (12+)
- 04.55 «Актёрские судьбы». (12+)

ТВ-3



- 18.30 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 06.30 «МИСТЕР ОШИБКА». (16+)
- 08.15 «Слепая». (16+)
- 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 09.30 Гадалка. (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 «Старец». (16+)
- 15.00 Гадалка. (16+)
- 16.45 «Слепая». (16+)
- 18.30 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 20.30 «ЗАКЛЮЧЕНИЕ». (16+)
- В лесополосе найдено тело молодой женщины. В жестоком убийстве подозревается больной ВИЧ наркоман.
- 22.45 «СИНЯЯ БЕЗДНА: НОВАЯ ГЛАВА». (16+)
- 00.30 «ИМПЕРАТРИЦА КИ». (16+)
- 01.30 «МИСТЕР ОШИБКА». (18+)
- 03.00 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
- 08.30 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 00.20 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «Преступления страсти». (16+)
- 19.00 «ФАРФОРОВОЕ СЧАСТЬЕ». (16+)
- 23.15 «Понять. Простить». (16+)
- 01.20 «Знахарка». (16+)
- 01.45 «Верну любимого». (16+)
- 02.15 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.40 Тест на отцовство. (16+)
- 04.20 «Преступления страсти». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
- 09.30 13.30 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 17.30 02.40 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «СВОИ-6». (16+)
- 22.20 «СВОИ-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СВОИ-5». (16+)
- 03.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 05.10 12.45 13.25 15.05 17.15 03.30 «БРАТСТВО ДЕСАНТА». (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 «СУДЬБА РЕЗИДЕНТА». (12+)
- 20.10 «Секретные материалы». (16+)
- 22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.15 «Двенадцать кремлей России». (12+)
- 23.45 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «СНАЙПЕРЫ: ЛЮБОВЬ ПОД ПРИЦЕЛОМ». (16+)
- 12.00 18.00 00.45 03.00 «От 7 до 17». (12+)
- 12.30 22.30 «Футбол губернии». (12+)
- 13.00 16.30 «СВАТЬИ 2». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «Открываем Воронеж». (12+)
- 14.45 «В тени чемпионов». (12+)
- 15.00 «ФРОНТ». (16+)
- 17.30 03.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.30 «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 01.15 «Формула здоровья». (12+)
- 20.30 «Территория успеха». (12+)
- 23.00 «ГЕНЕРАЛ ДЕ ГОЛЛЬ». (12+)
- 01.45 «Полицейский вестник». (12+)
- 04.00 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

- 06.00 14.10 «Игра миллионов». (12+)
- 06.30 «Голевая неделя. РФ». (6+)
- 07.00 10.00 12.50 14.40 Новости
- 07.05 19.15 00.00 Все на Матч!
- 10.05 12.30 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 «Легендарные клубы». (12+)
- 11.25 Футбол. Лига чемпионов. Обзор. (6+)
- 12.55 «Есть тема!»
- 14.45 Футбол. ЦСКА - «Сочи». FONBET Кубок России
- 17.00 Футбол. «Ахмат» (Грозный) - «Зенит» (Санкт-Петербург). Кубок России
- 19.30 Футбол. «Реал» - «Унион». Лига чемпионов
- 21.45 Футбол. «Бавария» (Германия) - «Манчестер Юнайтед» (Англия). Лига чемпионов
- 00.55 Футбол. «Арсенал» (Англия) - ПСВ (Нидерланды). Лига чемпионов. (6+)
- 02.55 Борьба. Чемпионат мира. (12+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА

- 06.00 19.15 02.25 Смешанные единоборства. (16+)
- 07.35 16.00 22.20 05.10 Спецрепортаж. (12+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 15.25 Борьба. Чемпионат мира. (12+)
- 08.25 «Жесткий спорт» (12+)
- 09.45 «Мой первый тренер». (12+)
- 10.05 11.00 03.20 04.15 Пляжный волейбол. (0+)
- 12.15 Лица страны. (12+)
- 12.30 20.55 География спорта. (12+)
- 13.05 Регби. Кубок России. Финал. (12+)
- 14.55 «Магия большого спорта». (12+)
- 16.20 «Мы знаем, что они делали этим летом». (12+)
- 16.40 Автоспорт. (6+)
- 17.35 «Вы это видели». (12+)
- 18.30 «Небесная грация» (0+)
- 18.45 «Спортивный интерес». (12+)
- 22.40 «Есть тема!» (16+)
- 23.45 01.10 Летний биатлон. Чемпионат России. (0+)
- 05.30 Здоровый образ. (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 Лайкер. (16+)
- 06.00 Муз'итив. (16+)
- 06.40 PRO-новости. (16+)
- 07.00 Лайкер. (16+)
- 08.15 Тееп чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 10.00 Плейлист. Осень. (16+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Чарт Золотой граммофон Русского Радио. (16+)
- 13.00 Хиты по-русски. (16+)

- 14.00 Top-15 Like FM. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Битва фанклубов. (16+)
- 17.00 Лайкер. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 WEB чарт. (16+)
- 19.20 Top-30. (16+)
- 22.00 Почём видос? (16+)
- 23.00 PRO-новости. (16+)
- 23.20 Стартперы. (16+)
- 23.55 Муз'итив. (16+)
- 01.30 Top-30. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000

- 05.35 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
- 07.00 «МОШЕННИКИ». (12+)
- 08.55 «МОЙ МАЛЫШ». (16+)
- 10.50 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
- 13.20 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+)
- 15.05 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ». (16+)
- 17.00, 17.55 «ПРАВОСУДИЕ». (16+)
- 18.45 «СЕМЬ ЛЕТ В ТИБЕТЕ». (16+)
- 21.30 «ЛЕГЕНДЫ ОСЕНИ». (16+)
- 00.10 «ТРАНСФОРМЕРЫ». (12+)
- 02.35 «ТРАНСФОРМЕРЫ: МЕСТЬ ПАДШИХ». (16+)
- 04.50 «ТРАНСФОРМЕРЫ-3: ТЁМНАЯ СТОРОНА ЛУНЫ». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ

- 05.30 «Пин-код». «Фиксики». Мультсериалы. (6+)
- 07.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 08.25 «ЗВЕЗДНЫЙ РАЗУМ». (16+)
- 10.25 «СПУТНИК». (16+)
- 12.35 «ЗАЩИТНИКИ». (12+)
- 14.15 «МАЙОР ГРОМ: ЧУМНОЙ ДОКТОР». (16+)
- 17.00, 17.55 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 18.50 «ТАНЦЫ НАСМЕРТЬ». (12+)
- 20.55 «СМЕРТЕЛЬНЫЕ ИЛЛЮЗИИ». (12+)
- 23.05 «МАФИЯ: ИГРА НА ВЫЖИВАНИЕ». (16+)
- 00.55 «ВАРТАРЬ ГАЛАКТИКИ». (6+)
- 02.50 «ЧЕРНАЯ МОЛНИЯ». (6+)
- 04.30 «Дикие лебеди». Мультфильм. (6+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.25 «АФЕРА ПО-ГОЛЛИВУДСКИ». (16+)
- 03.50 «СВАДЬБА ЛУЧШЕГО ДРУГА». (12+)
- 05.40 «ГУДЗОНСКИЙ ЯСТРЕБ». (16+)
- 07.30 «БУМЕРАНГ». (16+)
- 09.35 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (12+)
- 11.25 «НЕВЕЗУЧИЕ». (16+)
- 13.15 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)
- 15.35 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (12+)
- 17.35 «ЦЫПОЧКА». (16+)
- 19.30 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
- 21.05 «МАЛАВИТА». (16+)
- 23.10 «ПЛУБЖЕ!» (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 05.55, 06.45 Мультфильмы. (0+)
- 06.25 Мультфильм. (6+)
- 07.05 «КО МНЕ, МУХТАР!» (12+)
- 08.40 «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ». (12+)
- 10.25 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)
- 13.05 «ПО ГЛАВНОЙ УЛИЦЕ СОРКЕСТРОМ». (12+)
- 14.50 «Ты - мне, я - тебе». (12+)
- 16.25 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (12+)
- 18.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-9». (16+)
- 19.45 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (12+)
- 21.30 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (12+)
- 23.15 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+)
- 01.05 «ВЕРТИКАЛЬ». (12+)

ДОМ КИНО

- 05.40 «Пинокио. Правдивая история». Мультфильм. (6+)
- 07.15 «Алеша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (12+)
- 08.45 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
- 10.10 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
- 11.40 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 13.00 «СВАТЫ». (16+)
- 20.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 00.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- Сериал. Россия, 2015-2017 гг.
- 02.05 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.15 «ПИТЕР FM». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ТАНЦЫ НА УГЛЯХ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2008-2012 гг.
- 12.00, 20.00, 04.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «Я ТЕБЯ НЕ БОЮСЬ!» (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
- Сериал. Мелодрама, детектив, Россия, 2019 г. В ролях: Любовь Толкалина, Александр Лазарев мл., Юрий Батурич, Олег Алмазов
- 15.00, 23.00, 07.00 «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+)

СУББОТА! СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 16.10, 16.30, 17.00, 17.30 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 18.00, 19.00, 20.10, 21.10 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)
- 22.20 Богиня. (16+)
- 23.25 Суббота News 2023. (16+)
- 23.40 Моя жена рулит. (16+)
- Первое кулинарное шоу, где жёны управляют мужьями на кухне.
- 00.40 Кулинарные детективы. (16+)
- 01.30, 02.20, 03.10 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- 03.50 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00, 00.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 05.50 «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ». (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30, 22.30 Святые воины. Александр Пересвет и Родион Ослябя. (6+)
- 11.05 В поисках Бога. (6+)
- 11.40, 02.00 Расскажи 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 Оптинский скит. Неугасимый свет старчества. (0+)
- 15.35 Люди Донбасса. Иностранцы. (12+)
- 15.55 «НЕОТПРАВЛЕННОЕ ПИСЬМО». (0+)
- 18.00 Всеночное бдение. Прямая трансляция. (0+)
- 20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 23.00 День Ангела. Благочестивый князь Димитрий Донской. (0+)
- 23.30, 02.45 Святые воины. Димитрий Донской. (6+)
- 00.15 «Свое» с Андреем Даниленко. (6+)
- 00.45 Двенадцать. (16+)
- 01.15 Сергей Радонский. Земное и небесное. (0+)
- 02.30 Вишневка. Женское подворье. (0+)
- 03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

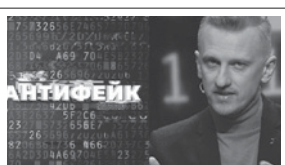
20 сентября
Седмица 16-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Предпразднство Рождества Пресвятой Богородицы. Мч. Созонта.



Свт. Иоанна, архиеп. Новгородского. Прмч. Макария Каневского, архим. Овручского, Переяславского. Прп. Макария Оптинского. Апп. от 70 Евода и Онисифора. Мч. Евпсихия. Прп. Луки. Прпп. Александра Пересвета и Андрея Ослябя. Прп. Серапиона Спасоелезаровского, Псковского. Сщмчч. Петра и Михаила пресвитеров. Сщмчч. Евгения, митр. Горьковского, и с ним Стефана пресвитера и прмчч. Евгения, Николая и Пахомия. Сщмчч. Григория, Василия пресвитеров, прмчч. Льва.

Постный день.
« Дела служения своего исполняй благообразно и тщательно, как служащий Христу». Свт. Василий Великий

ПЕРВЫЙ



09.20 «АнтиФейк». (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 Премьера. «Давай поженемся!». (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 Информационный канал. (16+)
19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «УГРЮМ-РЕКА». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



21.20 «СПАСКАЯ: НОВЫЕ СЕРИИ». (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 «Наши». (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «СПАСКАЯ: НОВЫЕ СЕРИИ». (16+)
Рано утром Спаская получает от своей сестры Киры тревожное сообщение. Кира подозревает, что за ней следят. Сама Кира ушла из дома вечером и не выходит на связь.
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
03.45 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)

НТВ



08.25 «ПЁС». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.50 «За гранью». (16+)
17.55 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
22.15 «НАПАРНИКИ». (16+)
Рядом с ночным клубом находят тело Ильи Рыжова, в крови которого эксперт обнаруживает еще и следы клофелина.
23.35 «Сегодня»
00.00 «НАПАРНИКИ». (16+)
00.55 «Поздняков». (16+)
01.05 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
01.55 «ГЛАЗА В ГЛАЗА». (16+)

СТС



07.40 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.55 «Мультфильмы». (0+)
07.40 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
08.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (16+)
09.00 Уральские пельмени. (16+)
10.20 Премьера! «Огрики». (6+)
12.05 «МОЙ ДРУГ ДЕЛЬФИН ЭХО». (12+)
14.00 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ДИНОЗАВР». (6+)
15.55 «ЗАКОЛДОВАННАЯ ПЕЩЕРА». (16+)
18.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (16+)
20.00 «ПИРАТЫ КАРИБСКОГО МОРЯ: МЕРТВЕЦЫ НЕ РАССКАЗЫВАЮТ СКАЗКИ». (16+)
22.35 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА: ПЛЕМЯ ИЗГОЕВ». (16+)
01.15 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА-2». (12+)
03.20 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)

ТНТ



16.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
09.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
16.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
19.30 «ИВАНЬКО». (16+)
Валя пытается помирить Макара и Елисея, используя психологию. Но выбирает для «тренинга» очень неудачное место.
21.00 «ПЕРВОКУРСНИЦЫ». (16+)
Коля устраивает Насте сюрприз - привозит на выходные сыновей из армии. Всей семьей они идут в боулинг. Хотя неожиданно семья увеличивается еще на одного «сына» - Данилу.
22.00 «Однажды в России». (16+)
23.00 «БАБКИ». (16+)
00.10 «РОДИТЕЛИ СТРОГО РЕЖИМА». (12+)
01.50 «Импровизация. Команды». (16+)
03.30 «Студия «Союз». (16+)
05.00 «Импровизация». (16+)

РЕН



20.00 «ПАССАЖИРЫ». (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 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Неизвестная история». (16+)
17.00 03.20 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «ПАССАЖИРЫ». (16+)
22.15 «Смотреть всем!». (16+)
00.30 «КРИО». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
06.20 Пятница News. (16+)
07.00 Кондитер. (16+)
08.20 Кулинарные детективы. (16+)
09.20 Черный список. (16+)
11.00 Сердце Клавы. (16+)
13.40 Четыре свадьбы. (16+)
19.00 Новые Пацанки. (16+)
22.30 Тревел-баттл. (16+)
00.00 «НЕЖНЫЙ ВОЗРАСТ». (18+)
01.50 Пятница News. (16+)
02.20 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
03.40 Инсайдеры. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
8-летняя Ойку сильно отличается от сверстников - она умна не по годам. Мать девочки умерла при родах, воспитанием ребенка полностью занимается тетя Зейнеп. Но однажды единственная родная душа Ойку бесследно исчезает.
11.00 «Беременная в 16». (16+)
12.30 «Супермама». (16+)
16.50 «Чудо из ада». (12+)
20.00 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Я стесняюсь своего тела». (18+)
01.55 «Измены». (18+)
03.40 «КЛОН». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
Программа «Дорожные войны 2.0» - это своеобразный хит-парад приключений на дороге, которые, увы, не всегда бывают приятными.
07.30 Дорожные войны. (16+)
08.30 Улётное видео. (16+)
10.00 «СОЛДАТЫ-10». (12+)
17.00 Улётное видео. (16+)
20.00 Охотники. (16+)
22.00 Заступницы. (16+)
00.00 Опасные связи. (18+)
02.45 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)

МИР

- 07.05 Мультфильмы. (6+)
08.50 Рожденные в СССР. Арно Бабаджанян. (16+)
09.20 Независимость. Миссия выполнима. (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.15 Новости
10.10, 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
11.05, 14.10, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
12.00, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.40 Мировое соглашение. (16+)
18.50 Игра в кино. (16+)
21.40 Назад в будущее (16+)
22.30 Всемирные игры разума. (16+)
23.05 «СУЕТА СУЕТ». (16+)
00.40 Наше кино. (16+)
01.05 «НЕКОНДИТ». (16+)
02.30 «(Не)Фантастика. (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 13.10 14.05 18.00 Отражение
10.10 11.30 20.25 03.40 «ФАРЦА». (16+)
12.30 «Свет и тени». (16+)
15.10 «ДЯДЯ ВАНЯ». (12+)
16.50 «Икар и мудрецы». (0+)
17.00 «Формула здоровья». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
22.20 «РОМАНС О ВЛЮБЛЕННЫХ». (12+)
00.10 «Человек и судьба». (12+)
00.55 Отражение. Главное. (12+)

ПОБЕДА

- 04.30 «Путь к Победе» (16+)
05.30 «72 МЕТРА». (16+)
07.50 «МЕТРО». (16+)
10.05 «ЭКИПАЖ». (16+)
12.10 «МАЖОР». (16+)
У Игоря юридическое образование, но он ни дня не проработал по специальности. В один из ночных загулов он вступается за приятеля, влезает в драку с полицейскими и выбивает оружие у офицера. В итоге отец лишает Игоря всех атрибутов сладкой жизни и, чтобы защитить сына от тюрьмы, отправляет работать в отделение полиции.
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
03.15 «НЕ ХЛЕБОМ ЕДИНЫМ». (12+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Йоко», «Фиксики», «Три кота», «Маша и Медведь». (0+)
07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+)
07.30 «Петроникс». (0+)
08.05 «ВИП петс». (6+)
08.25 «Долина Муми-троллей». (0+)
09.15 «Кошечки-собачки». (0+)
10.15 «Суперкрылья». (0+)
10.45 «Проще простого!» (0+)
11.05 «Ник-изобретатель». (0+)
12.30 «Петроникс». (0+)
12.50 «Инфинити Надо». (6+)
13.05 «Дикие скричеры!» (6+)
13.30 «Диностер». (6+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.15 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
15.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
16.05 «Клуб Винкс. Школа волшебниц». (6+)
17.00 «Супер МЯУ». (0+)
18.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
18.15 «Геройчики». (0+)
19.10 «Лунтик». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Сказочный патруль». (0+)
22.00 «Мотофайтеры». (6+)
22.30 «Фьюжн Макс». (6+)
22.50 «КЛАССНАЯ ШКОЛА». (6+)
23.45 «Бременские музыканты». (0+)
00.05 «По следам бременских музыкантов». (0+)
00.25 «Барбоскины». (0+)
01.20 «Смешарики». (0+)
02.30 «Давайте рисовать!» (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Малышарики идут в детский сад». (0+)
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 «Маша и Медведь». (0+)
09.00, 04.25 «Сказочный патруль». (0+)
09.30 «Простоквашино». (0+)
10.00, 14.00, 17.20, 22.30 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00 «Кошечки-собачки». (0+)
11.00, 02.00 «Лео и Тиг». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)
15.00 «Мотофайтеры». (6+)
15.25, 21.25 «Геройчики». (0+)
17.00 Друзья на все времена. «Малыш и Карлсон». (6+)
18.00 «Моррики Дорикки». (0+)
18.25, 03.00 «Лунтик». (0+)
20.25 «Маша и Медведь». «Машкины страшилки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.00 «Смешарики. Пин-код». (0+)
22.00 «СУПЕР 10». (6+)
23.00 «Просто о важном. Про Мир и Гошу». (0+)
23.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
00.00 «Дракоша Тоша». (0+)
00.30 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
01.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
01.30 «Буба». (6+)
03.25 «Маша и Медведь», «Машкины страшилки», «Машины сказки». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 03.05 Россия глазами иностранцев. (12+)
03.55, 08.55, 17.45 Семь дней истории. (12+)
04.00 Люди, сделавшие Землю круглой. (12+)
04.55 Берлин 41-го. Долетали ли сильнее. (12+)
06.10 Артековский загал. (12+)
07.10 Исторические города Британии. (12+)
08.00 Пётр Рычков. Пещера для Колумба. (12+)
08.25, 14.50, 20.50 Книжные аллеи. (12+)
09.00 Судьба одного химика. (12+)
09.45, 10.05 В поисках утраченного искусства. (12+)
10.30 Народный фронт Победы. (12+)
11.00 Чудеса. Путешествие по Италии. (12+)
12.00 Секреты истории. (12+)
13.40, 14.10 Морской узел. (12+)
14.40, 21.20 Обыкновенная история. (6+)
15.15 Непокорённые. (12+)
16.00 Не квартира - музей. (12+)
16.10 Пешком в историю. (12+)
16.45 Россия научная. Великие имена. (12+)
17.05 Историкограф. (12+)
17.55 Будьте готовы! (12+)
18.55 Недописанные мемуары. (12+)
20.00 Историода. (12+)
21.30 Владимир Даль. Жизнь в поисках клада. (12+)
22.00 Пустые страницы. (12+)
23.00 Великие живописцы. (12+)

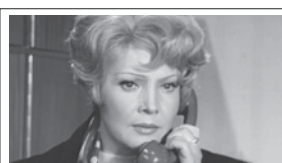
VJU HISTORY

- 06.05, 06.55 Первая мировая. (16+)
07.55, 08.45 Утопия инженерии. (16+)
Вместе с создателями сериала мы отправимся на экскурсию по забытым шедеврам инженерного дела.
09.40 Неизвестная Италия: Матера город из камня. (12+)
11.05, 12.05 Легенды Европы. (12+)
13.05, 13.35, 14.05, 14.30 Перевал Дятлова: охотники за правдой. (16+)
15.05 Короли Африки. (12+)
16.00, 17.00 Чудеса ЮНЕСКО. (12+)
Четыре главных слова каждого путешествника - Список наследия ЮНЕСКО. Создатели документального сериала расскажут об удивительной истории шести европейских стран - Хорватии, Испании, Франции, Греции, Италии, Португалии.
18.05, 19.00 Дворец с иероглифами. По следам Шампольона. (12+)
19.55 Пропавшие миллионы Грейс Келли. (12+)
20.55 Мата Хари - прекрасная шпионка. (12+)
21.55, 23.00 Первая мировая. (16+)
00.05 Неизвестная Италия. (12+)
01.30, 02.25 Легенды Европы. (12+)
03.20, 03.45, 04.10, 04.35 Перевал Дятлова: охотники за правдой. (16+)
05.05 100 чудес света. (16+)

ДОКТОР

- 06.00, 13.00, 18.15, 23.55 О самом главном. Пролеты для желчного пузыря. (12+)
06.55, 07.20 Скажите, доктор! (12+)
07.50, 08.20, 11.55, 12.25, 14.25, 14.55, 17.15, 17.45, 22.00, 00.55, 01.20 Будь в тонусе! (12+)
08.45 О самом главном. Обезболивающие препараты. (12+)
09.45, 04.25 Медицинский квест. (12+)
10.30 Медицинский репортёр. (12+)
11.00 Теледоктор. Прямая трансляция
13.55 InVivo. (12+)
15.20 О самом главном. Глаукома. Факторы риска. (12+)
16.20 16.45 На приеме у Михаила Лабковского. (12+)
19.10, 05.10 Это лечится. Ожог. (12+)
19.40, 05.35 Это лечится. Непослушный ребёнок. (12+)
20.10, 02.40 Угрозы современного мира. Редкий вид. (12+)
20.35, 03.05 Угрозы современного мира. Смертельный диагноз. (12+)
21.05 О самом главном. Кальций. (12+)
22.30 Большой скачок. Хроническая усталость. (12+)
23.00, 23.25, 03.30, 03.55 Угрозы современного мира. (12+)
01.45, 02.10 Это лечится. (12+)

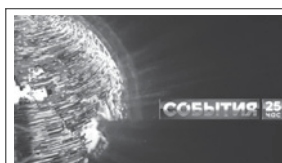
РОССИЯ К
Культура



08.35 «ОЛЬГА СЕРГЕЕВНА»

- 06.35 «Пешком...»
- 07.15 15.10 23.30 «Легендарные замки»
- 08.15 «Жизнь и судьба»
- 08.35 «ОЛЬГА СЕРГЕЕВНА»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.20 XX век
- 13.00 «Престольный праздник. Рождество Пресвятой Богородицы»
- 13.45 22.20 «СОСЛУЖИВЦЫ»
- 14.50 23.25 «Три минуты тишины»
- 14.55 Цвет времени
- 16.10 «2 Верник 2»
- 17.15 «Пряничный домик»
- 17.40 01.40 XVII международный конкурс имени П.И. Чайковского «Вначале было дело...»
- 19.00 «Вначале было дело...»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Открытая книга
- 20.35 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 «Королевство кривых зеркал». Королю всё прилично!»
- 21.35 «Энигма»

ТВЦ



00.00 События. 25-й час

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Доктор И...» (16+)
- 08.50 «МОСКОВСКИЙ РОМАНС». (12+)
- 10.55 «Актёрские судьбы». (16+)
- 11.30 События
- 11.50 «ОДНОКЛАССНИКИ СМЕРТИ». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 17.50 22.00 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «КОТЕЙКА». (12+)
- 16.55 «Закулисные войны. Юмористы». (16+)
- 18.15 «ТАНЦЫ В ТЕМНОТЕ». (12+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.10 «Актёрские драмы». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Следствие ведет КГБ. Чёрный крест Пеньковского». (16+)
- 01.25 «Сломанные судьбы». (16+)
- 02.05 «Мария Спиридонова. Одна ночь и вся жизнь». (12+)

ТВ-3



00.45 «ИМПЕРАТРИЦА КИ». (16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 06.30 «МИСТЕР ОШИБКА». (16+)
- 08.15 «Слепая». (16+)
- 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 09.30 Гадалка. (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 «Старец». (16+)
- 15.00 Гадалка. (16+)
- 16.45 «Слепая». (16+)
- 18.30 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 20.30 «ЗАКЛЮЧЕНИЕ». (16+)
- На загородной трассе полиция обнаруживает контейнер с мертвыми гастарбайтерами. Все они умерли от птичьего гриппа.
- 22.45 «АСТРАЛ». (16+)
- 00.45 «ИМПЕРАТРИЦА КИ». (16+)
- 01.45 «МИСТЕР ОШИБКА». (18+)
- 03.15 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



10.40 «Понять. Простить». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
- 08.30 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 00.25 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «Преступления страсти». (16+)
- 19.00 «ПОДМОСКОВНАЯ КАДРИЛЬ». (16+)
- 23.15 «Понять. Простить». (16+)
- 01.20 «Знахарка». (16+)
- 01.45 «Верну любимого». (16+)
- 02.15 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.40 Тест на отцовство. (16+)
- 04.20 «Преступления страсти». (16+)

5 5-й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.30 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 08.35 «День ангела». (0+)
- 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
- 09.30 13.30 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 17.30 02.35 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «СВОИ-6». (16+)
- 22.20 «СВОИ-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СВОИ-5». (16+)
- 03.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 15.00 «ФРОНТ». (16+)
- 12.00 03.00 «Формула здоровья». (12+)
- 12.30 «Заметные люди». (12+)
- 13.00 16.30 «СВАТЬИ 2». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 17.30 «От 7 до 17». (12+)
- 18.00 «Открываем Воронеж». (12+)
- 18.15 «Футбол губернии». (12+)
- 18.45 22.30 01.45 «Служу Отчеству». (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+)
- 20.30 00.45 «Мастерская спорта». (12+)
- 22.45 «В тени чемпионов». (12+)
- 23.00 «МАКСИМАЛЬНЫЙ УДАР». (16+)
- Лучшим агентам ФСБ и ЦРУ предстоит совместная миссия – остановить преступного лидера, похитившего внучку госсекретаря США...

★ ЗВЕЗДА

- 05.10 12.35 13.25 15.05 17.15 03.10 «БРАТСТВО ДЕСАНТА». (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 «СУДЬБА РЕЗИДЕНТА». (12+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 20.10 «Код доступа». (12+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «Двенадцать кремлей России». (12+)
- 23.45 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (12+)

СПОРТ

- 06.00 14.10 «Игра миллионов». (12+)
- 06.30 Футбол. Мелбет-Первая Лига. Обзор тура. (6+)
- 07.00 10.00 12.50 14.40 Новости
- 07.05 15.15 19.15 00.00 Все на Матч!
- 10.05 12.30 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 «Легендарные клубы». (12+)
- 11.25 Футбол. Лига чемпионов. Обзор. (6+)
- 12.55 «Есть тема!»
- 14.45 05.30 «Большой хоккей». (12+)
- 16.00 Футбол. Fonet Кубок России. Обзор. (6+)
- 17.00 Футбол. «Оренбург» - «Факел» (Воронеж). FONVET Кубок России
- 19.30 Футбол. ЛАСК - «Ливерпуль». Лига Европы
- 21.45 Футбол. «Аякс» - «Марсель». Лига Европы
- 00.55 Футбол. «Рейнджерс» - «Бетис». Лига Европы. (6+)
- 02.55 Борьба. Чемпионат мира. (12+)
- 06.00 Регби. Кубок России. Финал. (12+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 14.25 Борьба. Чемпионат мира. (12+)
- 08.25 «Одержимые». (12+)
- 08.50 «Вы это видели». (12+)
- 09.40 21.50 05.10 «Мы знаем, что они делали этим летом». (12+)
- 10.05 11.00 03.20 04.15 Пляжный волейбол. (0+)
- 11.55 «Мой первый тренер». (12+)
- 12.15 Что по спорту? (12+)
- 12.40 14.05 22.05 22.20 Спецрепортаж. (12+)
- 13.05 Смешанные единоборства. (16+)
- 15.00 Гольф. Финал
- 18.05 01.35 «Большой хоккей». (12+)
- 18.35 05.30 «Ручная работа». (12+)
- 19.05 02.05 Автоспорт. (6+)
- 19.55 23.45 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 22.40 «Есть тема!» (16+)
- 02.55 «Магия большого спорта». (12+)

МУЗЫКА

- 05.00 Лайкер. (16+)
- 06.00 Муз+тив. (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. Осень. (16+)
- 11.00 Битва фанклубов. (16+)
- 12.00 Плейлист. (16+)
- 12.30 Хиты по-русски. (18+)
- 14.00 WEB чарт. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 17.00 Лайкер. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 19.20 Хит-Сториз. (16+)
- 20.00 Топ-30. (16+)
- 22.00 На чи гуляем?
- 23.00 PRO-новости. (16+)
- 23.20 Рок нон-стоп. (16+)
- 00.20 Хиты по-русски. (16+)
- 01.30 Лайкер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

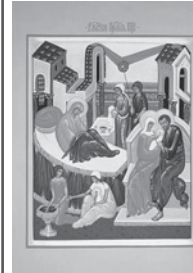
- 07.15 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+)
- 09.00 «ЧЕЛОВЕК-МОТЫЛЕК». (16+)
- 11.25 «ЛЕГЕНДЫ ОСЕНИ». (16+)
- 14.10 «МЕМУАРЫ ГЕЙШИ». (16+)
- 17.00, 17.55 «ПРАВОСУДИЕ». (16+)
- 18.45 «ПОСЛЕ». (16+)
- 20.40 «ПОСЛЕ. ГЛАВА-2». (16+)
- 22.40 «ПОСЛЕ. ГЛАВА-3». (16+)
- 00.25 «ТРАНСФОРМЕРЫ: ЭПОХА ИСТРЕБЛЕНИЯ». (12+)
- 03.15 «ТРАНСФОРМЕРЫ: ПОСЛЕДНИЙ РЫЦАРЬ». (12+)
- 05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 07.00 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 07.55 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 08.40 «ТАНЦЫ НА СМЕРТЬ». (12+)
- 10.45 «МАФИЯ: ИГРА НА ВЫЖИВАНИЕ». (16+)
- 12.35 «СМЕРТЕЛЬНЫЕ ИЛЛЮЗИИ». (12+)
- 14.50 «ЧЕРНАЯ МОЛНИЯ». (6+)
- 17.00, 17.55 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 18.50 «ЛЮБОВНИЦЫ». (16+)
- 20.45 «ЛЮБОВНИКИ». (16+)
- 22.45 «ДЕНЬ СЛЕПОГО ВАЛЕНТИНА». (16+)
- 01.05 «ГЛАВНЫЙ». (6+)
- 02.50 «КОРОЛЕВ». (12+)
- 04.45 Мультфильмы. (6+)
- 05.40 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 06.50 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 08.15 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 09.55 «Иван Царевич и Серый Волк-5». Мультфильм. (6+)
- 11.20 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «СВАТЫ». (16+)
- 20.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 00.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 02.10 «ВОДИТЕЛЬ ДЛЯ ВЕРЫ». (16+)
- Россия, Украина, 2004 г. В ролях: Игорь Петренко, Алена Бабенко, Богдан Ступка, Андрей Панин
- 04.05 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОС». (12+)
- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 16.10, 16.30, 17.00, 17.30 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)
- Сериал. Драма, мелодрама, Индия, 2011-2012 гг.
- 18.00, 19.00, 20.10, 21.20 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)
- 22.20 Богиня. (16+)
- 23.20 Суббота News 2023. (16+)
- 23.30 Моя жена рулит. (16+)
- 00.40 Кулинарные детективы. (16+)
- 01.40, 02.30, 03.10 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- Сериал. Турция, 2019 г.
- 03.50 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «Гирлянда из малышей». Мультфильм. (0+)
- 08.10 «Осторожно, обезьянки!» Мультфильм. (0+)
- 08.20 «Обезьянки и грабители». Мультфильм. (0+)
- 08.30 «Ералаш». (0+)
- 09.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НАНЯ». (0+)
- 15.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 17.55 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- 19.55 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 22.55 «МОЛОДЁЖКА». (12+)
- Из-за семейных проблем Пономарев вынужден отказать от данного им обещания.
- 01.20 Даёшь молодёжь! (16+)
- 04.10 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 06.05 «Шайбу! Шайбу!» Мультфильм. (0+)
- 06.25, 06.35, 06.45, 06.50, 07.00 «Котенок по имени Гав». Мультсериал. (0+)
- 07.10 «МАЙОР ВИХРЬ». (12+)
- 11.20 «МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ». (12+)
- СССР, 1979 г.
- 18.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-9». (16+)
- 20.00 «ИНТЕРДЕВОЧКА». (16+)
- СССР, Швеция, 1989 г.
- 22.45 «ГАРАЖ». (12+)
- 00.40 «НЕ БЫЛО ПЕЧАЛИ». (12+)
- 01.45 «СЕМЬ НЯНЕК». (12+)
- 03.00 «ЛЮБОВЬ ЗЕМНАЯ». (12+)
- 04.25 «ХОЛОДНОЕ ЛЕТО ПЯТЬДЕСЯТ ТРЕТЬЕГО». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ТАНЦЫ НА УГЛЯХ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2014 г. В ролях: Елена Аросева, Кирилл Сафонов, Анна Казючич
- 13.00, 21.00, 05.00 «Я ТЕБЯ НЕ БОЮСЬ!» (16+)
- Сериал. В ролях: Надежда Бахтина, Дмитрий Паламарчук
- 14.00, 22.00, 06.00 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 05.30 «МОЯ ЛЮБОВЬ». (6+)
- 07.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Лето Господне. Рождество Богородицы. (6+)
- 14.10 Альфа и Омега. Фильм 2. Богородичные праздники. (0+)
- 14.45 Святые воины. Димитрий Донской. (6+)
- 15.20 День Ангела. Благоверный князь Димитрий Донской. (0+)
- 15.50 «ВДОВЫ». (0+)
- 17.40 «КОГДА Я СТАНУ ВЕЛИКАНОМ». (6+)
- СССР, 1978 г. В ролях: Михаил Ефремов, Лия Ахеджакова, Андрей Васильев, Инна Ульянова, Олег Ефремов
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30 Лето Господне. Рождество Богородицы. (6+)
- 22.50 Русский мир. (12+)
- 23.50 День духа. (0+)
- 00.05 Альфа и Омега. Фильм 2. Богородичные праздники. (0+)
- 00.40 В поисках Бога. (6+)
- 01.10 Прямая линия жизни. (16+)
- 02.10 Люди Донбасса. Иностранцы. (12+)
- 02.25 Воин духа. (0+)
- 03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

21 сентября
Седмица 16-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Рождество Пресвятой Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии.



Прпп. Иоанна и Георгия, исповедников (Груз.). Иконы Софии, Премудрости Божией (Киевской). Чтимых икон Рождества Богородицы: Сямской, Глинской, Лукиановской, Исааковской. Икон Божией Матери: Курской-Коренной «Знамение», Почаевской, Домницкой, Холмской и Леснинской.

Поста нет.

« От Пренепорочной Матери Своей Господь заимствовал пречистую плоть, а Ей даровал Божество вместо плоти, которую Она дала Ему. О, предивный и пречудный обмен!»

Прп. Симеон Новый Богослов

ПЕРВЫЙ

21.00
«Время»

- 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 Премьера. «Давай поженемся!». (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 «Человек и закон». (16+)
19.45 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время»
21.45 «Голос. Уже не дети». (12+)
23.45 «ФАВОРИТКА». (18+)
02.00 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



17.30 «60 минут». (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
14.30 Вести. Местное время
14.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
16.00 Вести.
16.30 Прямой эфир. (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.15 Вести. Местное время
21.30 «Ну-ка, все вместе!» (12+)
00.10 «Истории Большой Страны». (12+)
01.10 «КУКЛЫ». (12+)
Жизнь Риты давно сложилась и течёт размеренно и спокойно. В ней есть всё: муж Анатолий, дочь Ольга, работа и даже хобби.

НТВ



09.25 «ПЁС». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)
09.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.50 «ДНК». (16+)
17.55 «Жди меня». (12+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
22.00 «НАПАРНИКИ». (16+)
Совершено ограбление банка с использованием наградного пистолета.
00.00 «Своя правда». (16+)
01.45 «КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС». (0+)
02.40 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

СТС



03.15 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.55 «Мультфильмы». (0+)
07.25 «Простоквашино». (0+)
07.40 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
08.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (16+)
09.00 Большой побег. (16+)
11.35 Уральские пельмени. (16+)
12.10 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
20.00 Премьера! Шоу «Уральские пельмени». (16+)
21.30 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
23.00 Премьера! Импрровизаторы. (16+)
00.05 Импрровизаторы. (16+)
01.10 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА-3». (16+)
03.15 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
05.10 «б кадров». (16+)
05.20 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

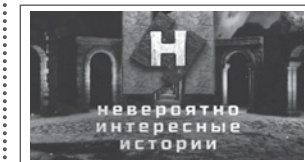
ТНТ



09.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
09.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
17.50 «Лига городов» - масштабный телевизионный проект, в котором четыре звездных наставника выберут самые талантливые и перспективные команды страны и ближнего зарубежья
20.00 «Комеди Клуб». (16+)
23.00 «Stand up». (18+)
В новом сезоне шоу любимые комики вернутся с новыми неожиданными наблюдениями...
00.00 «БОРОДАЧ». (16+)
Обаятельный охранник Александр Бородач впутывается вместе со своими друзьями в невероятные истории, пытается покорить сердце Ирины Скоробейниковой...
01.55 «Импровизация. Команды». (16+)
03.30 «Студия «Союз». (16+)
05.05 «Импровизация». (16+)

РЕН



14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)

- 05.00 04.50 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «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 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 18.00 «Главные тайны мира». (16+)
20.00 «БОГ ГРОМА». (16+)
22.00 «СОЛОМОН КЕЙН». (16+)
00.00 Соль. (16+)
01.00 «ФОРРЕСТ ГАМП». (16+)
03.20 «ПРИЗРАК». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
06.20 Пятница News. (16+)
06.50 Кондитер. (16+)
08.10 Кулинарные детективы. (16+)
09.00 Черный список. (16+)
10.50 Адский шеф. (16+)
13.30 Новые Пацанки. (16+)
18.00 Битва шефов. (16+)
22.00 «ВЫЖИВИШИ». (18+)
00.50 «ФИНАЛЬНЫЙ СЧЕТ». (18+)
02.30 Пятница News. (16+)
03.00 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
04.20 Пятница News. (16+)
04.45 «Простоквашино». (12+)

Ю

- 05.20 «Маша и Медведь». (0+)
09.05 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
11.05 «Беременная в 16». (16+)
12.55 «Супермама». (16+)
18.00 «Грешницы на перевоспитании». (16+)
20.00 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.00 «Я стесняюсь своего тела». (18+)
01.55 «Изменень». (18+)
Неверные мужья, а иногда и жены, стали изменять более изощренно, но от зоркого взгляда Татьяны и Ирины, а тем более технических возможностей Петра, им не ускользнуть!
03.40 «КЛОН». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
08.10 19.00 Дорожные войны. (16+)
08.45 Улётное видео. (16+)
«Улётное видео» - это сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты.
10.00 «СОЛДАТЫ-10». (12+)
16.00 «ВРАГ ГОСУДАРСТВА». (0+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.45 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
04.20 Невероятные истории. (16+)

МИР

- 07.05, 00.50 Наше кино (16+)
08.10, 11.05, 14.10, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
09.05, 12.00, 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+)
16.40 Мировое соглашение. (16+)
18.50 Миллион за 5 минут. (16+)
19.35 «СУЕТА СУЕТ». (16+)
21.15 «ЧАСТНЫЙ ДЕТЕКТИВ, ИЛИ ОПЕРАЦИЯ «КООПЕРАЦИЯ». (16+)
23.10 «БАЛЛАДА О ДОБЛЕСТНОМ РЫЦАРЕ АЙ-ВЕНГО». (16+)
01.40 «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 13.10 14.05 18.00 ОТражение
10.10 11.30 «ФАРЦА». (16+)
12.30 «Человек и судьба». (12+)
15.10 «РОМАНС О ВЛЮБЛЕННЫХ». (12+)
17.00 «Служу Отечеству». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.25 «БЛИЖНИЙ КРУГ». (12+)
22.40 «КИТОБОЙ». (16+)
00.15 «ГОЛУБЬ СИДЕЛ НА ВЕТКЕ, РАЗМЫШЛЯЯ О БЫТИИ». (18+)
01.50 «ЛЕВ». (16+)

ПОБЕДА

- 05.10 «Путь к Победе». (16+)
06.10 «ПОСЛЕДНЕЕ ИСПЫТАНИЕ». (16+)
08.25 «СВОЯ ВОЙНА. ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+)
10.10 «МАЖОР-3». (16+)
Уже полгода Игорь Соколовский не может прийти в себя: он потерял друга. Катя не хочет его видеть, а Вика занята своей жизнью - она беременна, и ей нужно думать о будущем ребенке. Но неожиданная встреча с Фишером заставляет Игоря действовать: он возвращается в отдел...
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «СОКРОВИЩА ПАРТИЗАНСКОГО ЛЕСА». (12+)
02.35 «АГИТБРИГАДА «БЕЙ ВРАГА!» (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Йоко», «Фиксики», «Три кота», «Маша и Медведь». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Петроникс». (0+)
08.05 «ВИП петс». (6+)
08.25 «Дракошия». (0+)
09.15 «Кошечки-собачки». (0+)
10.15 «Суперкрылья. Мировые защитники». (0+)
10.45 «Студия Каляки-Малыки». (0+)
11.15 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
12.30 «Петроникс». (0+)
12.50 «Инфинити Надю». (6+)
13.05 «Дикие скричеры!» (6+)
13.30 «Диностер». (6+)
14.00 «Навигатор» (0+)
14.15 «Слаймики». (0+)
15.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
16.05 «Клуб Винкс. Школа волшебниц». (6+)
17.00 «Супер МЯУ». (0+)
17.40 «Мышкин дом». (0+)
18.00 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
18.15 «Геройчики». (0+)
19.10 «Лунтик». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Сказочный патруль». (0+)
22.30 «Герои Гуджитсу». (6+)
22.45 «Фьюжн Макс». (6+)
23.10 «Ералаш». (6+)
00.25 «Барбоскины». (0+)
01.20 «Смешарики». (0+)
02.30 «Давайте рисовать!» (0+)
02.55 «Три кота». (0+)
03.20 «Лабораториум». (0+)
03.45 «Три кота». (0+)
04.15 «Букварий». (0+)
04.30 «Три кота». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Малышарики идут в детский сад». (0+)
06.30, 11.35, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00, 13.00, 19.00 «Барбоскины». (0+)
08.25, 13.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Сказочный патруль». (0+)
09.30 «Чуч-Мяуч». (0+)
10.00, 14.00, 17.20, 22.30 «Фиксики». (0+)
10.30 «Кошечки-собачки». (0+)
11.00 «Лео и Тиг». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)
15.00 «Мотофайтеры». (6+)
15.25, 21.25 «Геройчики». (0+)
17.00 Друзья на все времена. «Карлсон вернулся». (6+)
18.00 «Морики Дорикки». (0+)
18.25 «Лунтик». (0+)
20.00 МУЛЬТПремьера! «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Очки», «Геройчики. Жаркий четверг», «Кошечки-собачки. Дзэн-авиатор». (0+)
20.20 «Маша и Медведь», «Машкины страшилки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.00 «Смешарики. Пин-код». (0+)
22.00 «СУПЕР 10». (6+)
23.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
23.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
00.00 «Дракоша Тоша». (0+)
00.30 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
01.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 365 ДНЕЙ ТВ

- 03.05 Исторические города Британии. (12+)
04.00 06.00 Петр Рычков. Пещера для Колумба. (12+)
04.25, 10.45, 18.00 Книжные аллеи. (12+)
04.55, 17.50, 22.55 Семь дней истории. (12+)
05.00 Судьба одного химика. (16+)
05.45, 06.05 В поисках утраченного искусства. (12+)
06.30 Народный фронт Победы. (12+)
07.00 Чудеса. Путешествие по Италии. (12+)
08.00 Секреты истории. (12+)
09.40, 10.10 Морской узел. (12+)
10.35, 14.50 Обыкновенная история. (6+)
11.15 Непокорённые. (12+)
11.55 Будьте готовы! (12+)
12.50 Недопианные мемуары. (12+)
13.55 Крымская победа Василия Долгорукова. (12+)
15.00 Подлинная история Д'Артаньяна. (12+)
16.00 Не квартира - музей. (12+)
16.10 Пешком в историю. (12+)
16.45 Россия научная. Великие имена. (12+)
17.05 Историограф. (12+)
18.25 Владимир Даль. Жизнь в поисках клада. (12+)
18.55 Пустые страницы. (12+)
20.00 «ПЕРВАЯ КОННАЯ». (12+)
21.40 Испанская кровь. (12+)
22.25 Сыны России. (12+)
23.05 Великие живописцы. (12+)

VJU HISTORY

- 06.10, 07.05 Первая мировая. (16+)
08.05 Древняя история Сибири. (12+)
08.35, 09.35 Чудеса ЮНЕСКО. (12+)
10.40, 11.35 Дворец с иероглифами. По следам Шампольона. (12+)
12.30 Пропавшие миллионы Грейс Келли. (12+)
13.25 Мата Хари - прекрасная шпионка. (12+)
14.30 История без прикрас: Британская империя: модель деколонизации? (12+)
15.30 Короли Африки. (12+)
16.30 Жизнь на вулкане. (12+)
18.00, 19.00 Цинь Шихуанди. Правитель вечной империи. (12+)
Злодей или благодетель? Он модернизировал армию, создал валюту и письменность. И он же заживо хоронил учёных и сжигал неудобные книги. Летопись жизни китайского императора Цинь Шихуанди окутана загадками и легендами...
20.00, 20.55 Утопия инженерии. (16+)
21.50, 22.55 Первая мировая. (16+)
23.55, 00.55 Чудеса ЮНЕСКО. (12+)
01.50, 02.40 Дворец с иероглифами. По следам Шампольона. (12+)
03.25 Пропавшие миллионы Грейс Келли. (12+)
04.10 Мата Хари - прекрасная шпионка. (12+)
05.05 100 чудес света. (16+)

ДОКТОР

- 06.00, 12.10, 18.00, 23.45 О самом главном. Лечение осложнений после COVID-19. (12+)
06.55 Медицинский квест. ПМС. (12+)
07.45, 08.15, 11.10, 11.40, 14.10, 14.40, 17.00, 00.40, 01.10 Будь в тонусе! (12+)
08.45 О самом главном. Глаукома. Факторы риска. (12+)
09.45 Это лечится. (12+)
10.15, 10.40 На приёме у Михаила Лабковского. (12+)
13.10, 13.40 Это лечится. (12+)
15.05 О самом главном. Кальций. (12+)
16.05 16.30 Угрозы современного мира. (12+)
17.30 Большой скачок. Хроническая усталость. (12+)
19.00, 05.05 На приёме у косметолога. Эстетика лица. (12+)
19.25, 05.35 На приёме у косметолога. Тело, как конструктор. (12+)
19.55, 02.30 Истории болезней. Вечная молодость. (16+)
20.25, 02.55 Истории болезней. Дела интимные. (16+)
20.55 О самом главном. Всё о слухе. (12+)
21.55 Эпоха антибиотиков. (12+)
22.45, 23.15, 03.25, 03.50 Истории болезней. (16+)
01.35, 02.00 Еда здорового человека. (12+)
04.15, 04.40 Большой скачок. (12+)

РОССИЯ К
Культура



06.35 «Пешком...»

- 06.35 «Пешком...»
- 07.15 15.20 «Легендарные замки»
- 08.15 «Жизнь и судьба»
- 08.50 «ТРЕТИЙ В ПЯТОМ РЯДУ»
- 10.15 Шедевры старого кино
- 12.00 Открытая книга
- 12.45 Власть факта
- 13.30 «Первые в мире»
- 13.45 «СОСЛУЖИВЦЫ»
- 14.50 22.55 «Три минуты тишины»
- 14.55 Гении и злодеи
- 16.20 «Энигма»
- 17.15 Письма из провинции
- 17.40 «Клавдия Еланская. Свой голос»
- 18.20 «Билет в Большой»
- 19.00 «Вначале было дело... или История русской промышленности»
- 19.45 01.50 «Искатели»
- 20.30 Линия жизни
- 21.25 «МИМИНО»
- 23.00 «2 Верник 2»
- 00.10 «НА БЕРЕГУ МЕЧТЫ»
- 02.35 «Бедная Лиза»

ТВЦ



02.00 «Петровка, 38». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «ДЕЛО № 306». (12+)
- 09.50 «ЛЮБИТ - НЕ ЛЮБИТ». (16+)
- 11.30 События
- 11.50 «ОДНОКЛАССНИКИ СМЕРТИ». (12+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.45 Город новостей
- 15.00 «ЗОЛОТАЯ ПАРОЧКА». (12+)
- 16.55 «Закулисные войны. Театр». (16+)
- 17.50 События
- 18.05 «ЗОЛОТОЙ ТРАНЗИТ». (16+)
- 20.05 «ОПАСНЫЙ КРУИЗ». (12+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой (12+)
- 23.00 «Хорошие песни».
- 00.20 «РАЗНЫЕ СУДЬБЫ». (12+)
- 02.00 «Петровка, 38». (16+)
- 02.15 «МОЖЕТЕ ЗВАТЬ МЕНЯ ПАПОЙ». (12+)
- 03.55 «Сломанные судьбы». (16+)

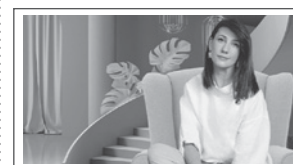
ТВ-3



06.15 «МИСТЕР ОШИБКА». (16+)

- 06.00 09.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «МИСТЕР ОШИБКА». (16+)
- 08.00 «Слепая». (16+)
- 09.15 Секреты здоровья. (16+)
- 09.30 Гадалка. (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 «Старец». (16+)
- 14.30 Вернувшиеся. (16+)
- 15.30 «Слепая». (16+)
- 17.15 Экстра такси. (16+)
- 19.45 «ПЕЩЕРА». (16+)
- 21.45 «ХИЩНЫЕ ВОДЫ: ЗАПАДНЯ». (16+)
- Компания друзей из пяти искателей приключений отправляется в Австралию, чтобы отыскать тайную пещеру. Ребята надеются на веселую вылазку, но разбушевавшаяся стихия преграждает обратный путь.
- 23.45 «НЕКРОМАНТ». (16+)
- 01.30 «МИСТЕР ОШИБКА». (18+)

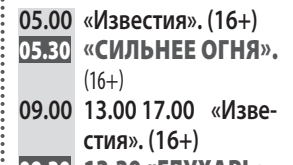
ДОМАШНИЙ



23.10 Уют за 15 минут. (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
- 08.30 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «Преступления страсти». (16+)
- 19.00 «ХОЛОДНОЕ БЛЮДО». (16+)
- 23.10 Уют за 15 минут. (16+)
- 23.25 «Понять. Простить». (16+)
- 00.35 «Порча». (16+)
- 01.30 «Знахарка». (16+)
- 01.55 «Верну любимого». (16+)
- 02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.45 Тест на отцовство. (16+)

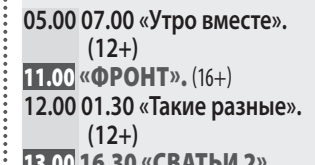
5 5-Й КАНАЛ



05.00 «Известия». (16+)

- 05.30 «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ». (16+)
- 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
- 09.30 13.30 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «СВОИ-6». (16+)
- 22.20 «СВОИ-2». (16+)
- 23.10 «Светская хроника». (16+)
- 00.15 Они потрясли мир. (16+)
- 01.50 «СВОИ-5». (16+)
- 03.05 «СВОИ-2». (16+)
- ЗВЕЗДА**
- 04.50 «БРАТСТВО ДЕСАНТА». (16+)
- 06.30 «ДЕНЬ СВАДЬБЫ ПРИДЕТСЯ УТОЧНИТЬ». (12+)
- 09.20 13.25 «МАРШ-БРОСОК: ОХОТА НА «ОХОТНИКА». (16+)
- 14.15 15.05 17.15 «СТАРОЕ РУЖЬЕ». (16+)
- 19.40 «Загадки века». (12+)
- 20.30 «Скрытые угрозы». (16+)
- 23.00 «Музыка+». (12+)
- 00.25 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «ФРОНТ». (16+)
- 12.00 01.30 «Такие разные». (12+)
- 13.00 16.30 «СВАТЫ 2». (16+)
- 14.00 16.00 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 03.00 «Формула здоровья». (12+)
- 15.30 01.15 «Открываем Воронеж». (12+)
- 15.45 18.30 «Служу Отечеству». (12+)
- 17.30 «Мастерская спорта». (12+)
- 18.00 «Современники». (12+)
- 18.45 «Специальный репортаж». (12+)
- 19.00 Чемпионат Высшей хоккейной лиги. «Буря» - «Молот» Пермь. Прямой эфир. (12+)
- 22.00 «Адрес истории». (12+)
- 22.30 «Просто жизнь». (12+)
- 23.00 «Точка.ру». (12+)
- 23.30 «ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ». (16+)
- Много лет назад в автокатастрофе по вине Бережного погибли родители Роберта...
- 03.30 «ДВОЕ ПОД ОДНИМ ЗОНТОМ». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

- 06.00 «Игра миллионов». (12+)
- 06.30 «Третий тайм». (12+)
- 07.00 10.00 Новости
- 07.05 00.00 Все на Матч! (0+)
- 10.05 «Небесная грация». (0+)
- 10.25 «Легендарные клубы». (12+)
- 10.55 Плажный футбол. Кубок России. 1/4 финала
- 12.15 «Есть тема!»
- 13.30 Гольф. Финал
- 15.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 19.25 Футбол. «КАМАЗ» (Набережные Челны) - «Торпедо» (Москва). МЕЛБЕТ-Первая Лига. Прямая трансляция
- 21.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 01.00 Борьба. Чемпионат мира. Трансляция из Сербии. (12+)
- 01.30 02.45 Плажный футбол. OLIMPBET Кубок России. 1/4 финала. Трансляция из Анапы. (0+)
- 04.00 Бокс. (16+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА

- 06.00 19.55 23.45 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 07.50 10.00 Новости
- 07.55 16.45 Борьба. Чемпионат мира. (12+)
- 08.25 Автоспорт. Кросс. Чемпионат России. (6+)
- 09.15 «Большой хоккей». (12+)
- 09.40 10.35 17.35 Спецрепортаж. (12+)
- 10.05 «Ручная работа». (12+)
- 10.55 12.25 13.55 15.25 Плажный футбол. Кубок России. 1/4 финала
- 17.15 «Мы знаем, что они делали этим летом». (12+)
- 17.55 Страна смотрит спорт. (12+)
- 18.25 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига
- 21.50 Автоспорт. Российская Дрифт серия «Европа». (6+)
- 22.40 «Есть тема!» (16+)
- 01.35 «Мой первый тренер». (12+)
- 01.50 Гольф. Финал. (0+)
- 03.55 Боулинг. Континентальная лига. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000

- 06.00 «МЕМУАРЫ ГЕЙШИ». (16+)
- 09.00 «ДОННИ ДАРКО». (16+)
- 11.10 «ПОСЛЕ». (16+)
- 13.10 «ПОСЛЕ. ГЛАВА-2». (16+)
- 15.05 «ПОСЛЕ. ГЛАВА-3». (16+)
- 17.00 17.55 «ПРАВОСУДИЕ». (16+)
- 18.45 «ОРУДИЯ СМЕРТИ: ГОРОД КОСТЕЙ». (12+)
- Фэнтези, США, Германия, 2013 г.
- 21.15 «АКАДЕМИЯ ВАМПИРОВ». (16+)
- 23.15 «ВИЗАНТИЯ». (16+)
- 01.30 «ИСХОДНЫЙ КОД». (16+)
- 02.55 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
- 04.15 «ТАЙНА 7 СЕСТЁР». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ

- 05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 06.50 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 07.15 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 07.55 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (6+)
- 10.40 «ЛЮБОВНИЦЫ». (16+)
- 12.35 «ЛЮБОВНИКИ». (16+)
- 14.40 «ДЕНЬ СЛЕПОГО ВАЛЕНТИНА». (16+)
- 17.00 17.55 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 18.50 «ВРАТАРЬ ГАЛАКТИКИ». (6+)
- 21.05 «ДЕД МОРОЗ. БИТВА МАГОВ». (6+)
- 23.25 «НОЧНЫЕ СТРАЖИ». (12+)
- 01.25 «МИРА». (16+)
- 03.15 «ЗВЁЗДНЫЙ РАЗУМ». (16+)
- 04.50 Мультфильм. (6+)

ДОМ КИНО

- 05.55 «Плюшевый Бум!» Мультфильм. (6+)
- 07.00 «Колье Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 08.25 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 09.45 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 11.30 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «СВАТЫ». (16+)
- 20.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 00.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 02.20 «ЛЮБОВНИЦЫ». (16+)
- Россия, 2019 г. В ролях: Паулина Андреева, Александра Борич, Юлия Александрова, Мария Шалаева, Гоша Куценко
- 03.50 «ГЛУБЖЕ!» (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 16.10, 16.30, 17.00, 17.30 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 18.00, 19.00, 20.10, 21.10 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)
- Сериал. Драма, мелодрама, история, Турция, 2015-2017 гг.
- 22.20 Богиня. (16+)
- 23.25 Суббота News 2023. (16+)
- 23.40 Моя жена рулит. (16+)
- 00.40 Кулинарные детективы. (16+)
- 01.40, 02.20, 03.00 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- 03.40 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.25 «ЦЫПОЧКА». (16+)
- 03.15 «ГЛУБЖЕ!» (16+)
- 05.05 «ТАНЦЫ НА ВЫСОТЕ». (12+)
- 06.50 «СВАДЬБА ЛУЧШЕГО ДРУГА». (12+)
- 08.45 «НАЧНИ СНАЧАЛА». (16+)
- 10.40 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (12+)
- 12.35 «БУМЕРАНГ». (16+)
- 14.40 «ТАКСИ». (16+)
- 16.15 «ТАКСИ-2». (16+)
- 17.50 «ТАКСИ-3». (16+)
- 19.30 «ТАКСИ-4». (16+)
- Боевик, Франция, 2007 г.
- 21.05 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (12+)
- Комедия, Россия, 2020 г.
- 23.00 «СЕКС ПО ДРУЖБЕ». (16+)
- Драма, мелодрама, комедия, США, 2011 г.

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.05 «ИСПЫТАТЕЛЬ». (12+)
- 06.30 «К ЧЕРНОМУ МОРЮ». (12+)
- 07.45 «ЗЕЛЕННЫЙ ФУРГОН». (12+)
- 10.20 «ПОДКИДЫШ». (12+)
- 11.40 «АВТОМОБИЛЬ, СКРИПКА И СОБАКА КЛЯКСА» (12+)
- 13.30 «БЛАГОЧЕСТИВАЯ МАРТА». (12+)
- 16.05 «ДЕВУШКА С ГИТАРОЙ». (12+)
- 17.50 «ЛЮБИМАЯ ЖЕНЩИНА МЕХАНИКА ГАВРИЛОВА». (12+)
- 19.15 «МИМИНО». (12+)
- 21.00 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬБОВ». (12+)
- 23.55 «ЗОЛОТОЙ ТЕЛЁНОК». (12+)
- 02.50 «ТАБОР УХОДИТ В НЕБО». (16+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ТАНЦЫ НА УГЛЯХ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
- 13.00, 21.00 «Я ТЕБЯ НЕ БОЮСЬ!» (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ДОМ-ФАНТОМ В ПРИДАННОЕ». (16+)
- 05.00 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (16+)
- Сериал. В ролях: Елена Ароеньева, Игорь Теплов, Артём Осипов

СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «Как обезьянки обеды». Мультфильм. (0+)
- 08.10 «Обезьянки, вперед!» Мультфильм. (0+)
- 08.20 «Обезьянки в опере». Мультфильм. (0+)
- 08.30 «Ералаш». (0+)
- 09.05 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
- Сестра Вики, Нина, поселяется в доме Шаталиных. И она тотчас же «кладёт глаз» на Максима...
- 15.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 17.55 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- 19.55 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 22.50 «МОЛОДЁЖКА». (12+)
- 01.20 Даёшь молодёжь! (16+)
- 04.05 «Три кота». Мультсериал. (0+)

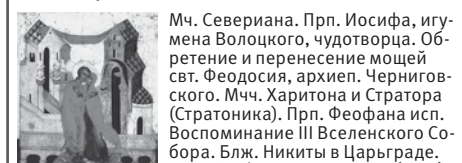
ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 05.55 «НОВЫЙ ДОМ». (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Воин духа. (0+)
- 11.35 В поисках Бога. (6+)
- 12.10 Простые чудеса. (12+)
- 13.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 13.35, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Двенадцать. (16+)
- 15.35 Культура нации. Святыни Ставропольского края. Фильм 5. (0+)
- 16.05, 17.45 «ЧЕРЕЗ ГОБИ И ХИНГАН». 1-2 серии. (12+)
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30 Следы империи. (16+)
- 23.10 Воин духа. (0+)
- Этот фильм был снят в 2015 году - в годовщину 500-летия со дня преставления великого русского подвижника, богослова и исторического деятеля - преподобного Иосифа Волоцкого. 22 сентября мы отмечаем день памяти преподобного.
- 00.15 День Патриарха. (0+)
- 00.30 «Бесого». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 01.25 Спас-стрим. (16+)
- 02.45 День Ангела. Святытель Феофан Затворник. (0+)
- 03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

22 сентября
Седмица 16-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Попразднство Рождества Пресвятой Богородицы. Праведных Богоотцев Иоакима и Анны.



Мч. Севериана. Прп. Иосифа, игумена Волоцкого, чудотворца. Обретение и перенесение мощей свт. Феодосия, архиеп. Черниговского. Мчч. Харитона и Стратора (Стратоника). Прп. Феофана исп. Воспоминание III Вселенского Собора. Блж. Никиты в Царьграде. Прп. Онуфрия Воронежского (Рум.).

Глинских святых: прпп. Василия, Филарета, Феофота, Макария, Мартирия, Евфимия, Досифея, Илиодора, Иннокентия, Луки, Архиппа, Иоанникия, Серафима, Андроника, Серафима, Зиновия Глинского, митр. Троицкаройского, в схиме Серафима. Сщмчч. Григория пресвитера и Александра диакона. Сщмчч. Захарии, архиеп. Воронежского, Сергия, Иосифа, Алексия пресвитеров, Димитрия диакона и мч. Василия. Прмч. Андроника. Сщмчч. Александра пресвитера.

Постный день.

«О добром деле, которое ты намерен сделать, не говори никому наперед, но сделай его».

Прп. Антоний Великий

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 У-Дачный чарт. (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+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Топ-15 Like FM. (16+)
- 13.00 Приехали! (16+)
- 13.25 Стартаперы. (16+)
- 14.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Новое радио. (16+)
- 17.00 Лайкер. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.30 Ретро FM 20 лет. (16+)
- Юбилейный концерт.
- 20.00 Плейлист. Осень. (16+)
- 21.30 Танцпол. (16+)
- 23.30 DFM - Dance chart. (16+)
- 00.35 Танцпол. (16+)
- 02.00 Муз'итив. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

ПЕРВЫЙ



14.55 «ШКОЛЬНЫЙ ВАЛЬС». (12+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 «Умницы и умники». (12+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Наше всё». (12+)
11.05 «ПроУют». (0+)
12.15 «Поехали!». (12+)
13.10 Концерт к 80-летию Муслима Магомаева. (12+)
14.55 «ШКОЛЬНЫЙ ВАЛЬС». (12+)
16.50 «Когда меня не будет...» (12+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 «Сегодня вечером». (16+)
19.55 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
21.00 «Время»
21.35 «А У НАС ВО ДВОРЕ...». (16+)
23.35 «Баста. Концерт в Лужниках». (12+)
01.20 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



17.50 «Привет, Андрей!». (12+)

- 05.00 Утро России. Суббота
08.00 Вести. Местное время
08.20 Местное время. Суббота
08.35 «По секрету всему свету»
09.00 «Формула еды». (12+)
09.25 «Пятеро на одного»
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.50 «В кругу друзей»
12.55 «Доктор Мясников». (12+)
14.00 Вести
14.50 «Парад юмора». (16+)
17.00 Вести
17.50 «Привет, Андрей!». (12+)
20.00 Вести
21.00 «ДОМ НА КРАЮ РАДУГИ». (16+)
Кажется, Кате в жизни очень повезло: она вышла замуж за успешного бизнесмена, родила сына Никиту, живёт в богатом доме и занимается любимым делом...
00.35 «ПРОСТИ». (12+)
04.20 «ЖЕНА ШТИРЛИЦА». (16+)

НТВ



20.20 «Секрет на миллион». (16+)

- 04.50** «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
07.25 «Смотр». (0+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
09.20 «Едим дома». (0+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.00 «Живая еда». (12+)
12.00 «Квартирный вопрос»
13.10 «НашПотребНадзор». (16+)
14.20 «Игры разумов». (0+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 ЧП. Расследование. (16+)
17.00 Следствие вели... (16+)
19.00 «Центральное телевидение»
20.20 «Секрет на миллион». (16+)
22.20 «Ты не поверишь!» (16+)
23.25 «Международная пилорама». (18+)
00.15 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
00.45 Квартирник НТВ. (16+)
02.10 «Дачный ответ». (0+)

СТС



15.55 «КНИГА ДЖУНГЛЕЙ». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 Мультфильмы. (0+)
08.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
09.00 ПроСТО кухня. (12+)
09.30 Премьера! ПроСТО кухня. (12+)
10.00 Премьера! «100 мест, где поесть». (16+)
11.05 Уральские пельмени. (16+)
11.25 «ВОСТОЧНЫЙ ВЕТЕР». (12+)
13.40 «ВОСТОЧНЫЙ ВЕТЕР-2». (12+)
15.55 «КНИГА ДЖУНГЛЕЙ». (12+)
17.55 «ПИРАТЫ КАРИБСКОГО МОРЯ: СУНДУК МЕРТВЕЦА». (12+)
21.00 «ПИРАТЫ КАРИБСКОГО МОРЯ: НА КРАЮ СВЕТА». (12+)
00.25 «ЭТЕРНА: ЧАСТЬ ПЕРВАЯ». (12+)
02.05 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)

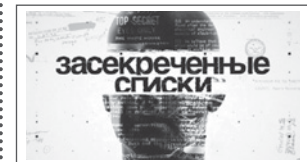
ТНТ



23.00 «Женский стендап». (18+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)
09.30 «Экстрасенсы ведут расследование». (16+)
14.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
21.30 «Конфетка». (16+)
Шоу «Конфетка» соберёт непрофессиональных музыкантов и поможет их пока ещё не признанным шедеврам по-настоящему зазвучать.
23.00 «Женский стендап». (18+)
00.00 «Такое кино!» (16+)
Регулярная программа про кино на телеканале ТНТ. Ведущие с юмором рассказывают о ярких и запоминающихся событиях недели.
00.35 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН: КРЫМСКИЕ КАНИКУЛЫ». (16+)
01.55 «Импровизация. Команды». (16+)
03.30 «Студия «Союз». (16+)
05.00 «Импровизация. Дайджесты». (16+)

РЕН



18.00 «Засекреченные списки». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
07.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)
09.00 «Минтранс». (16+)
10.00 Самая полезная программа. (16+)
11.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
12.30 «Новости». (16+)
13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
15.00 «СОВБЕЗ». (16+)
16.30 «Новости». (16+)
17.00 «Документальный спецпроект». (16+)
18.00 «Засекреченные списки». (16+)
19.00 «ЛЮДИ ИКС: ТЁМНЫЙ ФЕНИКС». (16+)
21.10 «НОВЫЕ МУТАНТЫ». (16+)
23.00 «МОНСТРЫ». (16+)
00.50 «ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН». (12+)
02.55 «КРИО». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
05.30 Пятница News. (16+)
05.50 «Простоквашино». (0+)
06.30 «Маленький Принц». (6+)
08.30 Мамы Пятницы. (16+)
09.00 Руссо-экспресс. (16+)
11.00 Четыре свадьбы. (16+)
13.00 Четыре дачи. (16+)
14.30 Четыре свадьбы. (16+)
23.00 Сердце Клавды. (16+)
01.30 «ВЫЖИВИШИЙ». (18+)
03.40 Пятница News. (16+)
04.10 Инсайдеры. (16+)

Ю

- 05.20 «Маша и Медведь». (0+)
10.10 «Зови меня мамой». (16+)
11.35 «Чудо из ада». (12+)
Реалити, в котором родители избалованных мажоров-подростков обращаются за помощью, а их капризных и неуправляемых чад отправляют на 4 дня в обычные семьи.
15.00 «Беременная в 16». (16+)
16.30 «Жизнь после шоу. Б16». (16+)
17.25 «Беременная в 16». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (18+)
03.00 «Супермама». (16+)
04.40 «Маша и Медведь». (0+)

ЧЕ!

- 06.00 Невероятные истории. (16+)
06.15 Улётное видео. (16+)
08.00 «ВРАГ ГОСУДАРСТВА». (0+)
В руки адвоката Роберта Дина попала страшная улика, разоблачающая многих высокопоставленных чиновников.
10.30 «СОЛДАТЫ-9». (12+)
15.30 «СОЛДАТЫ-10». (12+)
20.30 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
00.00 Клуб обаятельных животных. (16+)
01.00 «+100500». (18+)
03.00 За гранью реального. (16+)

МИР

- 05.00, 06.15 Мультфильмы. (6+)
06.00 Всё, как у людей. (6+)
06.50 «БАЛЛАДА О ДОБЛЕСТНОМ РЫЦАРЕ АЙВЕНГО». (16+)
Мелодрама, СССР, 1982 г.
08.40 Исторический детектив с Николаем Валувым. (16+)
09.15 Диктор делает. (16+)
09.30 Фазендалайф. (6+)
10.00 Погода в мире
10.10 «ДОБРЯКИ». (16+)
11.50, 16.15, 18.45 «ПИЛОТ МЕЖДУНАРОДНЫХ АВИАЛИНИЙ». (16+)
16.00, 18.30 Новости
02.30 Наше кино. История большой любви. (16+)
03.10 «ВРАТАРЫ». (16+)
04.25 «НОВЫЙ ГУЛЛИВЕР». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 Всё по-взрослому
10.10 «Конструкторы будущего». (12+)
10.25 «КУРЬЕР». (12+)
12.00 «ИНСПЕКТОР УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (12+)
16.15 «Ректорат». (12+)
17.00 «День вместе». (12+)
17.30 «Точка.ру». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
19.05 «Очень личное». (12+)
19.45 «ОТЦЫ И ДЕТИ». (16+)
22.25 «БОЛЬШИЕ ГЛАЗА». (16+)
00.10 «ЕВА». (18+)
01.40 «БЛИЖНИЙ КРУГ». (12+)

ПОБЕДА

- 04.40 «ПЕРВЫЙ ОСКАР». (16+)
06.30 «ПАЛАЧ». (16+)
15.45 «СНАЙПЕР. ОРУЖИЕ ВОЗМЕЗДИЯ». (16+)
Группа снайперов под командованием старшего лейтенанта Алексея Яшина сталкивается с хитрым противником - немецким капитаном Карлом Кляйстом. Подстроившая им ловушка оборачивается для Яшина большой бедой. И тогда Алексей даёт себе слово отомстить немецкому снайперу...
18.45 «СНАЙПЕР. ОФИЦЕР СМЕРШ». (16+)
21.55 «СНАЙПЕР-2. ТУНГУС». (16+)
01.00 «РЖЕВ». (16+)
02.50 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Долина Муми-троллей». «Лунтик». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Черепашки». (0+)
09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)
Сегодня на кухне - повара-художница Варя! Как приготовить волосатые сосиски, бывают ли огурцы треугольными, и почему жабы крахтят?
09.25 «Цветяшки!» (0+)
10.10 «Лунтик». (0+)
11.00 «Семья на ура!» (0+)
11.30 «Мышкин дом». (0+)
Добро пожаловать в удивительный мир мышек в доме!
11.50 «Улётная доставка». (0+)
13.05 «Мир Винкс». (6+)
14.00 «Турбозавры». (0+)
15.20 «Простоквашино». (0+)
16.15 «Турбозавры». (0+)
17.30 «Барбоскины». (0+)
19.10 «Чудо-Юдо». (6+)
Приключения царевича Ивана и дракона Чудо-Юдо.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Сказочный патруль». (0+)
22.30 «Герои Гуджitsu». (6+)
22.45 «Фьюжн Макс». (6+)
23.10 «Ералаш». (6+)
00.25 «Барбоскины». (0+)
01.20 «Смешарики». (0+)
02.30 «Давайте рисовать!» (0+)
02.55 «Три кота». (0+)
03.20 «Лабораториум». (0+)
03.45 «Три кота». (0+)
04.15 «Букварий». (0+)
04.30 «Три кота». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
10.30 «Морики Дорики». (0+)
11.00 «Умка». (0+)
11.15 «Лудлвилль». (0+)
11.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
12.00 «Сказочный патруль. Старшая сестра». (0+)
12.10 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Добро пожаловать!» (0+)
12.15 «Кошечки-собачки. Школьная олимпиада». (0+)
14.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
17.50 «Сказочный патруль». (0+)
19.00 МУЛЬТпремьера! «Сказочный патруль. Старшая сестра». «Ник-изобретатель. Робот Леонардо», «Кошечки-собачки. Школьная олимпиада», «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Добро пожаловать!» (0+)
19.40 «Лунтик». (0+)
22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
02.00 МУЛЬТпремьера! «Ник-изобретатель. Робот Леонардо», «Сказочный патруль. Старшая сестра», «Фиксики. Дай пять! Лошадина сила», «Волшебная кухня. Коврижка». (0+)
19.40 «Лунтик». (0+)
22.00 МУЛЬТпремьера! «Ник-изобретатель. Робот Леонардо», «Сказочный патруль. Старшая сестра», «Фиксики. Дай пять! Лошадина сила», «Кошечки-собачки. Школьная олимпиада», «Волшебная кухня. Коврижка», «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Добро пожаловать!» (0+)
02.40 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
04.00 «Кошечки-собачки». (0+)
05.50 «Кошечки-собачки. Школьная олимпиада». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.25, 06.45, 12.45 Книжные аллеи. (12+)
00.55, 18.55 Семь дней истории. (12+)
01.00 Судьба одного химика. (12+)
01.45 Всемирное наследие. (12+)
02.30 Народный фронт Победы. (12+)
03.00 События в истории. (12+)
04.00 Личность в истории. (12+)
04.25 Дворянские фамилии России. (6+)
04.55 Россия глазами иностранцев. (12+)
05.40, 06.10 Морской узел. (12+)
06.35, 10.50, 15.45 Обыкновенная история. (6+)
07.15 Непокорённые. (12+)
07.55 Будьте готовы! (12+)
08.55 Недопонимание мемуары. (12+)
09.55 Крымская победа Василия Долгорукова. (12+)
10.55 Подлинная история Д'Артаньяна. (12+)
11.55 Историада. (12+)
13.20 Владимир Даль. Жизнь в поисках клада. (12+)
13.50 Пустые страницы. (12+)
14.50, 19.05, 23.05 Великие живописцы. (12+)
16.00 «ПЕРВАЯ КОННАЯ». (12+)
17.40 Испанская кровь (12+)
18.25 Сыны России. (12+)
20.00 «МАРКО ПОЛО». (18+)
21.30 Ключ на шпилье Государевой башни. (12+)
22.20 Пешком по Москве. (6+)
22.55 Элемент познания. (12+)

VJU HISTORY

- 06.05 Пропащие миллионы Грейс Келли. (12+)
06.50 Правдивая история графа Монте-Кристо. (16+)
07.50 Сокровища Европы. (12+)
08.50 Чудеса ЮНЕСКО. (12+)
09.55 Неизвестная Италия: Матера город из камня. (12+)
11.25 Империя с Майклом Портилло. (12+)
12.20 Легенды Европы (12+)
13.20, 14.25 Последние часы Помпеев: новые загадки. (12+)
15.25, 16.25 Дворец с иероглифами. По следам Шампольона. (12+)
17.20 4 лица Моны Лизы. (12+)
19.05 Утопия инженерии. (16+)
20.00, 21.00 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+)
Используя спецэффекты, данные раскопок и эксперименты, археологи всё больше узнают о том, кем были ацтеки...
22.00 Перу: жертвоприношения в царстве Чимор. (12+)
В Перу обнаружены останки сотен детей и юных лам, датированные XV в. Команда учёных изучает обстоятельства этих жертвоприношений.
23.05 Потерянные правители Теотуакана. (12+)
00.10, 01.10, 02.05, 03.00 Первая мировая. (16+)
03.55, 04.50 Нулевая мировая. (16+)

ДОКТОР

- 06.00, 06.30, 10.50, 11.20, 14.40, 15.10, 15.40, 23.15, 23.45, 00.15, 00.45, 05.35 Будь в тонусе! (12+)
Этот фильм для всех, кто интересуется своим здоровьем. Используя научный подход и опыт ведущих специалистов, авторы пытаются проверить мифы о здоровье и представить зрителям результаты научных исследований.
06.55, 13.40, 22.15, 03.50 Истории болезней. Холера. (16+)
07.25, 14.10, 22.45, 04.15 Истории болезней. (16+)
07.55, 16.40, 01.10 Большой скачок. Гормоны. На страже здоровья. (12+)
08.25, 17.05, 01.35 Большой скачок. Гормоны. На страже красоты. (12+)
08.50, 17.35, 02.05 Медицинский репортёр. Артист цирка. (12+)
09.20, 18.05, 02.30 InVivo. Нарколексия. (12+)
09.50, 18.35, 02.55 Теледоктор. (12+)
11.45, 12.15, 20.20, 20.50 На приёме у Михаила Лабковского. Как перестать страдать. (12+)
12.45, 21.15, 04.40 Угрозы современного мира. Супермикроб. (12+)
13.10, 21.45, 05.05 Угрозы современного мира. Невидимая опасность. (12+)
16.10 Большой скачок. Хроническая усталость. (12+)
19.30 Эпоха антибиотиков. (12+)

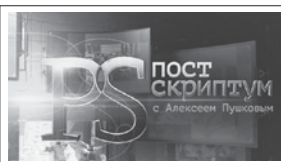
РОССИЯ К
Культура



16.05 Большие и маленькие

- 06.30 «Библейский сюжет»
- 07.05 «Малыш и Карлсон». «Карлсон вернулся»
- 07.45 «МИМИНО»
- 09.15 «Мы - грамотеи!»
- 10.00 19.30 Новости культуры
- 10.15 «СЛЕД В ОКЕАНЕ»
- 11.35 «Земля людей»
- 12.05 Черные дыры. Белые пятна
- 12.50 «Лазурная обитель»
- 13.35 23.00 «Три минуты тишины»
- 13.40 «Рассказы из русской истории»
- 14.55 23.05 «Мосфильм» на ветрах истории»
- 16.05 Большие и маленькие
- 18.15 «Энциклопедия загадок»
- 18.40 «Доминанты»
- 19.50 «КИНО история контрразведки»
- 20.30 «ПОДВИГ РАЗВЕДЧИКА»
- 22.00 «Агора»
- 00.10 «СЫН»

ТВЦ



21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым

- 05.50 «ЖЕНА ШТИРЛИЦА». (16+)
- 07.20 «Православная энциклопедия». (6+)
- 07.45 «НАСТЕНЬКА». (12+)
- 11.30 События
- 11.45 «Смешите меня семей!» (16+)
- 12.55 «Москва резиновая». (16+)
- 13.25 «ЖЕНИХ ИЗ ХОРОШЕЙ СЕМЬИ». (12+)
- 14.30 22.00 События
- 14.45 «ЖЕНИХ ИЗ ХОРОШЕЙ СЕМЬИ». (12+)
- 17.25 «КНИЖНАЯ ДЕВОЧКА». (12+)
- 21.00 «Постскриптум»
- 22.05 «Право знать!» (16+)
- 23.30 «Кровавый пантеон Украины». (16+)
- 00.10 «90-е. Наркота». (16+)
- 00.50 Специальный репортаж. (16+)
- 01.20 «Хватит слухов!» (16+)
- 01.45 «Закулисные войны. Юмористы». (16+)
- 02.25 «Закулисные войны. Кино». (16+)

ТВ-3



11.15 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 06.15 «МИСТЕР ОШИБКА». (16+)
- 07.45 «Реальная белка». (6+)
- 09.30 Вкусно с Ляйсан. (16+)
- 10.00 Чудо. (12+)
- 11.15 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 15.00 «СИНЯЯ БЕЗДНА: НОВАЯ ГЛАВА». (16+)
- Миа и Саша - сводные сестры, но отношения между ними весьма натянутые. Родители пытаются примирить девушек и решают отправить сестренок на водную экскурсию. Но вместо намеченной прогулки девушки направляются в другое место.
- 17.00 «ПЕЩЕРА». (16+)
- 19.00 «ЧЕЛЮСТИ». (16+)
- 20.30 «ПИРАНЬИ». (16+)
- 22.15 «ПИРАНЬИ 3DD». (16+)
- 23.45 «ХИЩНЫЕ ВОДЫ: ЗАПАДНЯ». (16+)
- 01.45 Охотники за привидениями. (16+)
- 03.30 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



10.05 Пять ужинов. (16+)

- 06.30 «МУЖ НА ЧАС». (16+)
- 08.00 «ТРИ ДНЯ НА ЛЮБОВЬ». (16+)
- 10.05 Пять ужинов. (16+)
- 10.20 «КУКУШКИ». (16+)
- 14.50 «ПО ВОЛЕ СЛУЧАЯ». (16+)
- 19.00 «ЯРКОЕ ПЛАМЯ». (16+)
- 22.55 Скажи, подруга. (16+)
- 23.10 «КАЖДОМУ СВОЁ». (16+)
- Татьяна живёт во Франции. Она молода, красива, богата. Жизнь в особняке похожа на рекламный ролик. Но за этим фасадом скрываются несчастье и боль. Муж давно охладел к ней, стал чужим и жестоким. А развестись нельзя: адвокаты добьются, чтобы дети остались с ним. Вскоре Татьяна узнаёт, что её матери предстоит операция. Она летит в Россию.
- 01.05 «МУЖ НА ЧАС». (16+)
- 02.40 «Преступления страсти». (16+)
- 05.55 «6 кадров». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 05.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)
- 09.00 «Страна советов». (16+)
- 09.30 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)
- 16.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ». (16+)
- 19.30 «СЛЕД». (16+)
- 00.00 «Известия. Главное». (16+)
- 01.05 «Светская хроника». (16+)
- 02.05 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-5». (16+)

ЗВЕЗДА

- 06.30 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИМ ВХОД ВОСПРЕЩЕН». (6+)
- 09.40 00.55 «УВОЛЬНЕНИЕ НА БЕРЕГ». (12+)
- 16.30 «Специальный репортаж». (16+)
- 17.10 «КОНТРУДАР». (12+)
- 19.20 «ЕСЛИ ВРАГ НЕ СДАЕТСЯ...» (12+)
- 20.50 «ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ». (16+)
- 22.55 «ТИХАЯ ЗАСТАВА». (16+)
- 02.20 «ДОМ, В КОТОРОМ Я ЖИВУ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Цветяшки». (0+)
- 11.00 «СВАТЬИ 2». (16+)
- 12.00 «Специальный репортаж». (12+)
- 12.15 «Адрес истории». (12+)
- 12.45 «Точка.ру». (12+)
- 13.15 «Служу Отечеству». (12+)
- 13.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.45 «ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ». (16+)
- 15.30 «Открываем Воронеж». (12+)
- 15.45 «Просто жизнь». (12+)
- 16.15 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (16+)
- 18.00 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 «Современники». (12+)
- 20.15 «Точка.ру». (12+)
- 20.45 «В тени чемпионов». (12+)
- 21.00 «ДВОЕ ПОД ОДНИМ ЗОНТОМ». (16+)
- 22.45 «Формула здоровья». (12+)
- 23.15 «Марафон». (12+)
- 00.15 «Малая сцена». (12+)
- 03.15 «КНИЖНЫЙ КЛУБ». (18+)

СПОРТ

- 06.00 Бокс. (16+)
- 07.00 12.20 16.20 20.20 Новости
- 07.05 11.45 13.45 15.15 21.10 23.45 Все на Матч!
- 09.55 Мини-футбол. «Синара» (Екатеринбург) - КИРО (Москва). Чемпионат России. PARI-Суперлига. Прямая трансляция
- 12.25 13.55 Плажный футбол. OLYMPBET Кубок России. 1/2 финала. Прямая трансляция из Анапы
- 16.25 Футбол. «Бавария» - «Бохум». Чемпионат Германии. Прямая трансляция
- 18.30 Футбол. «Спартак» (Москва) - «Динамо» (Москва). МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 21.40 Футбол. «Лацио» - «Монца». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
- 01.00 Борьба. Чемпионат мира. Трансляция из Сербии. (12+)
- 01.30 Матч! Парад. (6+)
- 02.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 06.00 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. Суперкубок. (6+)
- 07.50 10.00 11.50 Новости
- 07.55 Борьба. Чемпионат мира. (12+)
- 08.25 Автоспорт. (6+)
- 09.15 «Небесная грация». (0+)
- 09.30 19.25 00.05 Страна смотрит спорт. (12+)
- 10.05 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 11.30 13.35 21.55 Спецрепортаж. (12+)
- 11.55 Баскетбол. Благотворительный матч «Движение вверх»
- 13.55 Плажный футбол. Кубок России. 1/2 финала
- 15.25 17.25 Регби. Чемпионат России
- 19.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. Суперкубок. 1/2 финала
- 22.15 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 00.35 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. Суперкубок. 1/2 финала. (6+)
- 02.25 География спорта. (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.15 «АКАДЕМИЯ ВАМПИРОВ». (16+)
- 08.20 «ВИЗАНТИЯ». (16+)
- 10.40 «ОРУДИЯ СМЕРТИ: ГОРОД КОСТЕЙ». (12+)
- 13.20 «ИСХОДНЫЙ КОД». (16+)
- 15.10 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
- 17.00 «БЕЛФЕГОР - ПРИЗРАК ЛУВРА». (12+)
- 19.00 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
- 21.00 «БИБЛИОТЕКАРЬ-2: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)
- 22.55 «БИБЛИОТЕКАРЬ-3: ПРОКЛЯТИЕ ИУДОВОЙ ЧАШИ». (16+)
- 00.50 «СЕМЬ ЛЕТ В ТИБЕТЕ». (16+)
- 03.00 «ЛЕГЕНДЫ ОСЕНИ». (16+)
- 05.00 «Говорящий Том и друзья». Мультсериал. (6+)
- 05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 06.45 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 08.25 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 10.55, 11.50 «СКЛИФОВОСОВСКИЙ». (16+)
- 12.50 «НОЧНЫЕ СТРАЖИ». (12+)
- 14.55 «ДЕД МОРОЗ. БИТВА МАГОВ». (6+)
- 17.15 «ВРАТАРЬ ГАЛАКТИКИ». (6+)
- 19.35 «НАПАРНИК». (12+)
- 21.25 «ПРИЗРАК». (6+)
- 23.45 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
- 01.20 «МАФИЯ: ИГРА НА ВЫЖИВАНИЕ». (16+)
- 02.50 «СМЕРТЕЛЬНЫЕ ИЛЛЮЗИИ». (12+)
- 04.35 Мультфильм. (6+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.00, 01.50, 03.15, 04.00, 04.50, 05.40, 06.30 «БЕЛЫЙ ВОРОТНИЧОК». (12+)
- 07.20 «НЕВЕЗУЧИЕ». (16+)
- 09.10 «МАЛАВИТА». (16+)
- 11.10 «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
- 13.20 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)
- 15.40 «ЦЫПОЧКА». (16+)
- 17.35 «НАЧНИ СНАЧАЛА». (16+)
- 19.30 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА!» (12+)
- Комедия, Россия, 2014 г.
- 21.15 «ГУДЗОНСКИЙ ЯСТРЕБ». (16+)
- Боевик, комедия
- 23.10 «ИГРА В ЧЕТЫРЕ РУКИ». (16+)
- Комедия, Италия, Франция, 1980 г.

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ДОМ-ФАНТОМ В ПРИДАНОЕ». (16+)
- Сериял. Детектив, Украина, 2006 г. В ролях: Мария Скосырева, Дарья Румянцова, Андрей Астраханцев, Вера Майорова
- 12.00, 20.00, 04.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ!». (16+)
- 14.00, 22.00 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «САКВОЯЖ СО СВЕТЛЫМ БУДУЩИМ!». (16+)
- 06.00 «ПРЕДЛАГАЕМЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА!». (18+)

СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.55 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- 00.00 Сердца за любовь (16+)
- 01.05 «Сказка о царе Салтане». Мультфильм. (0+)
- 02.00 «Комаров». Мультфильм. (0+)
- 02.10 «Лесная хроника». Мультфильм. (0+)
- 02.15 «Друзья-товарищи». Мультфильм. (0+)
- 02.35 «Разные колёса». Мультфильм. (0+)
- 02.45 «Кто получит приз?» Мультфильм. (0+)
- 02.55 «Храбрый портяжка». Мультфильм. (0+)
- 03.25 «Тигрёнок на подсолнухе». Мультфильм. (0+)
- 03.35 Мультфильмы. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Святые России. (6+)
- 06.05 «ЗВЕЗДА». (0+)
- 08.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.30 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
- 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 09.25 Простые чудеса. (12+)
- 10.15 В поисках Бога. (6+)
- 10.50 Расскажи мне о Боге. (6+)
- 11.25 Двенадцать. (16+)
- 11.55 День Ангела. Святитель Феофан Затворник. (0+)
- 12.30 Трудный подъем. (0+)
- 13.10, 14.50 «ЧЕРЕЗ ГОБИ И ХИНГАН». 1-2 серии. (12+)
- 16.35, 17.40 Святые России. (6+)
- 18.45 «ВДОВЫ». (0+)
- 20.35 Простые чудеса. (12+)
- 21.25 Профессор Осипов. (0+)
- 22.00 Русский мир. (12+)
- 23.00 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.05 Спас-стрим. (16+)
- 01.20 День Патриарха. (0+)
- 01.35 В поисках Святителя. (0+)
- 02.30 Расскажи мне о Боге. (6+)
- 03.00 Простые чудеса. (12+)
- 03.45 Поездка для души. Кто упрям - тому на Валаам. (0+)
- 04.30 Профессор Осипов. (0+)

Православный календарь

23 сентября
Седмица 16-я по Пятидесятнице. Суббота перед Воздвижением. Глас 6. Попразднство Рождества Пресвятой Богородицы. Мцц. Минодоры, Митродоры и Нимфодоры.



Апп. от 70 Апеллия, Лукция и Климента. Мч. Варипсава. Блгв. царицы греческой Пульхерии. Свт. Петра и Павла, епископов Никейских. Прп. Павла Послушливого, Печерского. Прп. кн. Андрея, в иночестве Иоасафа, Спасокубенского. Собор Липецких святых. Щмчч. Исмаила, Евгения, Иоанна, Константина, Петра, Василия, Глеба, Василия, Иоанна, Петра, Николая, Палладия пресвитеров и прмчч. Мелетия и Гавриила, мч. Симеона, мц. Татианы. Щмчч. Уара, еп. Липецкого.

Поста нет.

«Смиряться больше, когда не успеваешь в делах спасения. Считаю себя хуже всех в свете, прощай всех и всегда и за все и прибегай всегда с покаянием и за помощью ко Господу».

Прп. Иосиф Оптинский (Литовкин)

МУЗЫКА

- 05.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 06.30 PRO-новости. (16+)
- 07.00 Плейлист. Осень. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 10.00 Моя волна. (16+)
- 11.00 Чарт Золотой граммофон Русского Радио. (16+)
- 12.00 PRO-новости. (16+)
- 12.30 Top-30. (16+)
- 15.00 Приехали! (16+)
- 15.30 Хит-Сториз. (16+)
- 16.00 Отвружились: забытые легенды 90-х. (16+)
- 17.00 Битва поколений. (16+)
- Второй сезон
- 18.30 Ретро FM 20 лет. (16+)
- 20.00 Танцпол. (16+)
- 22.00 DFM - Dance chart. (16+)
- 23.00 Танцпол. (16+)
- 00.00 Караоке хит. (16+)
- 01.00 Лайкер. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ПЕРВЫЙ



19.00 «Три аккорда». Финал. (16+)

- 06.00 Новости
06.10 Подкаст.Лаб. (16+)
06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
07.40 «Часовой». (12+)
08.10 «Здоровье». (16+)
09.20 «Мечталлион». (12+)
09.40 «Непутевые заметки». (12+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Жизнь своих». (12+)
11.10 «Повара на колесах». (12+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Видели видео?» (0+)
13.50 «ТЕГЕРАН-43». (12+)
16.50 «Мужская работа». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 «Три аккорда». Финал. (16+)
21.00 «Время»
22.35 «Что? Где? Когда?»
Осенняя серия игр. (16+)
23.45 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



10.10 Сто к одному

- 06.10 «ОТОГРЕЙ МОЁ СЕРДЦЕ». (12+)
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.50 Большие перемены
12.50 «НЕ СМЕЙ МНЕ ГОВОРИТЬ «ПРОЩАЙ!». (12+)
Катя - талантливая пианистка, но при этом всю жизнь одинока. Она никак не может забыть свою первую и несчастную любовь - Тимофея.
17.00 Вести
17.50 «Песни от всей души». (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.30 «Выбор». (12+)
02.15 «ОТОГРЕЙ МОЁ СЕРДЦЕ». (12+)

НТВ



15.00 «Своя игра». (0+)

- 04.45 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Центральное телевидение». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
11.55 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.05 «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 Человек в праве. (16+)
17.00 «Следствие вели...» (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели»
20.20 «Ты супер!». (6+)
23.20 «Звезды сошлись». (16+)
00.55 «Основано на реальных событиях». (16+)
03.30 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

СТС



08.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 Мультфильмы. (0+)
08.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
09.00 Рогов в городе. (16+)
10.00 «ВОСТОЧНЫЙ ВЕТЕРА-3». (12+)
12.10 «ВОСТОЧНЫЙ ВЕТЕРА-4: ЛЕГЕНДА О ВОЙНЕ». (12+)
14.20 «ВОСТОЧНЫЙ ВЕТЕРА-5: ВЕЛИКИЙ УРАГАН». (12+)
16.20 «Как приручить дракона». (12+)
18.15 «ПИРАТЫ КАРИБСКОГО МОРЯ: НА СТРАННЫХ БЕРЕГАХ». (12+)
21.00 «ПИРАТЫ КАРИБСКОГО МОРЯ: МЕРТВЕЦЫ НЕ РАССКАЗЫВАЮТ СКАЗКИ». (16+)
23.35 «БЫСТРЕЕ ПУЛИ». (18+)
01.35 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА». (12+)
03.20 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)

ТНТ



21.00 «Лига городов». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)
09.30 «Битва экстрасенсов». (16+)
18.30 «Новые Звёзды в Африке». (16+)
Культурное реалити-шоу возвращается в эфир вместе с постоянными ведущими: Ольгой Бузовой и Михаилом Галустьяном. За главный приз на этот раз борются актёр Оскар Кучера и блогер Евгений Ершов.
21.00 «Лига городов». (16+)
23.00 «Шоу Воли». (16+)
00.00 «БАБКИ». (16+)
Одинокая пенсионерка Евгения Васильевна искренне не любит весь окружающий ее мир. И однажды мир отвечает ей взаимностью...
01.10 «Я тебе не верю». (16+)
02.50 «Импровизация. Команды». (16+)
04.30 «Студия «Союз». (16+)
06.00 «Импровизация. Дайджесты». (16+)

РЕН



09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
07.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 «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+)
12.30 «Новости». (16+)
12.45 «БЕГУЩИЙ ПО ЛЕЗВИЮ 2049». (16+)
15.50 «ЛЮДИ ИКС: НАЧАЛО. РОСОМАХА». (16+)
18.00 «РОСОМАХА: БЕССМЕРТНЫЙ». (16+)
20.20 «ЛОГАН». (16+)
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченком». (16+)
23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Пятница News. (16+)
05.25 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
05.45 «Тайны Медовой долины». (12+)
06.05 «Простоквашино». (0+)
06.30 Пятница News. (16+)
06.55 «Простоквашино». (0+)
08.40 Мамы Пятницы. (16+)
09.10 Черный список. (16+)
11.00 Гастротур. (16+)
12.00 На ножах. (16+)
21.50 Адский шеф. (16+)
00.20 «Биохакинг». (16+)
01.40 Пятница News. (16+)
02.10 Инсайдеры. (16+)
03.50 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
09.20 «Беременная в 16». (16+)
14.00 «Жизнь после шоу. Б16». (16+)
Новое ток шоу на телеканале Ю, в котором бывшие участницы реалити «Беременная в 16» расскажут о том, как сложилась их жизнь после проекта.
15.00 «Беременная в 16». (16+)
16.40 «Чудо из ада». (12+)
20.00 «Грешницы на перепитании». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (18+)
03.05 «Супермама». (16+)
04.40 «Маша и Медведь». (0+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)
06.20 Улётное видео. (16+)
06.45 23.30 «ПОБЕДИТЕЛИ И ГРЕШНИКИ». (12+)
Пять преступников со смешными прозвищами, выйдя из тюрьмы, решают начать честную жизнь.
08.50 «СОЛДАТЫ-10». (12+)
20.30 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
01.50 «+100500». (18+)
03.30 Шутники. (16+)
03.45 Невероятные истории. (16+)
05.20 Дорожные войны 2.0. (16+)

МИР

- 05.00 «НОВЫЙ ГУЛЛИВЕР». (16+)
05.30 Мультфильмы. (6+)
07.40 «ТРЫН-ТРАВА». (16+)
09.25 Будь, готовь! (12+)
09.30 Фазендалайф. (6+)
10.00, 16.00 Новости «КУЛИНАР-2». (16+)
Феликс Малинин живёт в Санкт-Петербурге. Среди немногочисленных друзей он слышит неплохим парнем, замкнутым чудяком. Плюс у него не совсем обычное пристрастие: он очень любит готовить, причем делает это по-настоящему здорово. На самом деле Феликс служит в ОРБ МВД (оперативно-розыскное бюро).
18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 Всё по-взрослому
12.00 «НОВЫЕ ВРЕМЕНА». (12+)
13.25 «Отчий дом». (12+)
17.00 «День вместе». (12+)
17.30 «Неделя». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
19.05 «Клуб главных редакторов». (12+)
19.45 «ЛЕВ». (16+)
21.35 «ИЮЛЬСКИЙ ДОЖДЬ». (12+)
23.25 «Золотая коллекция неигрового кино». (16+)
00.00 «Кино» в Севкабеле. Концерт. (12+)
01.15 «ОТЦЫ И ДЕТИ». (16+)

ПОБЕДА

- 05.05 «ЕДИНИЧКА». (16+)
06.45 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СРЕЛОК». (16+)
08.20 «ГРАНИЦА. ТАЁЖНЫЙ РОМАН». (16+)
15.50 «ШТРАФАБЪ». (16+)
Под руководством Василия Твердохлебова, майора РККА, побывавшего в плену, воюет штрафной батальон, намертво сплотивший судьбы самых разных людей... Несмотря на разницу во взглядах, воспитании и мировосприятии, все они встанут плечом к плечу перед лицом общего врага...
01.00 «СЕМЬ ПАР НЕЧИСТЫХ». (16+)
02.10 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+)
04.00 «ХОЛОДНОЕ ТАНГО». (18+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Белка и Стрелка. Тайны космоса», «Лунтик». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Алиса и Льюис». (0+)
Приключения Алисы и кролика Льюиса в удивительной Стране Чудес.
09.00 «Еда на ура! Как в сказке» (0+)
09.25 «Цветняшки!» (0+)
10.10 «Тима и Тома». (0+)
Тима и Тома - верные друзья. Они живут в игрушечном мире, полном чудес и весёлых соседей.
11.00 «Студия красоты». (0+)
«Студия красоты» с Настей Приказчиковой - место, где создаются гармоничные образы для любого случая! Дружеская вечеринка, школьный бал - повод для встреч будут самые интересные и необычные!
11.20 «Чудо-Юдо». (6+)
13.05 «Мир Винкс». (6+)
Феи Винкс отправляются на Землю, чтобы найти талантливых детей и помочь осуществить их самые заветные мечты!
14.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
15.00 «Три кота». (0+)
Увлекательные истории из жизни трех маленьких любознательных котят: Коржика, Компота и их младшей сестренки Карамельки.
16.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
18.30 «Оранжевая королева». (0+)
Мультсериал про семью дружных оранжевых коров.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)

МУЛЬТ

- 20.45 «Сказочный патруль». (0+)
22.30 «Герои Гуджитсу». (6+)
22.45 «Фьюжн Макс». (6+)
Механические чудовища нападают на город. Дети вместе со своими помощниками встанут на его защиту и вскоре обнаруживают, что за атакой монстров может стоять гораздо более мощный организатор...
23.10 «Ералаш». (6+)
00.25 «Барбоскины». (0+)
01.20 «Смешарики». (0+)
02.30 «Давайте рисовать!» (0+)
02.55 «Три кота». (0+)
03.20 «Лабораториум». (0+)
03.45 «Три кота». (0+)
04.15 «Букварий». (0+)
04.30 «Три кота». (0+)
06.00, 11.00 «Фиксики». (0+)
Герои, созданные по мотивам повести Эдуарда Успенского «Гарантийные человечки», живут насыщенной жизнью. ДимДимыч - обычный мальчик, который в один из дней знакомится с Фиксиками и они начинают дружить. Вместе герои не только развлекаются, но и разбираются в том, как устроен мир, а сами Фиксики не забывают подробно рассказать всё самое интересное зрителям. Как что устроено, почему и зачем работает - ответы на многие подобные вопросы о простых и сложных вещах можно найти в мультсериале.
10.30 «Морики Дорики». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 01.15 Личность в истории. (12+)
01.40, 02.10 Морской узел. (12+)
02.35, 06.45, 09.10, 15.45 Обыкновенная история. (6+)
02.45, 08.45 Книжные аллеи. (12+)
03.15 Непокорённые. (12+)
03.55 Будьте готовы! (12+)
04.50 Недописанные мемуары. (12+)
05.50 Крымская победа Василия Долгорукова. (12+)
06.55 Подлинная история Д'Артаньяна. (12+)
07.50 Историада. (12+)
09.20 Владимир Даль. Жизнь в поисках клада. (12+)
09.50 Пустые страницы. (12+)
10.50, 19.05 Великие живописцы. (12+)
11.50 «ПЕРВАЯ КОННАЯ». (12+)
13.30 Испанская кровь. (12+)
14.15 Сыны России. (12+)
14.45 История одной фотографии. (6+)
15.00 Всемирное наследие. (12+)
16.00 «МАРКО ПОЛО». (18+)
17.30 Ключ на шпигле Государевой башни. (12+)
18.20 Пешком по Москве. (6+)
18.35 Элемент познания. (12+)
20.00 Люди, сделавшие Землю круглой. (12+)
20.50 Город трёх империй. (12+)
22.30 История особняка барона Кельха. (12+)
23.05 Исторические города Британии. (12+)

HISTORY

- 06.10, 07.05 Нулевая мировая. (16+)
08.05 Древняя история Сибири. (12+)
08.35 Сокровища Европы. (12+)
09.35 Чудеса ЮНЕСКО. (12+)
10.40 Жизнь на вулкане. (12+)
12.10 Империя с Майклом Портилло: Северная Америка. (12+)
13.05 Легенды Европы. (12+)
14.05 Загадка троянского коня. (12+)
15.10, 16.05 Цинь Шихуанди. Правитель вечной империи. (12+)
17.05 Пропащие миллионы Грейс Келли. (12+)
18.00 Мата Хари - прекрасная шпионка. (12+)
19.05 Утопия инженерии. (16+)
20.00 Сопротивление: секретные туннели Парижа. (16+)
21.05 Критская операция: Вторжение. (12+)
Это рассказ о знаменитой битве Второй мировой войны и четырёхлетней оккупации греческого острова Крит немцами...
22.10 Критская операция: Эвакуация. (12+)
23.15 Критская операция: Оккупация. (12+)
00.15, 01.20, 02.10, 03.05 Первая мировая. (16+)
04.00 Мата Хари - прекрасная шпионка. (12+)
04.55 Утопия инженерии. (16+)

ДОКТОР

- 06.00, 06.25, 09.50, 14.30, 15.00, 18.20, 18.50, 19.20, 19.50, 23.15, 02.45, 03.15, 03.45 Будь в тонусе! (12+)
06.55, 12.35, 21.20, 05.05 Медицинский репортёр. Артист цирка. (12+)
07.25, 13.05, 21.45, 05.30 InVivo. Нарколепсия. (12+)
07.55, 08.20, 15.30, 16.00, 00.10, 00.40 На приёме у Михаила Лабковского. Как перестать страдать. (12+)
08.50, 16.25, 01.10 Угрозы современного мира. Супермикроб. (12+)
09.20, 16.55, 01.35 Угрозы современного мира. Невидимая опасность. (12+)
Рак, врожденные уродства, депрессия, аллергия, исчезновение видов, мутации, бесплодие. Вот цена, которую человечек платит за технический прогресс. Как излучения действуют на живой организм?
10.15, 23.45 Большой скачок. Хроническая усталость. (12+)
10.45, 02.00 Эпоха антибиотиков. (12+)
11.35, 20.20, 04.10 Большой скачок. (12+)
12.05, 20.50, 04.40 Большой скачок. Гормоны. На страже красоты. (12+)
13.35, 22.15 Теледоктор. (12+)
17.25 Истории болезней. Холера. (16+)
17.55 Истории болезней. Тиф. (16+)

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.

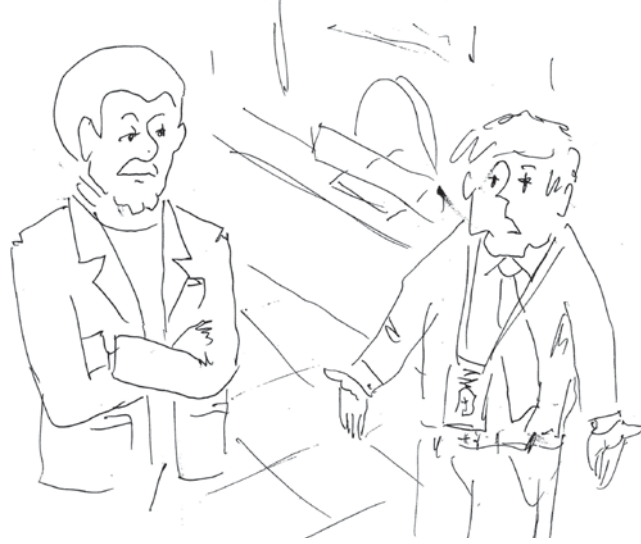
Петрович заступил на ночное дежурство, надеясь поработать с документами, если не будет вызовов. Однако то ли поспособствовала тому осенняя дождливая погода, то ли накопилась усталость, но глаза закрывались сами, а ручка вываливалась из рук. Петрович отложил дела, закрыл кабинет, пошел в соседнее помещение и там прилег на диван – надеялся немного подремать, и уж потом...

За окнами уже стемнело, когда на пороге комнаты возник дежурный – обнаружив кабинет Петровича закрытым, он предположил, что найдет его именно здесь. И не ошибся.

– Товарищ майор, на выезд.

– Вот же негодяи какие, отдохнуть не дадут, – проворчал Петрович, но тут же встал с дивана и направился к выходу.

Ночное дежурство



Оказалось, что в небольшом отделении банка на соседней улице произошло ограбление. Банк располагался буквально в двух шагах от здания полиции, но тем не менее дежурная бригада в полном составе погрузилась в служебную машину – никому не хотелось месить ногами осеннюю грязь. Однако не повезло: улица была плохо освещена, и водитель остановил машину ровно посреди неглубокой, но большой лужи.

– Что ж это у вас фонарь не горит, грязь прямо под дверью... Могли бы и озариться благоустройством прилегающей территории, банк все-таки, – проворчал Петрович, заходя внутрь.

В отличие от прилегающей территории, в помещении было очень светло и очень чисто – ни пылинки, ни соринки. Общий благопристойный вид омрачало лишь лицо встретившего их управляющего, исполненного грусти и безнадеж-

ной тоски. Волосы его были взерошены, галстук съехал набок, плечи уныло повисли.

– Да мы... Тут, понимаем... Дорожные службы... – начал было он.

– Ладно, сейчас не об этом, – прервал его Петрович. – Расскажите, что тут у вас произошло.

– Ворвались трое в масках. У одного был пистолет. Выгребли всю кассу!

Казалось, управляющий вот-вот расплачется.

Минуточку, – остановил Петрович словесный поток.

– По порядку давайте. Когда это произошло?

– Когда?.. Закрыли отделение, клиентов уже не было. Потом ушла уборщица, она у нас по вечерам убирает. А потом они ворвались.

– В котором часу это произошло?

– В котором?.. Банк закрывается в восемь, уборщица ушла минут через сорок-пятьдесят... Часов в девять, наверное.

– А где была ваша охрана?

– Охрана? – управляющий задумался на минуту.

Наверное, вышла куда-нибудь. В служебное помещение, наверное... Ну, вы понимаете.

– Нет, не понимаю. Как это вышла? Вся поголовно? Строем с песней?

Ну нет, не строим, конечно. У нас один охранник на ночь остается. Вот, видимо, он и вышел. В туалет, наверное.

– Понятно, – хмыкнул Петрович. – Хотя, конечно, ничего не понятно. А вы где были?

– Здесь, в операционном зале. Мне тут надо было кое-что...

Понятно, – Петровича начала раздражать неторопливая манера ответов управляющего. – А тревожная кнопка здесь, в операционном зале, есть?

– Тревожная кнопка?.. Ах, да. Есть, конечно, есть. И не одна. У каждого операциониста. И на входе еще, у охраны.

– И почему же вы ее не нажали?

– Почему?.. – управляющий будто сам удивился, но, заметив суровый взгляд Петровича, быстро собрался: – Я был далеко от нее. Не дотянулся.

– До тревожной кнопки не дотянулся, а до кассы, стало быть, дотянулся, – не выдержал Петрович.

– До кассы? До какой кассы? При чем тут я? – встрепенулся управляющий.

При том, что никакого ограбления не было, и мне лично это ясно как день, – ответил Петрович. – Настоятельно рекомендую добровольно вернуть деньги и написать явку с повинной. Охраннику вашему, кстати, тоже – не сомневаюсь, что вы в сговоре.

Виктория АНДРЕЕВА



Почему Петрович пришел к выводу, что ограбления не было?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 36: в теплый день мороженое, которое ел мальчик, за сорок минут должно было полностью растаять.

Рис. Ирины Светловой

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

18 сентября Восход: 6 ч. 00 м. Заход: 18 ч. 34 м. Долгота дня: 12 ч. 34 мин.

Растущая Луна в знаке Скорпиона

19 сентября Восход: 6 ч. 02 м. Заход: 18 ч. 31 м. Долгота дня: 12 ч. 29 мин.

Растущая Луна в знаке Скорпиона

20 сентября Восход: 6 ч. 04 м. Заход: 18 ч. 29 м. Долгота дня: 12 ч. 25 мин.

Растущая Луна в знаке Стрельца

21 сентября Восход: 6 ч. 05 м. Заход: 18 ч. 27 м. Долгота дня: 12 ч. 22 мин.

Растущая Луна в знаке Стрельца

22 сентября Восход: 6 ч. 07 м. Заход: 18 ч. 24 м. Долгота дня: 12 ч. 17 мин.

Растущая Луна в знаке Козерога

23 сентября Восход: 6 ч. 08 м. Заход: 18 ч. 22 м. Долгота дня: 12 ч. 14 мин.

Растущая Луна в знаке Козерога

24 сентября Восход: 6 ч. 10 м. Заход: 18 ч. 20 м. Долгота дня: 12 ч. 10 мин.

Растущая Луна в знаке Козерога

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 18 ПО 24 СЕНТЯБРЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

18 СЕНТЯБРЯ
В 1941 году в Красной армии введено понятие «гвардейская часть».

19 СЕНТЯБРЯ
В 1648 году Блез Паскаль провел опыт, доказавший существование атмосферного давления.

20 СЕНТЯБРЯ
В 1519 году Фердинанд Магеллан отправился в кругосветное путешествие.

В 1802 году в России были учреждены министерства вместо коллегий.

В 1862 году в Новгороде открыт памятник «Тысячелетие России».

В 1862 году в Петербурге открыта первая в России консерватория.

В 1878 году в Санкт-Петербурге появился первый в России женский университет.

21 СЕНТЯБРЯ
В 1051 году был освящен Софийский собор в Великом Новгороде.

В 1799 году начался переход через Альпы армии А.В. Суворова.

22 СЕНТЯБРЯ
В 1764 году в России введены каменные верстовые столбы.

В 1784 году было основано первое русское поселение на Аляске.

В 1839 году состоялась закладка храма Христа Спасителя в Москве в память об Отечественной войне 1812 года.

23 СЕНТЯБРЯ
В 2008 году вышла в свет первая версия платформы Android.

24 СЕНТЯБРЯ
В 1999 году в Лондоне на Бейкер-стрит открыт памятник Шерлоку Холмсу.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

18 СЕНТЯБРЯ. Елисавета, Захарий, Максим, Раиса.
19 СЕНТЯБРЯ. Всеволод, Кирилл, Макарий, Михаил.
20 СЕНТЯБРЯ. Александр, Андрей, Василий, Евгений.
21 СЕНТЯБРЯ. Георгий, Иоанн, Мария.
22 СЕНТЯБРЯ. Алексей, Анна, Архип, Григорий, Никита.
23 СЕНТЯБРЯ. Глеб, Константин, Павел, Пётр, Татiana.
24 СЕНТЯБРЯ. Виктор, Димитрий, Николай, Сергей.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

18 СЕНТЯБРЯ ■ День электронной книги
19 СЕНТЯБРЯ ■ День оружейника в России
■ День рождения смайлика
20 СЕНТЯБРЯ ■ День HR-менеджера
21 СЕНТЯБРЯ ■ День воинской славы России – День победы русских полков в Куликовской битве (1380 г.)
■ Всемирный день русского единения
22 СЕНТЯБРЯ ■ Всемирный день без автомобиля
23 СЕНТЯБРЯ ■ День осеннего равенства
■ Международный день жестовых языков
24 СЕНТЯБРЯ ■ Международный день караванщика ■ День машиностроителя
■ Международный день глухих ■ День системного аналитика

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Михаил заморозком прихватил

18 сентября по народному календарю считалось днем Захария и Елизаветы. В этот день было принято наблюдать за рябиной: если ее листья уже пожелтели, то зима придет рано и будет холодной.

С Михайлова дня, **19 сентября**, обычно начинались заморозки, а иней на деревьях сулил обилие снега зимой.

В Луков день, **20 сентября**, о погоде на приближающуюся зиму судили по луку: много шелухи на луковичках – сильные морозы зимой.

21 сентября отмечали Рождество Пресвятой Богородицы и подмечали приметы. Красное небо на рассвете предвещало ветер и дождь в течение дня, а паутина на

растениях сулила теплый день.

Если **22 сентября**, в день Акима и Анны, листья с вишни еще не опали, то погода будет теплой.

Обилие ягод на рябине **23 сентября**, в день Петра и Павла Рябинников, говорило о сырой осени и холодной зиме.

24 сентября, на Федорины вечерки, примечали: если пчелы продолжают летать, то зима наступит поздно.

Две подружки.
– Представляешь, сижу и пью китайский чай. Наслаждаюсь. И приходят мне на ум мысли древних китайских мудрецов.
– ???

– Да жаль, что я пока китайски ничего не понимаю.



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.
Региональный 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

№ 37 (410).
Дата подписания в печать: 01.00 час. 12.09.2023 г. Дата производства: 12.09.2023 г. Дата выхода в свет: 13.09.2023 г. Тираж 47 040 экз. Отпечатано в ООО «Прайм Принт Воронеж» (ООО «ППВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48А. Тел.: +7(473) 246-52-70
Заказ 7615. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.
Тираж этого номера 876 890 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

Гайморит – это не просто насморк, а воспалительный процесс, протекающий в гайморовых пазухах, откуда и происходит его название.

Это заболевание имеет инфекционную природу и требует особого внимания. Гайморовы пазухи занимают почти все пространство над верхней челюстью. Воспалительные процессы, происходящие в гайморовых пазухах, сопровождаются обильным образованием и выделением гноя. Воспалиться может как одна, так и обе пазухи. При определенных условиях этот процесс может перейти и в костную ткань. Гайморит может быть острым и хроническим, одно- и двухсторонним, одонтогенным (возникающим из-за воспаления корней зубов) и катаральным, полипозным и аллергическим. Вид гайморита, как и схему его лечения, определяет только лечащий врач, самолечение исключено.

Почему возникает

Гайморит имеет несколько возможных форм и типов. Как правило, заболевание вызывают микроорганизмы бактери-

Чем опасен ГАЙМОРИТ

Важно!

Гайморит – одно из тех заболеваний, самолечение которых только затягивает процесс выздоровления, а также может перевести болезнь в хроническую форму и даже вызвать осложнения. Поэтому самая верная тактика при лечении гайморита – своевременное обращение к врачу и точное следование его рекомендациям.

- недолеченные грипп или ОРВИ;
- разрастание аденоидов;
- образование полипов;
- аллергические реакции;
- частое и длительное использование сосудосуживающих препаратов при насморке.

Какие СИМПТОМЫ

Симптомы гайморита могут проявляться сразу или постепенно, и у всех по-разному. Некоторые из них никак не напоминают инфекционное заболевание, поэтому необходима консультация врача.

Основные симптомы гайморита:

- слизистые выделения из носа (могут быть прозрачными, мутными, гнойными желто-зелеными);
 - непроходимая заложенность носа;
 - слабость, головокружения, быстрая утомляемость;
 - повышение температуры (при остром гайморите);
 - боли и ощущение сильного давления в области переносицы (могут увеличиваться при наклонах головы, а также распространяться на лоб, глазницы, десны);
 - отсутствие аппетита.
- Симптомы гайморита, как правило, усиливают-

ального или вирусного происхождения. Всплеск заболеваний происходит в осенне-зимний период, когда иммунитет человека ослаблен.

Другие причины возникновения гайморита:

- индивидуальные анатомические особенности;
- травмы или грибок слизистой гайморовых пазух;
- неблагоприятные условия в помещении постоянного пребывания (сквозняки, сухой воздух и т.п.);



– Почему у вас всё лицо в шрамах?
– Это от насморка.
– Не может быть!
– Может! Я чихнул около окна...

жет оставаться нормальной, а боли – возникать лишь периодически.

Возможные осложнения

Гайморит редко дает осложнения, но, тем не менее, они возможны:

- менингит;
- хронический остеомиелит (в случае распространения инфекции на кости);
- воспаление органов зрения;

Светлана ИВАНОВА. Редакция благодарит врача-терапевта Л.П. Лукшину за помощь в подготовке материала

• распространение инфекции на кожу.

К какому врачу обращаться

Гайморит лечит отоларинголог (лор), который ставит диагноз после тщательного обследования. Нередко для подтверждения диагноза требуются рентгеновские снимки гайморовых пазух.

Помним о профилактике

Риск развития гайморита снижается, если:

- вести активный образ жизни;
- поддерживать иммунитет;
- закаляться;
- одеваться по погоде, держать ноги в тепле, не переохлаждаться;
- избегать инфекций верхних дыхательных путей, исключить контакты с больными ОРВИ;
- соблюдать правила гигиены (в частности, чаще мыть руки, обязательно – перед едой);
- пользоваться увлажнителями воздуха;
- избегать длительного пребывания на местности и в помещениях с загрязненным воздухом;
- отказаться от курения;
- контролировать симптомы аллергии.

Кстати

В зависимости от места возникновения заболевания называют: гайморит, фронтит, этмоидит, сфеноидит. Если в воспалительный процесс включаются все пазухи одной половины лица, заболевание называется гемисинусит, а если обеих половин лица – пансинусит.



Фронтит
Этмоидит
Сфеноидит
Гайморит

Лобные пазухи
Ячейки решетчатого лабиринта
Клиновидные пазухи
Верхнечелюстные пазухи

Название пазухи, слизистая которой воспаляется

Виды синусита



В ПРОДАЖЕ С 15 СЕНТЯБРЯ.
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

Дыхание – основа нашей жизни, а правильное дыхание – основа хорошего здоровья. Комплекс упражнений дыхательной гимнастики укрепляет дыхательные мышцы, благотворно воздействует на сердечно-сосудистую систему, улучшает работу внутренних органов, увеличивает объём лёгких и, соответственно, приток кислорода во весь наш организм.

Хотите улучшить общее самочувствие, иметь крепкий сон, повысить свою активность и продуктивность? Делайте дыхательные упражнения!

Чем полезны

Дыхательная гимнастика показана при болезнях органов дыхания, заболеваниях сердечно-сосудистой системы и особенно – при повышенной нервозности и постоянных стрессах. Если же нет таких показаний, дыхательные упражнения просто укрепят ваше здоровье и станут прекрасной поддержкой вашему организму. Во время прошедшей пандемии COVID-19 именно дыхательная гимнастика стала одним из эффективных методов реабилитации по всему миру.

Как делать

Делать дыхательные упражнения можно где угодно, лишь бы был удобный стул и немного свободного времени. Исходное положение для всех упражнений – сидя на стуле, прижимая спину к его спинке. Спину необходимо держать прямо. Также необходимо следить за дыханием: вдох делать через нос, выдох – через рот. Каждое упражнение повторять по 4-6 раз.

ПРАВИЛЬНОЕ ДЫХАНИЕ: ТО, ЧТО ДОКТОР ПРОПИСАЛ



Дыхательные упражнения рекомендуется делать 1-2 раза в день. Интенсивность и частота занятий зависят от вашего самочувствия. В идеале упражнения лучше выполнять на свежем воздухе или как минимум хорошо проветрить квартиру перед началом.



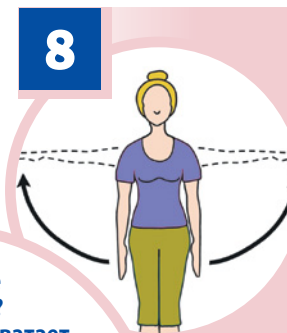
1 На вдохе медленно запрокинуть голову назад, направив взгляд вверх. На выдохе так же медленно наклонить голову вперед до касания подбородком груди.



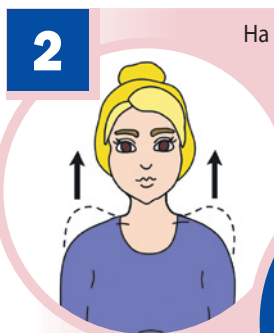
4 Кисти рук положить на плечи, локти поднять на уровень плеч. На выдохе медленно свести локти перед собой, на вдохе – отвести назад.



7 Руки положить на колени ладонями вверх. На вдохе сжать кулаки, на выдохе – расслабить.



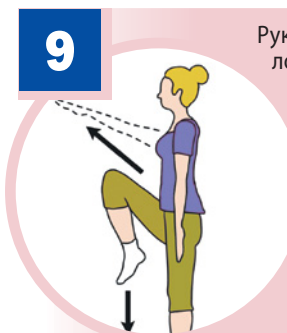
8 Руки опустить вдоль туловища. На вдохе медленно развести руки (прямые) в стороны до уровня плеч, на выдохе обнять себя руками.



2 На вдохе поднять плечи вверх. Резко выдохнуть, одновременно опустить плечи.



5 Кисти рук положить на плечи, локти прижать к туловищу. На выдохе резко опустить руки вниз, растопырив напряженные пальцы, плечи поднять вверх, живот втянуть. На вдохе медленно вернуться в исходное положение.



9 Руки опустить вдоль туловища. На вдохе поднять руки перед собой наверх, на выдохе – опустить вниз, одновременно поднимая колено правой ноги; обхватить руками колено. Повторить с левой ногой.



ВАЖНО!
Если после или во время выполнения упражнений ваш пульс сильно учащается, необходима консультация лечащего врача.

3 Пальцы рук скрепить в замок на животе. На выдохе медленно втянуть живот и надавить на него руками, на вдохе – расслабить живот и руки.



6 Кисти рук положить на плечи. Делать круговые движения локтями вперед и назад (дыхание произвольное).



10 Руки опустить вдоль туловища. На выдохе поднять согнутую в колене правую ногу к животу, на вдохе вернуться в исходное положение.

– Раньше я любил экспериментировать со здоровьем.
– А потом?
– А потом я закончил мединститут...

Светлана ИВАНОВА

НА ДОСУГЕ



Найди 10 отличий
Какая она – жар-птица?

Как выглядит сказочная жар-птица? Наверняка необычная и очень красивая, с шикарным нарядом-оперением...

Ответы: цвет завитка на крыле слева, завитки на голове, деталь крыла справа, деталь хвоста справа, количество перьев хвоста слева вверху, направление завитка слева под иями, размер пятна на хвосте вверху, третий лист над пятном на развилке завитка.

«Мало ем и не худею!» Если вы можете подписаться под этой фразой, то возникает иллюзия, что стройность не для вас.

Мало ем и не худею...

На самом деле вас может отделять от нее небольшой, но значимый нюанс. Например, такой...

Иногда думаешь: не мешало бы похудеть! Но, основательно поразмыслив, приходишь к выводу: раз уж не мешало, то и впредь не будет мешать.

Питание на глазок

Иногда человеку кажется, что он ест мало, потому что он оценивает калорийность пищи на глазок или не учитывает перекусы. Но давайте сравним. Тарелка супа содержит порядка 150-200 ккал. Порция макарон с котлетой – еще 200 ккал. Итого 400 ккал, полноценный обед. А обычная пачка чипсов на перекус «подарит» вашему телу больше 500 ккал. Даже полезные орехи, которые вы будете постоянно перехватывать в течение дня, из-за высокой калорийности похудеть не помогут.

КСТАТИ

Маленькая и легкая по весу пища (например, чипсы) воспринимается как низкокалорийная или вообще бескалорийная, поэтому наш мозг ее не учитывает.



Гормоны без контроля

Как давно вы были, например, у эндокринолога или гинеколога и сдавали анализы на гормоны? А ведь это значимая ступенька на пути к стройности! Если в работе гормональной системы не все идеально, врач назначит лечение. И тогда ваш вес быстрее устремится к заветной цифре на весах.

Меньше вес – больше энергии

Чем больше вес, тем больше энергии требуется для управления телом. Отсюда часто возникает ощущение, что нет сил в течение всего дня. А когда вес меньше, вы становитесь более энергичными и активными.

Поздний ужин

После долгого трудового дня, придя домой вечером, хочется не отварной рыбки и овощей, а чего-нибудь жирного и калорийного. Но, как ни крути, подобная пища на ночь не способствует хорошему сну. Организм начнет тратить энергию на переваривание пищи, которое в ночное время затруднено, потому что снижена выработка ферментов и других механизмов переваривания. Не говоря уже о том, что сам сон будет поверхностным, а значит, и гормоны, которые вырабатываются ночью и помогают худеть, не будут работать на полную силу.

Мнение специалиста

Всё дело в метаболизме

На наши вопросы отвечает диетолог Светлана Титова.



– Некоторые люди много едят, но остаются при этом худыми. Что это за волшебство такое? Быстрый обмен веществ?

– Да, есть люди с очень быстрым обменом веществ. У них, как правило, узкие плечи, грудь, бедра. Эта категория людей не набирает вес, даже если кажется, что они едят слишком много калорийной пищи, в том числе фастфуд, жареное, жирное и т.п. За счет ускоренного метаболизма таким людям сложно набирать любую массу – и жировую, и мышечную. Не помогают иногда даже усиленные тренировки и специализированное питание.

– Почему организм плохо худеет при значительном снижении общей калорийности питания? А как же формула похудения: расход калорий должен превышать калорийность пищи?

– Когда люди с обычным метаболизмом сверх меры ограничивают себя в питании и калориях, организм начинает переходить на режим экономии. А значит, начинает делать запасы жировой ткани даже из того малого количества еды, которое ему перепадает. Поэтому людям, у которых не ускоренный, а обычный обмен веществ, необходим сбалансированный рацион питания, который отвечает потребностям организма. Чтобы при этом лишний вес уходил, необходимо движение. То есть нужно тратить калорий больше, чем поступает с пищей.

Татьяна МИХАЛЁВА

Фото из личного архива Светланы Титовой и www.shutterstock.com

ПОДПИСКА на 1-е полугодие 2024 г.

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!
Продолжается подписка на 1-е полугодие 2024 года на издание «ТЕЛЕК Черноземье».*



Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Подписной индекс **П2912** в каталоге «Почта России»

Газета выходит 1 раз в неделю

Стоимость ПОДПИСКИ на газету «ТЕЛЕК Черноземье»* на 1-е полугодие 2024 г.

на 1 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца	на 5 месяцев	на 6 месяцев
207,03 ₺	414,06 ₺	621,09 ₺	828,12 ₺	1035,15 ₺	1242,18 ₺

* ВНИМАНИЕ. Подписка на газету «ТЕЛЕК Черноземье» осуществляется только для жителей Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областей.

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

как подписаться, сидя дома или на даче, без посещения почтового отделения

Онлайн на сайте Почты России <https://podpiska.pochta.ru> или через мобильное приложение «Почта России»

инструкция онлайн-подписки на сайте podpiska.pochta.ru и через мобильное приложение «Почта России»

- Выберите город, чтобы узнать цену на подписку для данного населенного пункта.
- Выберите газету* (по индексу – П2912 или названию – «ТЕЛЕК Черноземье»).
- Выберите способ доставки.
- Введите данные получателя: адрес доставки, ФИО.
- Выберите период подписки.
- Пройдите простую процедуру регистрации, если оформляете подписку на сайте впервые, или авторизуйтесь на сайте.
- Оплатите заказ банковской картой.

Отсканируйте QR-код, перейдите на сайт Почты России и оформите подписку на издание «ТЕЛЕК Черноземье»



П2912
«ТЕЛЕК Черноземье»

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

Возникли вопросы по подписке? Звоните в редакцию: 8 (495) 937-95-77 (доб.237)

Шоколад – это особое, любимое всеми с детства лакомство. 13 сентября празднуется Международный день шоколада. И лучший способ отметить этот сладкий праздник – купить себе в подарок шоколадку. Как вы уже, наверно, догадались, наша викторина – о сладком продукте и его истории.



ЧУДО-ЛАКОМСТВО – ШОКОЛАД



1 Родина какао – Центральная и Южная Америка. Было установлено, что несладкий напиток из смеси молодых и обжаренных какао-бобов, красного перца и воды индейцы называли «xocoltli». Что и послужило названием для любимого сегодня лакомства. В 1502 году какао попало в качестве подарка испанскому королю, и испанцы долго хранили тайну изготовления шоколада. За разглашение секрета полагалась смертная казнь. Во Франции тайна изготовления шоколада была раскрыта в 1615 году. Кто привёз во Францию рецепт уникального продукта?

а) Французы захватили корабль с какао-бобами, и кок приготовил шоколад. б) Анна Австрийская раскрыла секрет королю Франции. в) Личный повар испанского короля поделился рецептом в обмен на замок в Шампани.

2 Шоколадный напиток быстро завоевал популярность среди европейцев. И вот однажды австрийский князь зашёл в кофейню попробовать новый шоколадный напиток. Официантка, работавшая в кофейне, настолько обаяла аристократа, что он взял её в жены. А в качестве свадебного подарка девушке была преподнесена картина, которая сейчас хранится в Дрезденской галерее. Назовите автора и название знаменитого полотна.

а) Клод Моне, «Дама с шоколадом». б) Жан-Этьен Лиотар, «Шоколадница». в) Жан-Батист Шарпантье (Старший), «Чашка шоколада».

3 Мы знаем, что в кулинарии есть специальные названия мастеров-профессионалов. Как называют человека, который готовит из шоколада?

а) Шоколадник. б) Мастер шоколада. в) Шоколадье.

4 В российских музеях есть экспозиции, посвящённые плодам с дерева «пищи богов». (Кстати, так с латинского языка переводится ботаническое название дерева какао – Theobroma cacao). В городе Покрове Владимирской области есть даже памятник шоколаду. Да и города Европы – Кёльн, Брюгге, Барселона – могут похвастаться сладкими музейными экспонатами. Многие любят и ценят шоколад. Назовите важные качества шоколада, из-за которых этот продукт попал в рацион лётчиков?

а) Очень вкусный. б) Энергетически насыщенный и калорийный продукт. в) В темное время суток и во время тумана улучшает зрение.

5 Видов шоколада много. Например, если к белому шоколаду добавить порошковый зелёный чай, который не только тонизирует, но и придаёт продукту оригинальный цвет и вкус, получится матча-шоколад. Розовый шоколад готовят из бобов, которые от природы содержат красный пигмент. Делают шоколад не только в виде плиток, но и, например, в виде капель. Вспомните, как называют твёрдые капельки шоколада, которые добавляют в выпечку или десерты?

а) Дропсы. б) Клипсы. в) Чипсы.

ОТВЕТЫ

1-б. Дочь испанского короля – Анна Австрийская, когда стала женой Людовика XIII. 2-б. Несмотря на то что художник Жан-Этьен Лиотар путешествовал по миру и рисовал портреты королей и известных женщин, всем нам он известен как автор картины «Шоколадница». 3-в. Шоколадье – мастер шоколадного искусства. 4-б. Шоколад высококалориен (до 550 ккал в 100 г продукта), может храниться долгое время без изменения свойств. Кофеин, который входит в состав, снимает усталость, бодрит, повышает концентрацию. 5-а. Дропсы.



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

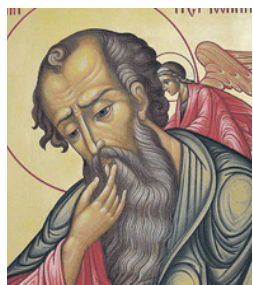
RADIOVERA.RU

СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ЕВАНГЕЛИЕ

«...чтобы мир спасён был через Него»

Никто не восходил на небо, как только сшедший с небес Сын Человеческий, сущий на небесах. И как Моисей вознес змию в пустыне, так должно вознесу быть Сыну Человеческому, дабы всякий, верующий в Него, не погиб, но имел жизнь вечную. Ибо так возлюбил Бог мир, что отдал Сына Своего Единородного, дабы всякий, верующий в Него, не погиб, но имел жизнь вечную. Ибо не послал Бог Сына Своего в мир, чтобы судить мир, но чтобы мир спасён был чрез Него.



ДОРОГА К ХРАМУ

ЗАЧЕМ БРАТЬ БЛАГОСЛОВЕНИЕ?

? Моя мама на всё берёт благословение. То нас учиться в институт отправляла, то когда покупки какие крупные делала... Надо ли на такие мелочи брать благословение? Э.К.

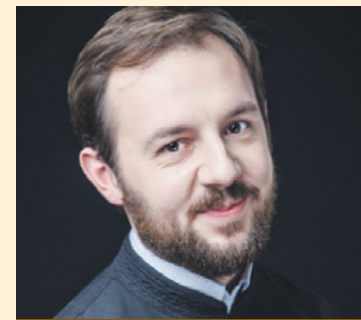
Ч тобы у христианина жизнь была благостной, она должна проходить согласно воле Божией. Благодать Святого Духа, благословение, и является таким внешним знаком. Бог благословляет не только человека, но и его жилище и начинания: учебу, создание семьи, работу и другие добрые дела. Святитель Иоанн Златоуст говорил, что «мы благословляем, чтобы Бог благословил».

Этот отрывок из Евангелия от Иоанна будет читаться в православных храмах 24 сентября, в воскресенье.

У многих змеи вызывают панический страх. Сам вид этой рептилии рождает внутри какое-то содрогание, отторжение. И дело не только в ощущении опасности – понимании того, что змея способна ужалить (в конце концов, в мире существует довольно много ядовитых созданий). Возможно, причина такого воздействия змей на человека сокрыта где-то в начале истории нашего мира. Первые люди, Адам и Ева, не боялись никого из живых существ – ведь все они были созданы Богом. В том числе и змеи.

Н о так уж сложилось, что именно облик змея избрал для себя дьявол, чтобы явиться Еве и искушить ее. Поддавшись уговорам злого духа, первая женщина сама вкусила от плодов древа познания добра и зла, а затем разделила эту греховную трапезу со своим мужем – Адамом. Первые люди вынуждены были покинуть райский сад. Затем Господь проклял змея, ставшего посредником в деле падения Адама и Евы. В тот момент физиология рептилии изменилась, она превратилась в ядовитое существо. Библия неоднократно упоминает о том, как жители Ближнего Востока страдали от укусов змей.

В этом чтении об одном таком эпизоде упоминает Христос – Он рассказывает слушателям, как многочисленные змеи напали на евреев во время их путешествия по Синайской пустыне. Господь послал через пророка Моисея средство спасения. Им стал медный змей – закрепленное на крестообразной подставке изображение рептилии, выполненное из меди. Укушенный змеей, если с верой в Бога смотрел на медного змея, не умирал и исцелялся. Христос напоминает слушателям о медном змее не случайно. Через этот образ он пророчески говорит о собственной участи. Что подобно медному змею, Ему придется вознестись, то есть оказаться на кресте. Почему же Спаситель сравнивает Себя и Свою миссию именно с этим образом из эпохи глубокой древности? Как кажется, вот по какой причине. Медный змей внешне ничем не отличался от своих живых сородичей. Христос Спаситель принял в полноте человеческое естество. В медном змее не было яда, а в Спасителе не было и нет никакого греха. Вид медного змея хотя и избавлял от смерти, тем не менее зрителя он скорее пугал,



Комментирует священник Антоний Борисов

чем воодушевлял. Поэтому змей после прекращения нашествия рептилий был уничтожен.

В ид распятого Христа привел в ужас Его Матерь и учеников. Но в картине страшной казни они сумели разглядеть знамение великой победы жизни над смертью. Иконное изображение распятия присутствует теперь в каждом храме. Православные христиане носят нательный крестик на шее. Крест Христов воспринимается нами не как амулет или оберег. Он служит одновременно напоминанием о великой жертве Христа и молитвенным образом, обращая взгляд к которому, в трудную минуту мы получаем от Бога благодатную поддержку в борьбе с духовным ядом греха.

Стиль кантри сегодня в большой моде, что вовсе не удивительно. Ведь кантри – это удобно, просто и очень естественно.

Кантри в прямом переводе с английского – деревня. То есть этот стиль можно с полной ответственностью назвать деревенским. Однако это совсем не та деревня, которую можно увидеть, например, на старинных фотографиях из российской глубинки. Чтобы понять, что представляет собой стиль кантри, расскажем немного о его истории. Примерной датой зарождения стиля кантри историки моды считают середину XIX века, когда в Америку из Европы хлынул поток переселенцев. Люди ехали за новой жизнью, обустройство в которой было совсем не простым. Им приходилось прилагать много труда и усилий, для чего нужна была соответствующая одежда – практичная, удобная и не сковывающая движений. Женщины забросили корсеты и кринолины и надели платья и юбки свободного кроя. Мужчины предпочли надежные джинсы и рубашки из хлопка – работать в такой одежде было очень удобно. неброские натуральные цвета и мужской, и женской одежды были хороши еще и тем, что на ней не особенно заметны были следы неизбежной грязи. К нашему времени особенности стиля кантри практически не изменились: это простота, удобство, комфорт, натуральные материалы и естественные (природные) цвета.



СТИЛЬ КАНТРИ:

натуральность во всём

Декор

Как мы уже писали, обычные декоративные элементы для стиля кантри несвойственны. Однако их вполне заменяют не совсем обычные: разного рода шнуровки, бахромы, пуговицы и даже заплатки. Вполне вписываются в стиль кружево и бисер, но в очень ограниченном количестве – например, в виде небольшой аппликации или вышивки. Отдельного упоминания заслуживает трикотаж в стиле кантри – это, например, свитер крупной объемной вязки, которая и является декором.

– Ну почему так? Стоило мне жениться, и девушки на улице сами стали подходить и знакомиться...
– Объясню: когда ты женат, у тебя чистая и выглаженная одежда, плюс ты побрит и накормлен.



Обувь

Самая аутентичная обувь стиля – высокие мягкие сапоги-казаки из кожи или замши. Голенище широкое, но может затягиваться шнуровкой или иметь декор в виде шнуровки. В теплое время года – это простые легкие сандалии или босоножки на плоском ходу.

Крой

Крой одежды в стиле кантри максимально простой, никаких сложных лекал и вычурных элементов он не приемлет. То же самое касается и декора: рюши и воланы, стразы и другие излишества в стиль кантри никак не вписываются. Чем проще крой, тем ближе к кантри. И конечно, самое главное – в этой одежде легко двигаться, она вообще никак не напоминает о себе во время движения.

Цвет и принт

Колористика стиля кантри – неброская и натуральная. Классика стиля – сочетание голубых (цвета неба) и коричневых (цвета земли) оттенков. Приветствуются также приглушенные оттенки зеленого, беж, белый и черный. Принты если и встречаются, то редко, и в основном это самые простые варианты: полоска, клетка, мелкий цветочек.

Материалы

Только натуральные ткани, в которых легко дышится и которые практичны: хлопок, лен, деним, вельвет, шерсть, замша, кожа.

Аксессуары и украшения

Обязательный элемент стиля – шляпа, которая может быть как соломенной, так и ковбойской, со слегка закрученными вверх полями. Сумку лучше выбирать достаточно вместитель-

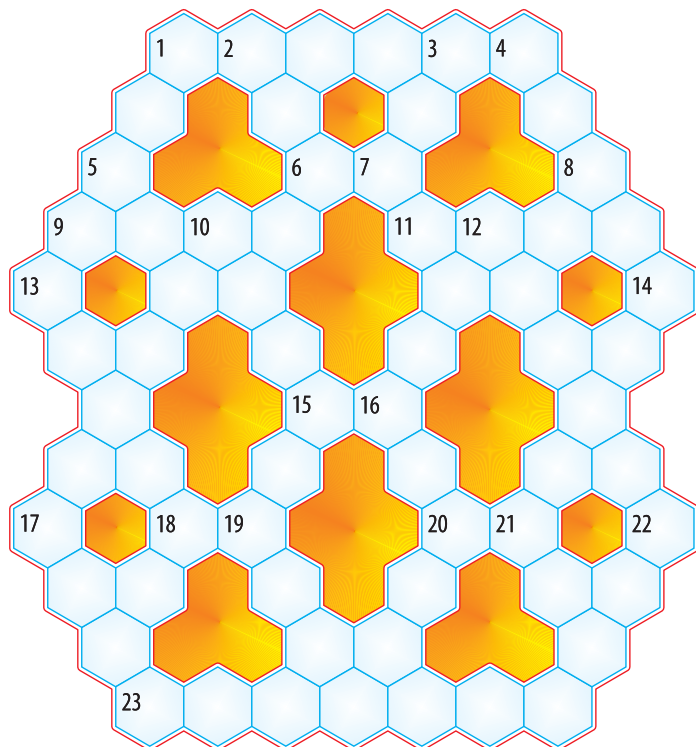
ную, на длинном широком ремне и носить через плечо. Широкий кожаный ремень – еще один желательный элемент кантри. Завершат образ одно-два украшения из

натуральных материалов: дерева, камней, кожи. Это могут быть браслеты, бусы, длинные серьги, кулоны на кожаных шнурках, небольшие броши.

Светлана ИВАНОВА

КСТАТИ

КРОССВОРД «ТРИ ДОРОГИ»



сборнике Бажова. **12.** Актриса Николь ... **13.** Попович среди богатей. **16.** Философ и поэт ... Лукреций Кар. **17.** Канавы для орошения кишлала. **19.** Кожные складки вокруг глаз. **21.** Ромул и ...

Справа-вниз-налево:

1. Мама дяди Федора в мультике. **3.** Незвестный мистер Имре Кальмана. **6.** Тот, вместо кого «аборигены съели Кука», по мнению Владимира Высоцкого. **8.** «... Турбиных» Булгакова. **10.** Хлорная ртуть, сильный яд. **12.** «Весомый аргумент» в руке пастуха. **14.** Одно из насекомых, в которых превращался Гвидон, чтобы побывать у царя Салтана. **15.** Глас в расчете на отклик. **18.** Основы знаний – по первой букве. **20.** Краски для выразительных глаз. **22.** Плавал под водой на «Наутилусе».

По горизонтали:
1. Хохотание, на какое кобыла обратит внимание. **9.** «Запретный плод» для вегетарианца. **11.** Под ним три девицы в сказке Пушкина прили поздно вечером. **23.** Нимфа, задержавшая Одиссея на целых семь лет.

Слева-вниз-направо:
2. Композитор ... Оффенбах. **4.** И всадник, и велосипедист. **5.** «Слово» Мурки, про-

ОТВЕТЫ

По горизонтали: 1. Ржание. 9. Мясца. 11. Окно. 23. Калитко. **Слева-вниз-направо:** 2. Жак. 4. Ездок. 5. Май. 7. Сон. 10. Сказ. 12. Кидман. 13. Алеша. 16. Тип. 17. Арык. 19. Веки. 21. Рем. **Справа-вниз-налево:** 1. Римма. 3. Икс. 6. Кок. 8. Дн. 10. Сулема. 12. Кнут. 14. Комар. 15. Зов. 18. Азы. 20. Тени. 22. Немо.

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

РАБОТА

■ 8 (906) 033-62-32, 8 (905) 798-95-88, 8 (903) 527-39-05, 8 (906) 031-94-23, 8 (903) 726-56-73 Охранники на объекты: школы, сады, больницы, поликлиники, парки, РЖД. Работа в Москве/МО/ПФР – Луганская, Запорожская и Донецкая обл. – 4 000 руб. Прямой работодатель. Ставки от 1 850 руб. – 2 500 руб. Стабильная з/п, премии. Вахта: 15/15, 30/30, возможны подработки. Карьерный рост. Вознаграждения: при предотвращении хищения – премия; акция «Приведи друга» – премия за каждого! Тел.: 8 (906) 033-62-32, 8 (905) 798-95-88, 8 (903) 527-39-05, 8 (906) 031-94-23, 8 (903) 726-56-73

ТЕЛЕФОН ОТДЕЛА РЕКЛАМЫ ГАЗЕТЫ «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



525 лет величия Юбилей российского герба

Памятная медаль



БЕСПЛАТНО!
Оплачиваете только
стоимость доставки –
299 руб.

Двуглавый орел: символ величия и единства России

Сохраните этот символ для будущих поколений как олицетворение
величия и силы нашего государства!

Герб России – один из главных государственных символов России, наряду с флагом и гимном. История герба нашей страны восходит к XV веку, когда государственный знак – двуглавый орел – впервые появился на печати государя.

В XVIII веке Петр I придал орлу официальный статус, включив его в герб Российской империи.

После распада Советского Союза орел стал центральным элементом государственной символики, отражая историческую непрерывность и национальное единство.

Этот символ объединяет поколения, создавая мост между прошлым и будущим, напоминая, что мы наследники великой истории и культурного богатства.

Создавая памятную медаль, художники-медальеры проделали огромную работу совместно с историками. Результатом стал уникальный экземпляр, в котором **нумизматика, история и геральдика** переплелись в единый, гармоничный образ.

Детальная чеканка изображения позволяет увидеть элементы герба во всех подробностях.

На аверсе медали изображены современный и исторические гербы России и надпись: «Под защитой двуглавого орла».

На реверсе отчеканен всадник, поражающий крылатого змея и символизирующий благородство и чистоту, стремление к правым делам.

Каждый гражданин России имеет право на получение бесплатной медали, оплатив только стоимость доставки – 299 руб.

Медаль представлена **эксклюзивно** в Императорском Монетном Дворе **ограниченным тиражом**, поэтому успеете получить свой памятный экземпляр, пока медаль есть в наличии!

ВНИМАНИЕ! Сообщите номер резервирования при заказе

№ резервирования: **12830603**

Распространитель: Императорский Монетный Двор – крупнейший дистрибьютор коллекционных медалей на территории России

Условия получения: 0 руб. при оплате 299 руб. за доставку

Тираж: Медаль выпущена ограниченным тиражом.
Только один из 15 000 россиян сможет получить медаль «Под защитой двуглавого орла»

ЗАКАЖИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС

8 (800) 234-32-19

ежедневно с 8:00 до 21:00
звонок бесплатный



или на сайте:

www.imdvor.ru/medalorel

ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!*

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

Матрас-топпер с анатомическим эффектом

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



СУПЕРЦЕНА
от 1690 рублей

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, кресел, матрасов, разглаживает ямки и перепады.

Светильник «Суперсвет»

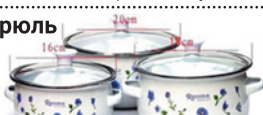
2 ПО ЦЕНЕ 1
990 руб.



С датчиком движения – автоматически включается и выключается! «Чувствует» движение в радиусе 3 м и на высоте 4 м. Просто установите его, и у вас всегда будет яркое освещение везде, где вам нужно: на балконе, в гараже, в погребе, в сарае.
• легко установить – просто наклейте на ровную поверхность.
• автоматически отключается через 20 секунд.

Набор кастрюль

1800 руб.
1490 руб.



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

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 трещины, порезы, разрывы и т.д. Легко фиксируется на любой ровной поверхности (пластик, металл, плитка, дерево, керамика, кирпич, бетон, стекло, брезент и т.д.). Заклеит влажную поверхность даже под водой!

Палочки для очистки водосточных труб

690 руб.



Палочки Sani Sticks – это быстрый и эффективный способ устранить засор и неприятный запах в трубах, не прибегая к помощи сантехника. Опустите палочки в слив раковины или ванны, полностью погрузив в водосточную трубу. Концентрат, входящий в состав – смесь энзимов и ферментов, попадая в воду, начинает действовать мгновенно. Расслаивает остатки пищи, моющих средств, жир, волосы. Вы можете забыть о забившейся раковине и сливном отверстии душевой кабины. Одной упаковки хватит на год!

1+1 КУПИ ОДИН И ПОЛУЧИ ВТОРОЙ В ПОДАРОК!

Светильник «Чемпион – солнечная батарея»

1700 руб. 1290 руб.



Отличная разработка военной промышленности 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 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 разъема USB, который встроен в фонарь.

Термобелье мужское, женское

1690 руб.
1290 руб.



Современный способ оставаться в тепле в любую погоду! Можно носить под брюки, джинсы, тонкие джемпера, блузы. Изготовлено из трехслойного волокна, которое нейтрализует размножение бактерий, устраняет запах пота, обеспечивает постоянный влагообмен, выполняет функцию корректирующего белья. Благодаря специальным утягивающим вставкам вы будете выглядеть стройнее и изящнее.

Тонومتر

1990 руб.
1590 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.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

Подушка для ног «Здоровый сон»

1690 руб.
990 руб.



Иновационная подушка специальной анатомической формы с эффектом памяти обеспечивает правильное положение ног во время сна. Снижается нагрузка на коленные суставы и сустав бедра. Значительно улучшает качество сна, утром вы чувствуете себя отдохнувшим и бодрым. Особенно необходима для людей пожилого возраста.

Термоноски «Аляска» (Мужские, женские) Суперцена! 4 пары за 990 руб.

Три слоя из микроволокна заботятся о стопе. Сохраняют воздух, который обеспечивает тепло. Защищают от размножения бактерий и появления неприятных запахов. Отвечают за впитывание влаги. Размер носков – универсальный. Согревают ноги в любую погоду!

Дрель-шуруповерт «Профи»

1590 руб. 1290 руб.



Работает от аккумулятора. Встроенная подсветка. Рукоятка дрели поворачивается на 180°. 26 бит в комплекте заменят множество инструментов. В комплекте: дрель-шуруповерт с аккумулятором, зарядное устройство, биты плоские – 5 шт., крестовые – 4 шт., шестигранные – 4 шт., четырехгранные – 2 шт., биты-сверла – 2 шт., насадки – 8 шт., бита-переходник – 1 шт., кейс для хранения, инструкция. Материал: ударопрочный пластик, металл.

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 вспыхи 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 домашних. И в него встроен уютный ночник.

«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.

«Ажур Бра» – это изумительное бесшовное, кружевное белье, которое отлично поддерживает спину и грудь, но при этом не давит и не натирает. Белье поднимает бюст и сглаживает неровности, придает округлые формы. Специальное усиленное плетение посередине для создания красивого декольте. Его можно носить как нижнее белье, как топ под жакет и как спортивное белье. Для увеличения объема есть потайные кармашки под поролоновые вкладыши.

Говорящий Кукла-повторяша хомяка Woody O'time Original

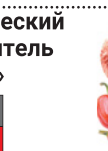
1700 руб.
990 руб.



Уникальные развивающие игрушки способны рассмешить до слез любого, попытавшегося 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 вместе с вами и имитирует хохот!! Эти игрушки поднимут настроение и помогут развеяться друзей! Покорят сердце ребенка и взрослого с первой минуты знакомства.

Электрический измельчитель «Молния»

2100 руб.
1490 руб.



Измельчитель «Молния» – незаменимый помощник на кухне. Он один заменит несколько бытовых приборов (от кофемолки и мясорубки до айцедрезки и блендера). Компактный размер. В измельчителе: 2 сменные самозатачивающиеся насадки из стали для пюрирования 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.).

Велотренажер «Кардио»

1790 руб.



Тренажер позволяет заниматься дома, на даче, в любое время, когда вам удобно, и обеспечивает полноценные кардиозанятия. Компактный велотренажер не занимает место. Прекрасно подходит для тренировки ног, рук и других мышц. Регулируемый уровень нагрузки. Укрепление дыхательной и сердечнососудистой систем. Подходит абсолютно всем, вне зависимости от возраста и физической подготовки.

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 ушить постельное белье и деликатные ткани, например, рубашки и блузки. Покупая одну, вы получаете сразу 3 сушилки – ведь теперь 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. Сушите любые вещи – от носовых платков и постельного белья до штор и мягких игрушек!

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.
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ

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!
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ

Корректор осанки

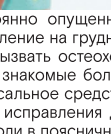
1690 руб.
990 руб.



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.
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

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 миллиона 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 переутомления благодаря специальному 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.

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.
1690 руб.

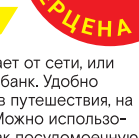
С этой мини-машинкой вы подшейте брюки или юбку, вставите молнию. Подарите любимым вещам вторую жизнь. С ней легко пришить заплатку, красивый декоративный элемент. Вы сошьете красивую одежду, используя ножную педаль, это сделает процесс шитья быстрым и удобным.



Складная стиральная машинка «Мини-автомат»

2490 руб.

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



Проточный кран-водонагреватель

1990 руб.
2490 руб.



Забудьте о проблемах с горячей водой с проточным краном-водонагревателем! Нагреет воду за несколько секунд, можно регулировать температуру. Идеальный вариант для дома и дачи. Экономит электроэнергию! Устанавливается за пару минут.

Многофункциональный парогенератор

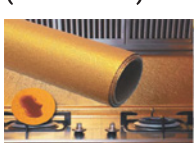
2500 руб.
1290 руб.



Прибор сочетает в себе такие функции, как паровой утюг, парогенератор, парочиститель и увлажнитель воздуха. Вырабатывает непрерывный поток пара, за счет чего хорошо проникает в ткань и распрямляет складки, чистит, дезинфицирует и избавляет от неприятного запаха. Уничтожает пылевых клещей и бактерии. Попробуйте погладить им шторы, освежить кресла и диван, избавиться от аллергенов и пыли на подушках и одеялах. Борется с неприятными запахами и пятнами пота. Прекрасная модель среди ручных отпаривателей.

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

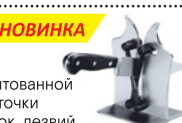
2 ПО ЦЕНЕ 1



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»

1190 руб. 990 руб.



Уникальный прибор с запатентованной технологией подходит для заточки любых ножей, ножниц, 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.

Гарантия качества! Звоните прямо сейчас!

ИП Елкин Иван Юрьевич ОГРН 321774600271012. С информацией об организаторе акций, правилах их проведения, количестве призов, сроках, месте, порядке их получения можно узнать по телефону 8 (499) 213-03-16. Акции действительны с 13.09.2023 г. по 04.10.2023 г.
*По итогам продаж 2022 г. На правах рекламы.

ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ВСЕМ РЕГИОНАМ РОССИИ

8 499 213-03-16

Работаем без выходных с 9:00 до 20:00.