

Большая и удобная ТВ-программа для Санкт-Петербурга и Ленинградской области

№11  
(102)

ТВ-программа с 16 по 22 марта 2020 года

# ТЕЛЕК

**52**  
КАНАЛА  
ТВ

**КУЛИНАРНАЯ  
АЗБУКА  
НА БУКВЫ Е И Ё**

стр. 7

**КАКОГО  
ПИТОМЦА  
ВЫБРАТЬ РЕБЁНКУ**

стр. 37

**НАТАЛЬЯ  
СКОМОРОХОВА**

**Я НАУЧИЛАСЬ ВИДЕТЬ ВЕЩИ  
С РАЗНЫХ СТОРОН**

стр. 3

**КАК  
ПЕРЕЖИТЬ  
РАССТАВАНИЕ**

стр. 4

**ЕСТЬ ЛИ ДРУЖБА  
МЕЖДУ  
ПРОДУКТАМИ?**

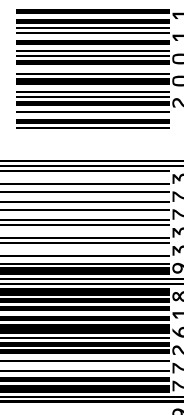
стр. 27

**МАРТ: ПОРА  
ОТПРАВЛЯТЬСЯ  
НА ДАЧУ**

стр. 38

Фото PR CTC

ISSN 2618-933X



12+



## Начались съёмки сериала «Грозный»

Телеканал «Россия 1» объявил о запуске производства нового многосерийного фильма «Грозный». Царь Иоанн Васильевич, Иван IV, вошедший в историю как Иван Грозный, — одна из самых ярких, знаменитых и в то же время очень сложных и противоречивых фигур в истории. Кто он: величайший государственный деятель или жестокий тиран? И есть ли прямой ответ на этот вопрос?

Роль царя Ивана Васильевича в картине исполняют Александр Яценко и Сергей Маковецкий. Также в сериале заняты актеры Татьяна Лялина, Артур Иванов, Константин Крюков, Игорь Миркурбанов, Владимир Стеклов, Виктор Сухоруков, Виктор Добронравов, Людмила Полякова, Игорь Яцко, Артём Ткаченко, Леонид Кулагин, Софья Лебедева, Евгений Цыганов, Юрий Колокольников, Мария Шумакова, Никита Панфилов и многие другие. В режиссерском кресле — Алексей Андрианов («София» и «Годунов»). Производством этого исторического многосерийного фильма занимается кинокомпания МОСКИНО.

Фото пресс-службы телеканала «Россия 1»



## Павел Прилучный и Агата Муцениеце сыграли «В клетке»

На канале НТВ — премьера 10-серийной драмы «В клетке». Это история об отце (в этой роли снялся Владимир Епифанцев) и сыне (его играет Павел Прилучный), бывших участниках боев без правил, которые возвращаются в родной Калининград, чтобы открыть собственный бизнес, связанный с подпольными коммерческими боями. В какой-то момент герой Прилучного узнает, что у его бывшей возлюбленной Ольги растет его



сын. Это становится для него мощнейшим стимулом начать жизнь заново. Подругу главного персонажа сыграла Агата Муцениеце.

Интересно, что этот сериал стал для Павла Прилучного продюсерским дебютом. Он так волновался за конечный результат, что практически не спал, принимая участие во всех стадиях производства проекта. Актер предупреждает, что в сериале много жестких сцен, поэтому с детьми его лучше не смотреть.



Фото Вадима Тараканова

## Екатерина Волкова спела в стиле джаз

Известная актриса, звезда сериала «Скорая помощь» Екатерина Волкова (она сыграла главу подстанции скорой помощи Ольгу Арефьеву) стала участницей джазового театрального фестиваля «Високосный джаз», который прошёл в Москве. Главное отличие этого фестиваля состоит в том, что в нем принимают участие не только музыканты, но и актеры театра и кино, превращая каждое музыкальное выступление в маленькое театральное представление. Мало кто знает, что Екатерина Волкова увлечена вокалом. А еще актриса — большая поклонница джаза и уже не раз выступала в джазовых концертах. В этот раз она исполнила как джазовые шлягеры разных лет прошлого века, так и песни современных авторов.

## «Патриот» показали в «Иллюзионе»

В кинотеатре «Иллюзион» состоялась премьера сериала телеканала ТНТ «Патриот». Это комедия о том, как спецназовец Саня Кучин вернулся со службы в родной городок с мечтой навести там порядок.

Премьеру посетили актеры и создатели сериала — Алексей Базанов, Антон Зайцев, Антон Жижин, Анастасия Талызина, а также Алика Смехова, Андрей Гайдулян, Анастасия Калашникова и другие.

— У нас была классная команда, и атмосфера была семейной! — рассказал нам исполнитель главной роли Антон Жижин. — Я думаю, что, если ко всему относиться на серьезных щах, жизнь будет очень сложной. Без юмора — никуда! Но «Патриот» — это прежде всего о любви. К Родине, к своему двору, к друзьям — ко всем!

Фото Вадима Тараканова

## «СПАС» готовит своё утро

Телеканал «СПАС» традиционно готовится встретить Пасху премьерными, часть которых будут сниматься уже в новой, строящейся студии. Все черновые работы в павильоне уже завершены, впереди — установка оборудования и декораций.

— Здесь будут производиться до десятка новых телепроектов контента, которого сейчас очень не хватает каналу и которого зрители от нас ждут, — рассказывает генеральный директор телеканала «СПАС» Борис Корчевников. — Скажу, наверное, о главном — мы хотим предложить и традиционной нашей аудитории, и аудитории, которая только приходит на «СПАС», — альтернативное утро. Попробуем сделать так, чтобы люди начинали свой день вместе с нашей утренней программой и получали здесь своего рода «духовную зарядку» на предстоящий день. Это будет утро с таким содержанием и смыслами, с которыми можно прожить потом весь день.

Новая студия будет отличным подарком к значимой дате — напомним, что в этом году Первому общественному православному телеканалу «СПАС» исполняется 15 лет.

Фото пресс-службы телеканала «СПАС»



## На Первом премьера «Магомаева»

На Первом канале — премьера сериала «Магомаев». Это фильм о жизни и творчестве легендарного исполнителя Муслима Магомаева.

Создатели проекта занимались им шесть лет, сценарий писался четыре года вместе с вдовой Муслима Магомаева Тамарой Синявской. На роль Магомаева пробовались сотни актеров из России и разных стран бывшего СССР. Но выбрали в итоге Милоша Биковича, и Тамара Ильинична одобрила этот выбор. Как рассказал нам художник фильма по гриму, у исполнителя главной роли — сложный грим и тщательно подобранный парик.

Съемки сериала проходили не только в Москве, но и на родине Муслима Магомаева — в столице Азербайджана Баку.

Фото пресс-службы Первого канала

## Максим Аверин находит невесту по ошибке

На телеканале «Россия 1» стартовала комедийная мелодрама «Невеста комдива» с Максимом Авериным, Александрой Никифоровой и Ниной Усатовой в главных ролях. Режиссером сериала выступил Александр Баранов («Екатерина», «Березка», «Громы»). Действие происходит в военном гарнизоне Солнечный в 70-е годы прошлого века. Идеальная комсомолка Катя (Александра Никифорова) после окончания пединститута отправляется туда к своему жениху по переписке — генералу, командиру дивизии. На месте выясняется, что Катю обманули, и настоящий генерал Кузин (Максим Аверин) никогда не слышал о девушке. По закону подлости свидетелем их разговора становится корреспондент местной газеты. То ли из вредности, то ли по ошибке журналист публикует совместный снимок Кати и генерала с подписью: «Комдив Кузин и его невеста Е. Петрова».

Фильм рассказывает о том, как нелепая ошибка может круто изменить жизнь героев и породить массу комичных, а подчас и романтических приключений.

Фото телеканала «Россия 1»



## Кристина Асмус и «Булки»

Кристина Асмус снимается в новом фильме «Булки» режиссёра Олега Асадулина. Актрисе досталась главная роль — пекаря из города Протвино. Работа над комедией будет проходить в Подмошье. Кроме Асмус, в фильме задействованы Марк Богатырёв, Валентина Мазунина, Борис Дергачёв и другие.

Для этой роли Кристине придется поправиться.

— То есть у меня сейчас 18-разовое нераздельное, жирное, вредное и вкусное питание, — шутит актриса.

Фото Вадима Тараканова





A woman with blonde hair, smiling, wearing a blue suit and a light blue shirt. She is holding a blue and white megaphone. In the background, there is a banner with the word "ДА" (DA) in large blue letters.

**Ольга БЕЛЬСКАЯ**

**1-6.** Нынешнее русское название реки появилось после схода ледника, а русское название — «Богта».

**3-6, в.** Длина реки более 4000 километров, протекает она по территории двух регионов — Якутии.

**4-а.** В новгородских летописях отмечен такой факт: в 1176 году Бохтов потек всхлять. И длилось сильных дождей в низовьях вода по-текла обрат в озеро Илестик — озеро Ильмень.



## СЕКРЕТ УСПЕХА

## Разговор с незнакомцем

Для многих задача подойти к незнакомому человеку и начать с ним беседу сродни прыжку с парашютом: волнительно и не знаешь, чего ожидать. Существует несколько приёмов, освоив которые, вы сможете уверенно начать разговор с незнакомцем.



**УСТАНОВИТЕ ЗРИТЕЛЬНЫЙ КОНТАКТ.** Прежде чем начинать разговор, недолго посмотрите человеку в глаза, а потом отведите взгляд. Так вы сможете, не нарушая границ личного пространства, установить контакт. Не стоит смотреть пристально: это вызовет у незнакомца дискомфорт.

**УЛЫБНИТЕСЬ.** После того, как зрительный контакт установлен, улыбнитесь. Если улыбку «вернут», можно переходить к беседе.

**ПРЕДСТАВЬТЕСЬ.** «Добрый день! Меня зовут... я здесь по делам службы». Если ваш визави человек вежливый, он тоже назовет свое имя, и вы сможете приступить к беседе.

**ЗАДАЙТЕ ВОПРОС ИЛИ ВЫСКАЖИТЕ МНЕНИЕ, ОТТАЛКИВАЯСЬ ОТ КОНКРЕТНОЙ СИТУАЦИИ.**

Избегайте избитых фраз. В зависимости от обстоятельств общения (где вы вместе находитесь, что делаете — пробуете коктейль, слушаете докладчика и т.п.), начните диалог: «Вы бывали на подобном форуме раньше?», «Вы часто посещаете такие мероприятия?».

**СДЕЛАЙТЕ КОМПЛИМЕНТ.** Это прекрасный вариант «старта»: «Я знаю о работе вашей фирмы — вы хорошо потрудились в этом году!», «Содержательное выступление! Я узнал много нового». Будьте активны и доброжелательны, и со временем разговор с незнакомцем не будет выбивать вас из колеи.

«Расставание — маленькая смерть» — так пела Алла Борисовна в одной из самых драматичных песен своего репертуара.

**Р**асставание — всегда боль, но это еще и возможность узнать себя лучше, стать сильнее, открыть новую страницу своей жизни. Как пережить расставание и найти в себе силы вновь открыться миру?

## Позвольте себе погоревать

Не пытайтесь сразу отвлечься и забыться. Дайте себе время погоревать: запирайтесь дома, погрузитесь, поплачьте в чужую жилетку, соберите подруг на девичник и выговоритесь. Признайте, что вам очень больно, и хуже быть не может — вы «на дне». А что нужно делать, оказавшись на дне? Правильно, оттолкнуться от него ногами и всплывать на поверхность! Не позволяйте себе впадать в депрессию, ведь разрыв — лучше, чем изматывающие, не приносящие радости отношения.

## Сожгите мосты

Не тешьте себя надеждой, что он вернется. Длительные отношения рвут вполне осознанно, а не в горячке обычной ссоры. Избавьтесь от его вещей, уберите совместные фотографии, ценные подарки спрячьте в дальний ящик и «забудьте о них» на пару лет. Оставьте прошлое в прошлом. Повторяйте, как мантру: «Когда запирается одна дверь, открывается другая». Закройте эту дверь, чтобы открылась новая.

# ЖИЗНЬ

## после расставания:

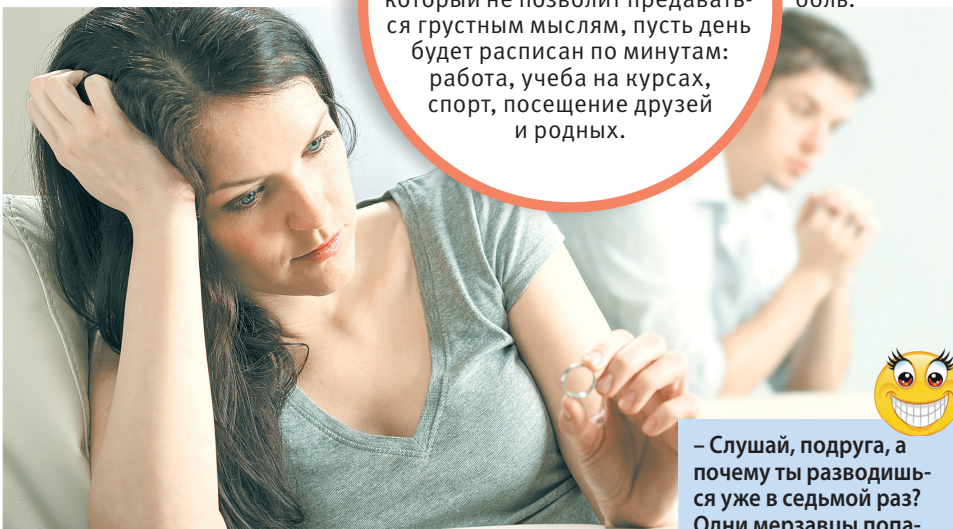
### без обид и сожалений

## Поставьте новые цели

Пересмотрите ваши планы: теперь вы сможете сделать то, что не могли себе позволить раньше. Приобрести автомобиль? Съездить в Бразилию? Сменить профессию? Действуйте, вы свободны и вольны сами решать, какой будет ваша новая жизнь!

## Загрузите себя делами

Составьте себе такой график, который не позволит предаваться грустным мыслям, пусть день будет расписан по минутам: работа, учеба на курсах, спорт, посещение друзей и родных.



## Примите «обезболивающее»

Расставание можно сравнить с физической травмой, только болит не коленка, а душа. Что мы делаем, когда нам больно? Чаще всего принимаем обезболивающее. Побалуйте себя, позвольте себе маленькие радости (кусочек торта, новая помада, поход в театр или на выставку), которые действуют, как тот самый анестетик, снимающий острую боль.

**Запираться в четырёх стенах** — верный путь к тяжелой депрессии. Плакать день-два можно, но дальше нужно брать себя в руки и, даже если не хочется, выходить из дома (неважно, с какой целью). Главное — не закрываться от мира и окружающих.

**Предлагать «остаться друзьями».** Это всего лишь скрытая попытка облегчить боль и оставить себе надежду на возобновление отношений. Такая «дружба» вредна тем, что она питает ложные иллюзии и заставляет мучиться.

**Винить себя.** Отношения строятся в паре, и ответственность за то, что они не сложились, несет не кто-то один, а оба. Не стремитесь сразу «извлечь уроки», просто примите ситуацию, как она есть, а анализировать будете потом.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Что вам точно не поможет?

КСТАТИ

## Будьте себе другом

Разрыв отношений для нас — поражение, которого мы стыдимся, злимся на себя, а самооценка вообще стремится к отрицательным значениям. В такой ситуации так нужна помощь друга, который поддержит, утешит, вытрет слезы. Если такой друг есть, не стесняйтесь просить о помощи и

поддержке. А если друга нет, важно стать другом самому себе. Не корите себя, никто не виноват, что отношения не сложились. Просто это был «не ваш человек», ведь чаще всего нас привлекают люди, которые являются нашей противоположностью: один — домосед, а другой —

любитель компаний, один хочет большую семью, а другой — пожить «для себя» и т.п. Не терзайте себя, освободитесь от негативных эмоций доступным вам способом: шопинг, спорт, массаж, хобби, волонтерство, долгие прогулки или путешествия.

БЫВАЕТ И ТАКОЕ

## Баннй день в пыли

Среди удивительных животных нашей планеты есть одно, выделяющееся уникальными свойствами шкурки. Это шиншилла. У нее из одной волосяной луковицы (фолликула) растет до 20 шерстинок! Для сравнения: у человека 2-3 волоса на фолликул. Из-за этого мех зверьков густой настолько, что у шиншилл не может быть ни паразитов, ни блох, потому что они просто не смогли бы обитать в такой густой шерстке. А также этим меховым комочкам нельзя мочить шерсть. Их мех впитывает очень много воды. Если они не высохнут, то может начать расти плесень. Поэтому они купаются в пыли.



## Выкрутасы памяти

Существует психический феномен, обратный дежавю, под названием жамевю.

Он заключается во внезапном ощущении того, что ты встречаешься с человеком или ситуацией первый раз, хотя они хорошо знакомы. С жамевю сталкиваются гораздо реже, чем с дежавю, которое испытывал почти каждый из нас. Это может служить признаком проблем с психикой и поводом для консультации у специалиста. Существует и такое явление, как прескевю — известное многим состояние, когда невозможно вспомнить знакомое слово, которое никак не хочет приходить на ум.



## Музыка на грани возможного

Многие музыкальные произведения очень сложны для исполнителей. Все зависит от того, кто их написал. Например, всемирно известный русский композитор Сергей Васильевич Рахманинов обладал невероятной особенностью — наибольшим охватом клавиш. Он мог охватить сразу 12 белых клавиш. Левоу рукой совершенно свободно брал аккорд «до-ми/бемоль-соль-до-соль», что достаточно сложно. Немногие музыканты могут похвастаться такой способностью, поэтому им приходится отказываться от исполнения произведений Рахманинова.



## Статуя в морских глубинах

«Христос из Бездн» — название статуи Иисуса Христа, которая находится на дне моря, в бухте Сан-Фруттуозо, в водах Итальянской Ривьеры. Она была изготовлена скульптором Гвидо Галлетти. Лицо Спасителя обращено вверх, к небу над морем и поверхности воды; к ним устремлены и воздетые руки — как бы в молитве за всех, кто связан с морем. Бронзовая статуя была установлена 22 августа 1954 года на 17-метровой глубине. Ее высота около 2,5 метров.

За полвека изваяние настолько обросло водорослями, что внушало страх. Чтобы исправить это, в начале 2000-х годов его подняли на поверхность, почистили и вернули на место, установив на новый постамент.

Светлана СИДОРЧУК



На телеканале «Россия 1» стартовала комедийная мелодрама «Невеста комдива» с Максимом Авериным, Александрой Никифоровой и Ниной Усатовой в главных ролях. Режиссёром выступил Александр Баранов, известный по сериалам «Екатерина», «Берёзка», «Громы»...

**Н**аш корреспондент встретился с одной из главных героинь картины Александрой Каштановой, чтобы узнать: насколько весело проходили съемки фильма, заявленного создателями как комедия?

## Из прошлого в настоящее

– Александра, картина *правда снималась легко и радостно?*

– Не просто радостно, но и счастливо. Снималась до этого в других проектах, но такой атмосферы не было нигде. Я очень люблю поспать, а тут нужно было вставать в пять утра. Но я вставала еще раньше или не ложилась вообще, поскольку находилась в постоянной эйфории, как, впрочем, и другие. Неудивительно, что мы все передружились. Этот проект не просто оставил след, он продолжает в нас жить и приносить радость.

– *Где проходили съемки? Действие происходит в военном гарнизоне...*

– В Крыму. Локации были разные, но большей частью работали в закрытых воинских частях, а жили в Севастополе в гостинице. В свободное время ходили друг к другу в гости, ездили на экскурсии, вместе завтракали, обедали, ужинали, как в пионерском лагере (*смеется*). Но, к сожалению,

## Александра КАШТАНОВА:

# Я учусь на собственных ошибках

### Кстати

**«В проект не вошла, а влетела»**

– *Исполнитель главной роли комдива Максим Аверин, играющий в фильме вашего отца, кастинг не проходил. А вы?*

– Проходила. Причем в этот проект я не вошла, а влетела, несмотря на то что первые пробы были зимой, а съемки начались в мае. После зимних проб наступило затишье, и я решила, что кастинг не прошла. Но вдруг в конце апреля звонит мой агент и сообщает, что у меня 2 мая повторные пробы, а 4-го я уже вышла на съемочную площадку. Так все быстро произошло!

все хорошее когда-нибудь заканчивается, и этот проект пришел к завершению. Мне невероятно трудно было возвращаться в нынешнюю жизнь. Приехала в Москву, а вокруг хмурые люди, и каждый погружен в свой телефон. Пришлось вновь вживаться в XXI век, по-



скольку несколько месяцев жила в чудесных 70-х годах прошлого века.

## Песни пригодились

– *Вашу бабушку по сценарию играет уникальная актриса Нина Усатова. Как вам с ней работалось?*

– Она невероятная – и в кадре, и в жизни. У меня была трудная сцена, и я страшно переживала в перерыве между съемками. Нина Николаевна это заметила и стала меня отвлекать, понимая, что эти волнения для меня затратны, что эмоции лучше сохранять для площадки. Она дала мне много полезных советов.

– *Вы не только сыграли в фильме одну из главных ролей, но и написали музыку...*

– На самом деле я написала всего две песни, одну из которых режиссер Александр Николаевич Баранов предложил мне же и спеть. Я сказала, что, если мне дадут гитару и несколько дней на подготовку, спою. Гитару мне нашли уже вечером, а на другой день запланировали съемки. Когда исполнила песню, Нина Усатова сказала: «Очень красивая». Для меня это была высшая похвала. А потом мне предложили сочинить песню, которую все девочки будут петь вместе. И мы ее исполнили а капелла, в несколько голосов.

– *У вас музыкальное образование?*

## Пожелание читателям «Телека»:

– *Не опускать руки, если очень тяжело, даже если разбито сердце. От мыслей и переживаний здорово спасает работа, любимое дело. Так что вперед! Переживаний в жизни и так хватает.*

– Я окончила академию имени Гнесиных по специальности «вокал», затем американскую школу, где училась на эстрадном отделении. Теперь преподаю в вокальной школе, параллельно выступаю на концертах с разными оркестрами.

– *После «Невесты комдива» приглашения сняться в кино поступали?*

– Скоро начну работать в картине «Теорема Пифагора». Там не главная роль, но интересная.

## Как вылечить душу?

– *Правда, что вы самостоятельно приехали в Москву из Башкирии 15-летним подростком?*

– Да, и Москва сразу меня приняла. Это была взаимная любовь. Здесь я начала сниматься в кино. Первый опыт – сериал «Барс», меня пригласили в этот проект как поющую актрису. Но по-настоящему дебютировала в главной роли в картине «Как вернуть мужа за 30 дней» в прошлом году. Потом были картины «Женская версия. Дедушкина внучка», «Единственная радость»...

– *Появились в Москве любимые места?*

– Когда мне плохо и тошно, иду в Дом книги на Арбате. На втором этаже выбираю книгу и читаю ее в литературном кафе. Встречи друзьям назначаем там же. Очень комфортное место.

Наталья АНОХИНА

## ПОДРОБНОСТИ

## Песня – это маленький спектакль

– *Судя по вашему характеру, вы не сидите сложа руки, если нет вдруг работы...*

– Когда у меня целый месяц не было предложений в кино, я сама попросила подругу, которая учится на режиссера во ВГИКе, снять меня в учебной работе. А вообще у меня есть вокальная школа, так что без работы я не бываю. Учусь своих ребят

проживать каждую песню как маленький спектакль.

– *Вы девушка смелая – занимаетесь серфингом, скалолазанием, погружаетесь с аквалангом на глубину, гоняете с ветерком на мотоцикле...*

– Я мотоциклист со стажем, экстремалка, но умею вовремя остановиться. Это пришло не сразу. Однажды поссорилась с молодым че-

ловеком, психанула, села на мотоцикл и помчалась по загруженному шоссе. А там КАМАЗы, дальнбойщики меня не видят, реально испугалась и поняла, что больше такое не повторю. Так что учусь на своих ошибках.

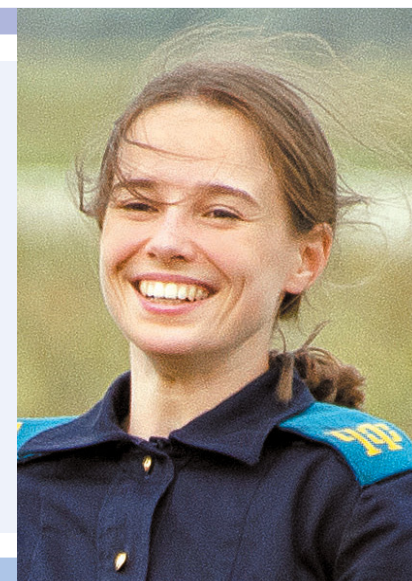
– *Вы ещё и спортсменка...*

– Я кандидат в мастера спорта по настольному теннису, у меня первый разряд по легкой атлетике. Моим

тренером был папа – профессиональный спортсмен. Кстати, моего отца в картине «Невеста комдива» зовут, как моего родного отца, Анатолий Васильевич. Приятное совпадение.

– *Каковы планы на ближайшее будущее?*

– Собраться всей съемочной группой в кафе и вместе посмотреть хотя бы одну серию «Невесты комдива».





Актриса Виктория Маслова, сыгравшая Леру в сериале «Триггер», который только что с большим успехом прошёл на Первом канале, сейчас находится в расцвете сил, таланта и красоты.

**П**озади — главные роли в проектах «Месть на десерт», «Опасные связи», «Не женское дело», впереди — новые фильмы и сериалы с ее участием. Зрители уже называли Викторией русской Шэрон Стоун — за яркую внешность и красоту. Мы решили узнать, а как актриса поддерживает свою красоту в плане питания?

## Свобода в выборе еды

— Виктория, расскажите, пожалуйста, как вы относитесь к еде — равнодушно или с любовью?

— Еда для меня — это наслаждение, и знаете, я позволяю себе ею наслаждаться!

— Но всё же какие-то правила, ограничения в питании соблюдаете? Или еда для вас процесс спонтанный: проголодался — поел?

— Я считаю, что постоянные ограничения никому не пойдут на пользу. Поэтому одним из моих главных принципов является свобода в выборе еды. Я могу позволить себе буквально все, что захочу. Единственное, что при этом не стоит забывать одну простую истину, которую давным-давно изрек древнегреческий врач и философ Гиппократ: «Мы то, что мы едим».

— Как вы считаете, можно ли оставаться стройной, не прибегая к диетам и ограничениям? Или это всего лишь миф?

— Да, можно, если генетика дает такую возможность. Но и это не навсегда, наверное.

## Виктория МАСЛОВА:

# Я позволяю себе наслаждаться едой



## Рецепт от звезды Бешбармак

— Я многое люблю готовить из семейных рецептов, но, наверное, чаще других блюд я готовлю бешбармак. А готовится он следующим образом. Сначала нужно взять хорошее мясо — баранину или говядину — и сварить. Вариться мясо должно долго. Для того, чтобы бульон получился прозрачным, к мясу больше ничего не добавляем. В отдельной кастрюле нужно отварить картофель. Добавляем и в мясо, и в картошку соль и перец — по вкусу. Далее готовим для бешбармака сочни. Сначала делаем тесто — такое же, как на пельмени. Затем из теста раскатываем большой блин и произвольно разрезаем его на детали — ромбы, квадраты — шириной 5-7 сантиметров. После теста нужно отварить. Когда мясо будет готово, его нужно достать и разобрать от костей. Затем выкладываем его на большое блюдо в центр. Вокруг мяса выкладываем наши сочни. А по-

верх сочной — картофель, но так, чтобы сочни были видны. Посыпаем наше блюдо свежим репчатым луком, предварительно нашинкованным кольцами. Еще как вариант — лук можно обжарить. И, если хочется, посыпать зеленью. При подаче к каждому блюду отдельно наливаем бульон. И — приятного аппетита!



## Не забываем про хорошее настроение

— Виктория, любите ли вы готовить и удаётся ли это делать в принципе, учитывая вашу огромную занятость?

— Безусловно, готовить я очень люблю! Но, как вы правильно заметили, из-за занятости готовить столько, сколько мне бы хотелось, я не могу. Поэтому делаю это не часто. Но я очень люблю приезжать домой и радовать домашних вкусной едой.

— В чём секрет вашей вкусной еды?

— Секрет очень прост: готовить — как, впрочем, и есть — всегда нужно только в хорошем настроении! Не стоит об этом забывать.

— Любите ли вы, когда в дом приходят гости? И чем их обычно угощаете?

— Я очень люблю встречать гостей и радовать их своими блюдами. Чаще всего выбор меню зависит от ситуации. Могу приготовить и пирог, и плов...

## Съедобное гнездо?

— Любите ли вы путешествовать и пробовать в путешествиях новые блюда?

— Путешествовать люблю, а пробовать новые блюда — просто обожаю! Всегда это делаю, приезжая в ту или иную страну.

— Какая кухня мира вам наиболее близка по вкусу?

— Мне близка средиземноморская: оливковое масло, оливки, сыры, зелень, морепродукты...

— Какое блюдо из путешествий запомнилось больше всего?

— Больше всего меня удивило блюдо под названием «Ласточкино гнездо» (одно из самых деликатесных кушаний китайской кухни. — Прим. авт.). Даже подумать не могла, что ласточкины гнезда едят.

## Самый вкусный на свете борщ

— А как рано вы научились готовить? Можете вспомнить своё первое блюдо?

— Готовить я научилась достаточно рано, и первым моим блюдом была гречневая каша с молоком. А уже примерно в пять лет я попыталась приготовить свой первый пирог. Правда, под чутким папиным руководством, но тем не менее... И, к моему, он удался! (Улыбается).

— Какая еда из детства до сих пор вспоминается как самая вкусная? И что обычно готовилось на семейные праздники?

— Я до сих пор с большим теплом вспоминаю свое детство и наши семейные застолья. А из блюд прежде всего приходят на ум бешбармак, плов, манты, вареники с сюрпризом... Ну и, конечно, изумительный, самый вкусный и любимый на свете бабушкин борщ!

Елена СОКОЛОВА

## ПОДРОБНОСТИ

# Сначала вода, потом завтрак

— Расскажите, пожалуйста, из каких блюд состоит ваш основной рацион?

— Я бы не сказала, что в моем меню есть какие-то постоянные блюда. Но, например, я очень люблю супы.

— Как обычно начинается ваше утро и что включает в себя завтрак?

— С утра я всегда выпиваю стакан чистой воды комнатной температуры.

И только потом завтракаю. Мой завтрак может быть абсолютно разным: иногда это йогурт, иногда — каша... А еще я очень люблю кофе — и желательно, чтобы он был из турки.

— Расскажите, пожалуйста, о ваших кулинарных «слабостях».

— Я очень люблю сладкое! И обязательно ем какие-то сладости в течение дня, а также сразу после обеда.

— Что например?

— Шоколад, мороженое, клубнику, с которой у меня взаимная любовь с самого детства.

— Чем из еды можете побаловать себя в выходные?

— Скорее всего, это будет что-нибудь мучное и что-то мясное. Например, манты или пельмени и блинчики с джемом, или какой-нибудь пирог — например, с картофелем и грибами.





Продолжаем публиковать нашу кулинарную азбуку. Сегодня – блюда на буквы Е и Ё из разных кухонь мира. Попробуйте приготовить что-нибудь из предложенного нами, и наверняка вам понравится.

# Ежевичный крамбл и узбекская ёрма – очень вкусная еда

## Ерши запечённые



**Японская кухня. На 4 персоны**  
**ИНГРЕДИЕНТЫ:** 6 ершей, 1 лимон, 4 мандарина, 2 корня петрушки, 2 пучка петрушки, пучок укропа, 250 г сметаны, 160 г твердого сыра, 150 г сливочного масла, молотый черный перец, соль по вкусу.

**Калорийность (на 100 г):** 126 кКал.

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

**1** Из лимона выжать сок, мандарины почистить и разобрать на дольки, сыр натереть на терке.  
**2** Ершей почистить, выпотрошить, снять филе, посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком, убрать в холодильник на полчаса.

**3** Корень петрушки натереть на терке, зелень петрушки измельчить.

**4** Корень и зелень петрушки обжарить на сливочном масле до золотистого цвета, выложить в форму для запекания.

**5** На петрушку выложить филе ершей, сверху разложить мандариновые дольки, залить сметаной, посыпать сыром.

**6** Запекать в разогретой до 180 градусов духовке 20 минут.

**7** Подавать с отварным рисом, украсив веточками укропа.



## Ёжики



**Французская кухня. На 6 персон**

**ИНГРЕДИЕНТЫ:** 500 г смешанного фарша (говядина и свинина), 0,5 стакана риса, 1 луковица, 1 яйцо, 1 ст. л. томатной пасты, 1 ст. л. сметаны, 1 ч. л. сахара, 1 ст. л. муки, растительное масло, 5-6 горошин душистого перца, молотый черный перец, соль.

**Калорийность (на 100 г):** 259 кКал.

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

**1** Рис отварить до полуготовности.

**2** Лук очень мелко порезать и обжарить на растительном масле до золотистого цвета.



**3** Положить в миску фарш, добавить рис, обжаренный лук, яйцо, посолить, поперчить и тщательно перемешать.

**4** Сформировать ежики размером с теннисный мячик, обвалять в муке.

**5** Обжарить ежики на растительном масле со всех сторон.

**6** Переложить ежики в глубокий сотейник, добавить томатную пасту, сметану, сахар, душистый перец.

**7** Залить горячей водой так, чтобы ежики были полностью покрыты, довести до кипения и тушить на среднем огне под крышкой 40 минут.

## Ёрма



**Узбекская кухня.**

**На 4 персоны**

**ИНГРЕДИЕНТЫ:** 300 г баранины (без костей), 60 г бараньего жира, ¾ стакана пшеничной крупы, 2 луковицы, 2-3 пера зеленого лука, 2 ч. л. смеси молотых специй (зира, кориандр, перец чили), соль.

**Калорийность (на 100 г):** 236 кКал.

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

**1** Крупу замочить в холодной воде на полчаса, затем откинуть на дуршлаг.

**2** Мясо и жир нарезать мелкими кубиками, лук – четвертькольцами.

**3** В хорошо разогретом казане (или кастрюле с толстым дном) выпотить жир, шкварки вынуть шумовкой и отложить.

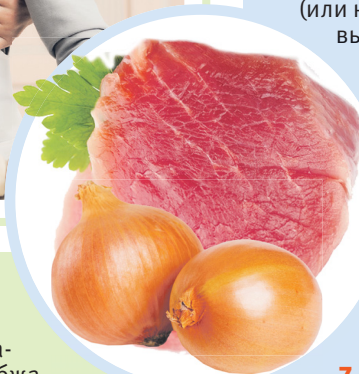
**4** В выпотившемся жире обжарить мясо до румяности, добавить лук, жарить до золотистого цвета.

**5** Добавить специи, перемешать.

**6** Влить 2 л горячей воды, довести до кипения, посолить, перемешать.

**7** Всыпать крупу, накрыть казан крышкой, убавить огонь до минимального, готовить 1 час.

**8** Готовому супу дать постоять 10-15 минут, при подаче посыпать зеленым луком; к супу подать простоквашу или катык.



**– Вы знаете, шёл к вам, нёс целый пакет разных сладостей: конфеты, печенья, торты, вафли. Но на входе на меня напали и всё отобрали.**

**– Кто на вас напал?**

**– Голод...**



## Ежевичный крамбл



**Итальянская кухня. На 6 персон**

**ИНГРЕДИЕНТЫ:** 700 г ежевики, 1 лимон, 100 г муки, 20 г овсяных хлопьев, 60 г песочного печенья, 60 г сахара, 3 ст. л. сливочного масла, ¼ ч. л. корицы, щепотка соли.

**Калорийность (на 100 г):** 226 кКал.

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

**1** Из лимона выжать сок.

**2** Печенье размолоть в крошку.

**3** Выложить ежевику в миску, добавить половину сахара, лимонный сок, 80 г муки, осторожно перемешать.

**4** В остуженную смесь добавить до состояния крошки остальные ингредиенты.

**5** Ежевичную смесь разложить по четырем формочкам, смазанным маслом, засыпать крошкой.

**6** Выпекать в разогретой до 180-190 градусов духовке до золотистого цвета (~20 минут).



## Египетское печенье с финиками



**Египетская кухня. На 6 персон**

**ИНГРЕДИЕНТЫ:** 240 г муки, 100 г сливочного масла, 1 апельсин, 50 г фиников (без косточек), 50 г орехов, 1,5 ст. л. меда, щепотка корицы, 20 г сахарной пудры.

**Калорийность (на 100 г):** 347 кКал.

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

**1** Финики мелко порезать, орехи мелко нарубить или смолоть в блендере, выжать сок из апельсина.

**2** В миске смешать до однородности финики, орехи, мед, корицу, 2 ст. л. растопленного сливочного масла.



**3** Муку высыпать горкой на стол, сделать в центре углубление, влить в него оставшееся масло, растереть руками до состояния крошки.

**4** Влить апельсиновый сок, замесить тесто.

**5** Отщипывать от теста кусочки размером с грецкий орех, каждый кусочек скатать в шарик, который затем раскатать в кружок; в центр кружка положить 0,5 ч. л. начинки и снова сформировать шарик.

**6** Готовые шарики выложить на противень, устланный бумагой для выпечки.

**7** Выпекать в разогретой до 180-190 градусов духовке ~30 минут.

**8** Готовому печенью дать остыть и посыпать его сахарной пудрой.

Светлана ИВАНОВА



ПЕРВЫЙ



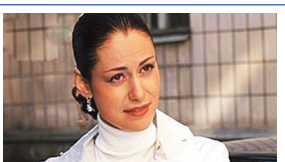
21.30 «МАГОМАЕВ». (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»  
 09.00 Новости  
 09.25 Телеканал «Доброе утро»  
 09.55 Модный приговор. (6+)  
 10.55 Жить здорово! (16+)  
 12.00 Новости (с субтитрами)  
 12.15 Время покажет. (16+)  
 15.00 Новости (с субтитрами)  
 15.15 Давай поженимся! (16+)  
 16.00 Мужское / Женское. (16+)  
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
 18.30 На самом деле. (16+)  
 19.40 Пусть говорят. (16+)  
 21.00 Время  
**21.30 «МАГОМАЕВ».** (16+)  
 Магомаев на студии «Союзмультфильм» озвучивает новых «Бременских музыкантов», из-за чего в очередной раз ссорится с Ликой  
 22.30 Премьера сезона. «Док-ток» (16+)  
 23.30 Вечерний Ургант. (16+)  
 00.10 Познер. (16+)  
 01.10 На самом деле. (16+)  
 02.10 Время покажет. (16+)  
 03.00 Новости

ТВЦ

06.00 «Настроение»  
**08.10 «МОЛОДАЯ ЖЕНА».** (12+)  
 10.10 «Сергей Юрский. Человек не отсюда». (12+)  
 10.55 Городское собрание. (12+)  
 11.30 14.30 17.50 22.00 События  
**11.50 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО».** (12+)  
 13.40 04.55 «Мой герой». (12+)  
 14.50 Город новостей  
**15.05 «ОТЕЦ БРАУН».** (16+)  
 16.55 «Естественный отбор». (12+)  
**18.15 «ВСКРЫТИЕ ПОКАЖЕТ».** (16+)  
 22.35 Специальный репортаж. (16+)  
 23.05 01.40 «Знак качества». (16+)  
 00.00 События. 25-й час  
 00.35 Петровка. 38. (16+)  
 00.55 «Прощание. Фаина Раневская». (16+)  
 02.20 «Вся правда». (16+)  
 02.45 «Засекреченная любовь». (12+)  
 05.35 «Осторожно, мошенники!» (16+)

РОССИЯ 1



14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)

05.00 Утро России  
 09.00 Вести  
 09.25 Утро России  
 09.55 О самом главном. (12+)  
 11.00 Вести  
 11.25 Вести. Местное время  
 11.45 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)  
 12.50 «60 минут». (12+)  
 14.00 Вести  
 14.25 Вести. Местное время  
**14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ».** (12+)  
 На пепелище найден труп одного из сотрудников коллекторского агентства, Михаила Мухина, известного своими суровыми методами взимания задолженностей с клиентов  
 17.00 Вести. Местное время  
 17.25 «60 минут». (12+)  
 18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)  
 20.00 Вести  
 20.45 Вести. Местное время  
**21.00 «В ШАГЕ ОТ РАЯ».** (12+)  
 23.10 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
**02.00 «ШАМАНКА».** (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром». (12+)  
 08.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня  
 08.20 «Сделано в СССР». (6+)  
 08.40 «Крым. Камни и пепел». (12+)  
**09.40 «10.05 «ЛВНИНА ДОЛЯ».** (12+)  
 10.00 14.00 Военные новости  
**12.05 «13.15 14.05 «ПОСЛЕДНИЙ БОЙ».** (16+)  
**15.50 «МЕХАНИК».** (16+)  
 18.30 «Специальный репортаж». (12+)  
 18.50 «Подводный флот Великой Отечественной войны». (12+)  
 19.40 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкин. (12+)  
 20.25 «Загадки века с Сергеем Медведевым». (12+)  
 21.30 «Открытый эфир». (12+)  
 23.05 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)  
**23.40 «СЛЕДЫ НА СНЕГУ».** (6+)  
**01.20 «ДЕРЕВЕНСКИЙ ДЕТЕКТИВ».** (0+)  
 02.40 «Убить Гитлера. 1921-1945». (16+)

5-Й КАНАЛ



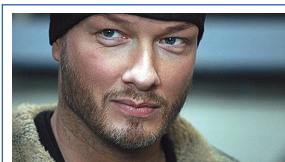
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2». (16+)

05.00 «Известия»  
**05.25 «ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ».** (16+)  
 09.00 «Известия»  
**09.25 «ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ».** (16+)  
 13.00 17.30 03.10 «Известия»  
**13.25 «ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ».** (16+)  
**17.45 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2».** (16+)  
**18.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА».** (16+)  
**19.20 «СЛЕД».** (16+)  
**23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2».** (16+)  
 В арендуемом офисе отравлен Александр, владелец агентства знакомств. Под подозрение попадает Степанов, хозяин офиса, - Александр грозил ему судом. Отравить могла и экзальтированная клиентка Алиса, безуспешно домогавшаяся любви Александра  
 00.00 «Известия. Итоговый выпуск»  
**00.30 «СЛЕД».** (16+)  
**01.15 «ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)  
**03.20 «СТРАСТЬ-2».** (16+)  
**04.40 «БУМЕРАНГ».** (16+)

ОТР

05.10 09.55 «Среда обитания». (12+)  
 05.20 09.15 «Календарь». (12+)  
 06.00 18.05 «Активная среда». (12+)  
 06.25 «За строчкой архивной...» (12+)  
 06.50 «Крот-часовщик». (0+)  
 07.00 09.00 11.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 20.00 22.00 01.00 04.00 Новости  
 07.05 22.05 «Прав!Да?» (12+)  
 08.00 17.05 «Замки и дворцы Европы». (12+)  
**10.05 «11.05 «МЕТОД ФРЕЙДА».** (16+)  
 12.05 13.20 19.00 20.30 «Отражение»  
**15.15 «02.00 «ТРОЕ ПРОТИВ ВСЕХ».** (12+)  
 16.50 «Медосмотр». (12+)  
 18.30 «Вспомнить всё». (12+)  
**23.00 «МЕТОД ФРЕЙДА».** (16+)  
 01.15 «За дело!» (12+)  
 03.30 «Большая наука». (12+)  
 04.15 «Культурный обмен». (12+)  
 05.00 «Большая страна: в деталях». (12+)

НТВ



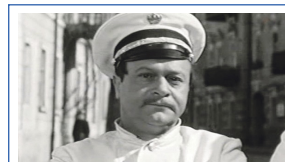
18.15 «ПЁС». (16+)

**05.10 04.10 «МОСКВА: ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ».** (16+)  
 06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)  
 08.00 10.00 13.00 16.00 19.00 00.10 Сегодня  
**08.20 «МОСКВА: ТРИ ВОКЗАЛА».** (16+)  
**09.20 10.20 02.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ».** (16+)  
 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие  
 14.00 Место встречи  
 16.15 «Сегодня в Санкт-Петербурге»  
 16.25 Основано на реальных событиях. (16+)  
 17.15 ДНК. (16+)  
**18.15 19.40 «ПЁС».** (16+)  
 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»  
**21.00 «НЕВСКИЙ: ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА».** (16+)  
**23.15 «В КЛЕТКЕ».** (16+)  
 00.20 Поздняков. (16+)  
 00.30 Футбольная столица с Геннадием Орловым  
 01.00 Мы и наука. Наука и мы. (12+)  
 03.35 Их нравы. (0+)

РЕН

05.00 «Территория заблуждений». (16+)  
 06.00 «Документальный проект». (16+)  
 07.00 «С бодрым утром!» (16+)  
 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)  
 09.00 Засекреченные списки. (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 Документальный спецпроект. (16+)  
 17.00 «Тайны Чапман». (16+)  
 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
**20.00 «ЧЕЛОВЕК-МУРАВЕЙ».** (12+)  
 22.15 «Водить по-русски». (16+)  
 23.30 «Неизвестная история». (16+)  
**00.30 «КРОКОДИЛ ДАНДИ».** (16+)  
**02.20 «АНТУРАЖ».** (16+)

РОССИЯ К



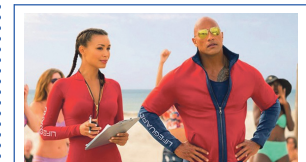
08.20 «МОРСКИЕ РАССКАЗЫ»

06.30 07.00 07.30 10.00 15.00 19.30 23.40 Новости культуры  
 06.35 Пешком...  
 07.05 20.05 Правила жизни  
 07.35 «Василий Песков»  
**08.20 «МОРСКИЕ РАССКАЗЫ».**  
 09.30 «Другие Романовы»  
 10.15 Наблюдатель  
 11.10 01.10 XX век  
 12.25 «Царь Борис и самозванец»  
 13.10 «Тонино Гуэрра»  
 14.00 02.20 «Роман в камне»  
 14.30 «От 0 до 80»  
 15.10 Новости. Подробно  
 15.30 Agora  
 16.30 «Сергей Юрский»  
 17.10 Торжественное открытие XIII фестиваля искусств Юрия Башмета  
 18.45 00.30 Власть факта  
 19.45 Главная роль  
 20.30 Спокойной ночи, малыши!  
 20.45 «Загадки Версаля»  
 21.40 Сати. Нескучная классика...  
**22.25 «РОЖДЕННАЯ ЗВЕЗДОЙ».**  
 23.10 «Дворянские деньги»  
 00.00 Открытая книга

ТВ-3

06.00 «Мультфильмы». (0+)  
 09.20 «Слепая». (16+)  
 11.00 Гадалка. (16+)  
 12.00 Не ври мне. (12+)  
 15.00 Мистические истории. (16+)  
 16.00 Гадалка. (16+)  
 17.00 «Очевидцы». (16+)  
 17.30 «Слепая». (16+)  
**18.30 «ХОРОШИЙ ДОКТОР».** (16+)  
**20.30 «КАСЛ».** (12+)  
**23.00 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДИЯМИ-2».** (6+)  
 После сокрушительной победы охотников за привидениями над Гозером, грозившим уничтожить мир живых, проходит пять лет. Нью-Йорк уже позабыл об атаке представителей потустороннего мира и о героях, что сумели им противостоять. Игон Спенглер, Рэй Стэнц, Питер Венкман и Уинстон Зедмор бросили охоту, и занялись каждый своим делом. Однако монстры не намеревались покидать город надолго  
**01.30 «НЕКРОМАНТ».** (16+)  
**03.00 «ПОМНИТЬ ВСЕ».** (16+)  
 05.15 «Тайные знаки». (16+)

СТС



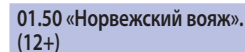
12.40 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)  
 06.15 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)  
 06.35 «Охотники на троллей». (6+)  
**07.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН».** (16+)  
 08.00 «Уральские пельмени». (16+)  
 08.25 «Реальная белка». (6+)  
**10.05 «СЕРДЦЕЕДКИ».** (16+)  
**12.40 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ».** (16+)  
**15.00 «ХЭНКОК».** (16+)  
**16.50 «КОРНИ».** (16+)  
**20.00 «ЛЮДИ ИКС».** (16+)  
 Люди Икс - новое звено в цепи эволюции. Они родились с уникальными генетическими мутациями, наделившими каждого из них необыкновенными способностями  
**22.00 «ЧЕЛОВЕК ИЗ СТАЛИ».** (12+)  
 00.50 «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)  
**01.50 «ЧЁРНАЯ МЕССА».** (18+)  
**03.45 «ЛЮБОВЬ ПРЕТ-А-ПОРТЕ».** (12+)  
 05.05 «Тайна третьей планеты». (0+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)  
 07.10 «По делам несовершеннолетних». (16+)  
 08.10 «Давай разведёмся!» (16+)  
 09.15 «Тест на отцовство». (16+)  
 11.20 «Реальная мистика». (16+)  
 12.25 02.35 «Понять. Простить». (16+)  
 14.20 «Порча». (16+)  
**14.50 «ЖЕНЬ НА ТРОПЕ ВОЙНЫ».** (16+)  
 Общительная Алиса и застенчивая Саша знакомятся в спортклубе. Объединила их одна беда. Что делать, когда муж уходит к молодой сопернице? Подруги по несчастью и объединяются в борьбе за справедливость!  
**19.00 «ЛЮБЛЮ ОТЦА И СЫНА».** (16+)  
**23.15 «ЛАСТОЧКИНО ГНЕЗДО».** (16+)  
 02.05 «Порча». (16+)  
 04.00 «Реальная мистика». (16+)  
 04.55 «Тест на отцовство». (16+)





06.00	06.30	07.00	07.30	08.00					
	08.30	09.00	09.30	10.00					
	10.30	11.00	11.30	12.00					
	13.00	18.00	18.55	20.00					
	21.00	23.00	23.40	«Из- вестия 78». (12+)					
06.10	06.35	07.10	07.35	08.10					
	08.35	09.10	09.35	10.10					
	10.35	11.10	11.35	«Поз- лестное утро». (12+)					
12.15	13.15	«Семейная про- грамма». (12+)							
14.00	17.00	22.00	«Происше- ствия». (16+)						
14.30	«Сделано в СССР». (12+)								
15.00	«Середина дня». (12+)								
16.00	«Эликсир молодости». (12+)								
17.30	«Земля. Территория за- гадок». (12+)								
18.10	00.25	Телекурьер. (12+)							
19.10	«Легенды советского сыска». (12+)								
20.10	01.05	«Открытая сту- дия». (12+)							
21.10	«Вечер трудного дня». (12+)								
22.15	«Итоги дня». (16+)								
23.55	«Большой Хоха». (12+)								
01.50	«Норвежский вояж». (12+)								

**СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ**



## КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
06.10 «ДОРИАН ГРЕЙ». (16+)	06.05 «БОЙ С ТЕНЬЮ». (16+)	06.05 «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕВАНШ». (16+)	05.45 «СЕМЬ СТАРИКОВ И ОДНА ДЕВУШКА». (12+)	07.20 «СВАТЫ». (16+)	06.00, 06.45, 09.55, 13.40, 15.35, 16.20, 18.05 Проект Подиум. (16+)
08.10 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)	11.00 «БОЙ С ТЕНЬЮ 3D: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)	11.00 «БОЙ С ТЕНЬЮ 3D: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)	11.00 Хит сезона.	11.00 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	07.30, 14.30, 18.55 Правила моей кухни. (16+)
10.10 «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ». (6+)	13.10 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (12+)	13.10 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (12+)	14.00 К 85-летию со дня рождения Сергея Юрского.	14.00 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ». (6+)	08.35, 17.10 Холостяк. (16+)
11.55 «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ-2». (6+)	15.15 «ДУРАК». (16+)	15.15 «ДУРАК». (16+)	17.25 «ЭЛАСТИКО». (16+)	18.25 «ГАРАЖ». (12+)	10.45, 11.45, 12.45 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
13.55 «Приключения Тинтина: Тайна Единорога». Мультфильм. (12+)	19.00, 19.55 «МЕТОД ЛАВРОВОЙ». (16+)	19.00, 19.55 «МЕТОД ЛАВРОВОЙ». (16+)	19.00, 19.55 «МЕТОД ЛАВРОВОЙ». (16+)	20.00, 20.45, 00.05, 00.50 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА». (16+)	22.20, 02.35 «АМНЕЗИЯ». (16+)
15.50 «ДОРИАН ГРЕЙ». (16+)	20.55 «ЛЕГЕНДА № 17». (12+)	20.55 «ЛЕГЕНДА № 17». (12+)	20.55 «ЛЕГЕНДА № 17». (12+)	21.30, 21.55, 03.20, 03.45 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)	23.05, 01.35 «ВЕРСАЛЬ». (16+)
17.50 «ДРАКУЛА». (16+)	23.20 «ДУХLESS». (18+)	23.20 «ДУХLESS». (18+)	23.20 «ДУХLESS». (18+)	04.10 «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+)	
20.10 «ПОСЛЕДНИЙ КИНОГЕРОЙ». (12+)	01.05 «ЗАВОД». (18+)	01.05 «ЗАВОД». (18+)	01.05 «ЗАВОД». (18+)		
США, 1993 г. В ролях: Арнольд Шварценеггер, Чарльз Дэнс	03.00 «ДУРАК». (16+)	03.00 «ДУРАК». (16+)	03.00 «ДУРАК». (16+)		
22.35 «СУПЕР БРИС». (16+)	05.30 «УБЕЖАТЬ, ДОГНАТЬ, ВЛЮБИТЬСЯ». (12+)	05.30 «УБЕЖАТЬ, ДОГНАТЬ, ВЛЮБИТЬСЯ». (12+)	05.30 «УБЕЖАТЬ, ДОГНАТЬ, ВЛЮБИТЬСЯ». (12+)		
00.15 «ГОСПОЖА БОВАРИ». (16+)					
02.20 «ГОТИКА». (18+)					
04.15 «ДЕНЬ СУРКА». (12+)					

Иллюзион+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	РОДНОЕ КИНО
01.45 «КЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (16+)	01.20 «С ПЯТИ ДО СЕМИ». (16+)	05.40 «ПАПАШИ БЕЗ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК». (16+)	01.10 «ТРУФАЛЬДИНО ИЗ БЕРГАМО». (12+)
03.05 «ИГРА ЭНДЕРА». (12+)	02.55 «МУЗА ДЛЯ МОКРОУХОВА». (18+)	07.40 «МОЙ ЕДИНСТВЕННЫЙ». (16+)	02.45 «СЕРЫЕ ВОЛКИ». (16+)
04.50 «ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ». (16+)	03.15 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (12+)	09.40 «СУПРУГИ МОРГАН В БЕГАХ». (16+)	04.55 «ВЕРТИКАЛЬ». (6+)
06.30 «ДЕСЯТЬ ЯРДОВ». (16+)	04.55 «Я НЕ Я». (16+)	11.45 «ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ». (16+)	06.25 «АЛЕНЬКИЙ ЦВЕТОЧЕК». (6+)
08.05 «ДОБЕЙСЯ УСПЕХА». (12+)	06.40 «БЕЗ СЕКСА». (16+)	13.45 «СКАНДИНАВСКИЙ ФОРСАЖ». (16+)	07.45 «ОЛИГАРХ». (16+)
09.35 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)	06.55 «Я НЕ Я». (16+)	15.35 «СКАНДИНАВСКИЙ ФОРСАЖ. ГОНКИ НА ЛЬДУ». (16+)	10.15 «ДАУН ХАУС». (16+)
11.00 «ЗАЩИТНЕГ». (16+)	08.50 «ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ». (16+)	17.30 «ДЖУНГЛИ ЗОВУТ! В ПОИСКАХ МАРСУПИЛАМИ». (12+)	11.50 «СЕСТРЫ». (16+)
12.45 «РОКОВАЯ СТРАСТЬ». (16+)	12.40 «ЗАКРОЙ ГЛАЗА». (12+)	19.30 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ СПИШОМ МАЛО ЗНАЛ». (16+)	13.30 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ». (12+)
14.30 «СТРОГО НА ЗАПАД». (16+)	14.40 «ГРАФОМАФИЯ». (12+)	21.20 «МОДНАЯ ШТУЧКА». (12+)	15.15 «ЗАКЛЯТИЕ ДОЛИНЫ ЗМЕЙ». (16+)
15.45 «МИСС МЕДОУЗ». (16+)	16.25 «ПИОНЕРЫ-ГЕРОИ». (16+)	23.20 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО». (16+)	17.15 «ПОСЛЕДНИЙ ДЮЙМ». (6+)
17.10 «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+)	18.30 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (16+)		19.00 «ДЕЖА ВЮ». (12+)
18.45 «ГЕРЦОГИНЯ». (16+)	20.40 «ТАМ, ГДЕ ВОДЯТСЯ ЗВЕЗДЫ». (16+)		Комедия, криминал, Польша, СССР, 1989 г.
20.30 «ВСЁ САМОЕ ЛУЧШЕЕ». (16+)	21.00 «СНЕЖНЫЙ АНГЕЛ». (12+)		21.00 «ЛОВУШКА ДЛЯ ОДИНОКОГО МУЖЧИНЫ». (16+)
22.05 «СПОКОЙНОЙ НОЧИ». (16+)	22.55 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)		Комедия, криминал, СССР, 1990 г.
23.30 «КРОВНЫЙ ОТЕЦ». (18+)			22.50 «БАБНИК». (16+)

СУПЕР	ФЕНИКС+КИНО	СТС LOVE	TV 21 ВЕК
06.00 «ОСТРОВ». (16+)	08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ». (16+)	06.00 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)	10.00, 18.00, 02.00 «ПАГАНИНИ: СКРИПАЧ ДЬЯВОЛА». (16+)
07.55 Прогноз погоды. (0+)	10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)	08.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)	Музыкальная драма, Германия, Италия, 2013 г.
08.00 «ОСТРОВ». (16+)	12.00, 13.00, 20.00, 21.00 «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+)	15.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)	12.05, 20.05, 04.05 «ЭНАХАРЬ». (16+)
09.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)	14.00, 22.00, 06.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)	18.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (12+)	Драма, комедия, Польша, 1981 г.
Сериал. Россия, 2019 г.	15.00, 23.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)	23.00 Сердца за любовь. (16+)	14.20, 22.20, 06.20 «УКРЫТИЕ». (18+)
11.00 «ФИТНЕС». (16+)	04.00 «ДВОЕ ИЗ ЛАРЦА». (16+)	00.25 Лавлавсар. (16+)	Триллер, драма, США, 2011 г.
13.00 «ГРАНД». (16+)	05.00 «ЖУКОВ». (16+)	02.05 Даёшь молодёжь! (16+)	16.25, 00.25, 08.25 «ЛЮБОВЬ И ДРУЖБА». (12+)
16.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)	07.00 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)	04.05 «РАНЕТИКИ». (16+)	Мелодрама, комедия, Ирландия, Франция, 2016 г.
18.00 «ДЕФФОНКИ». (16+)		04.55 Ералаш. (0+)	
19.25 Прогноз погоды. (0+)		05.20 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)	
19.30 «ДЕФФОНКИ». (16+)			
20.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)			
22.00 «БРАТЯ ПО ОБМЕНУ». (12+)			
00.00 «ОСТРОВ». (16+)			

## УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
08.45, 12.50, 17.00, 20.55 История одной культуры. (12+)	06.00 Рыболовная Россия. (16+)	00.00, 13.30 Наперекор мифам с доктором Холи. (12+)
09.15 Садовый доктор. (12+)	06.30 Профессиональная рыболовная лига-2019. (12+)	Доктор Холи Люсиль - признанный эксперт в области натуральных лекарственных средств. В своем шоу о природном лечении она разбивает в пух и прах все мифы и заблуждения в области здоровья. Отбрасывая домыслы, она оставляет только факты.
09.35 Мультиварка. (12+)	06.45 Нож-помощник. (16+)	00.30, 10.00, 18.30 Фитнес-бикини. (12+)
09.50, 13.50, 16.40 Огород круглый год. (12+)	07.00, 11.05, 15.05, 19.00 Рыбалка с Нормундом Грабовским. (12+)	01.30, 11.00, 19.30 Табата-Хард. (12+)
10.05 Академия огородника. (12+)	07.30, 11.35, 15.40, 19.35, 23.35 Фотоохота с Евгением Полонским. (16+)	02.00, 11.30, 20.00 Пилатес Intensive. (12+)
10.20 Цветники. (12+)	08.00, 12.05, 16.10, 20.05, 00.05 Охота с луком. (16+)	02.30, 12.30, 20.30 Zumba. (12+)
10.50 Горючие дачники. (12+)	08.30 Секреты «трудных» водоемов. (12+)	03.00, 13.00, 21.00 Боди-балет. (12+)
11.20, 15.25, 22.00 Постное меню. (12+)	09.00 Стратегия охоты с Сергеем Астаховым. (12+)	03.30, 14.00, 21.30 Умный фитнес. (12+)
11.40 Фитоаптека. (12+)	09.30 Морская охота. (16+)	04.00, 06.00, 08.00 Мистер Драйв. (12+)
12.10 Керамика. (12+)	10.00 Рыбалка без границ. (12+)	04.15, 06.15, 08.15 Утренний заряд с Димой Брагиним. (12+)
12.25 Топ-10. (12+)	10.35, 14.35, 18.30 На охотничьей тропе. (16+)	04.30, 06.30, 08.30 Блогеры: инструкция по применению. (16+)
13.25 Домашняя экспертиза. (12+)	12.35 Андрей Старков и его команда. (16+)	04.45, 06.45, 08.45 Худеем вкусно. (6+)
14.10 Деревянная Россия. (12+)	13.05 Сам себе охотник. (16+)	05.00, 07.00, 09.00 ЙогаУтро. (6+)
14.35 Дачные радости. (12+)	13.35 Мир рыболова. (12+)	05.30, 07.30, 09.30, 17.30 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
15.10 Домоводство. (12+)	14.05 Ледовые тропы рыбалки. (16+)	12.00, 23.30 Первокласный фитнес. (6+)
15.40 Обнови свой сад. (12+)	16.35 Поймай и сними. (16+)	14.30, 22.00 Дыхание стретчинга. (12+)
16.10 Моя крепость. (12+)	17.10 Клёвая Канада. (12+)	15.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
17.25 Дачная энциклопедия. (12+)	18.00 Донка против фидера. (16+)	16.00 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
18.00 Приглашайте в гости. (12+)	20.35 Охота в Белоруссии. (16+)	16.30 ЙогаВечер. (6+)
18.20 Баня - женского рода. (12+)	21.05 Вкусные рецепты охотника. (12+)	
18.35 Мастер-садовод. (12+)	21.35 Камера, мотор... рыба! (16+)	
19.05 Новые Робинзоны. (12+)	22.05 Прибалтийский лосось. (16+)	
19.15 Стройпосадка. (12+)	22.35 Охотничьи меридианы. (16+)	
20.10 Дом с нуля. (12+)	23.05 Рыболовная школа для взрослых. (12+)	
20.40 Я садовником родился. (12+)	00.35 Охота по-фински. (12+)	
21.25 Тихая моя родина. (12+)		
22.15 Готовим на природе. (12+)		
22.35 Паштет. (12+)		
22.50 Флористика. (12+)		
23.05 Ландшафтные эксперименты. (12+)		

## ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР	ПЯТНИЦА	Ю	РЕТРО
06.00, 10.10 «ШУЛЕР». (16+)	05.00 На ножках. (16+)	05.00 Папа попал. (12+)	06.00, 22.00 «ДОЧКИ-МАТЕРИ». (12+)
Сериал. Драма, криминальный фильм, Россия, Украина, 2013 г.	06.50 Школа доктора Комаровского. (12+)	В нашем проекте не будет актеров, фальши и обмана. Все настоящее: герои, чувства, эмоции. Хватит ли сил у папы справиться с детьми и домашними обязанностями, пока мама пребывает в обществе стилистов, косметологов, психологов и фитнес-тренеров?	07.40, 21.40 Русская классика. (12+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45 Новости	07.30 Утро Пятницы. (16+)	07.10 Eupora plus чарт. (16+)	07.55 Флот. (12+)
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)	08.30 «ДОКТОР ХАУС». (16+)	08.00 Невеста для папы. (16+)	09.00 Мультфильмы. (6+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)	11.00 На ножках. (16+)	10.00 «ШИНЕЛЬ». (12+)	11.25 «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ». (12+)
15.05, 16.15 Дела судебные. Новые истории. (16+)	13.00 Адская кухня. (16+)	10.00 Мастершеф. (16+)	13.15 «Сокровища затонувших кораблей». Мультфильм. (6+)
17.15, 19.15 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)	15.00 Орел и решка. Перезагрузка. (16+)	12.50 Моя свекровь - монстр. (16+)	13.30 «Дорогая копейка». Мультфильм. (6+)
19.55 Телеигра «Игра в кино». (12+)	16.00 Орел и решка. Неизданное. (16+)	13.50, 15.05, 02.00, 03.05 «КОМЕДИЯ ОШИБОК». (12+)	16.20 «ДЕВИЧИЙ ИСТОЧНИК». (16+)
21.10 Всемирные игры разума. (12+)	17.00 Орел и решка. Ивлеева VS Бедняков. (16+)	18.05 Сыны России: Русский подарок Америке. Владимир Зворыкин. (12+)	18.35 «ИНСПЕКТОР ГАИ». (16+)
21.45, 00.00 «НОВАЯ ЖИЗНЬ СЫЩИКА ГУРОВА. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)	19.00 Орел и решка. Ивлеева VS Бедняков. Неизданное. (16+)	20.05 «РАССЛЕДОВАНИЯ КОМИССАРА МЕГРЭ». (16+)	20.05 «РАССЛЕДОВАНИЯ КОМИССАРА МЕГРЭ». (16+)
Сериал. Детектив, Россия, 2010 г. В ролях: Сергей Маховиков, Борис Покровский, Владимир Стержаков, Алиса Признякова	20.00 Орел и решка. Чудеса света. (16+)	23.50 «ГРОШОВАЯ СЕРЕНАДА». (16+)	04.10 «МАРИЯ МИРАБЕЛЛА». (6+)
02.10 Охотники за привидениями. (16+)	21.00 Мир наизнанку. Бразилия. (16+)	05.15 «Ночь перед Рождеством». Мультфильм. (6+)	
02.35 Отпуск без путевки. (16+)	23.00 «ДОКТОР ХАУС». (16+)		
03.25 Концерт. (16+)	01.40 Пятница News. (16+)		
05.15 Ели у Емели. (16+)	02.10 Битва салонов. (16+)		
05.35 «АЛЫЕ ПАРУСА». (12+)	03.50 На ножках. (16+)		

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC
00.00 Час истины. (12+)	06.10 Невероятные изобретения. (6+)	06.00 Панорама 360 градусов: Разрушение объектов всемирного наследия. (16+)
01.00, 01.10 Время Победы. (12+)	06.40 Музейные тайны. (12+)	06.30 Осушить океан. (16+)
01.15 Тайное становится явным. (12+)	07.20, 08.05, 08.55, 09.40 Настоящая игра престолов. (12+)	07.25 Хозяева гор. (16+)
01.30 Рожденные в СССР... (6+)	10.25, 11.15, 12.05, 12.55 Титаник: истории из глубины. (12+)	08.20 Египет с высоты птичьего полета. (16+)
02.00 Тайны соборов. (12+)	13.45, 14.35, 15.25 «ЕЛИЗАВЕТА I И ЕЕ ВРАГИ». (12+)	09.10 Космос: возможные миры. (16+)
03.55 Историада: «Мюнхенский договор»: приближение или отдаление начала Второй мировой? (12+)	16.15 Николай и Александра: последние монархи России. (12+)	09.55, 10.55 Мегазаводы. (16+)
04.55, 06.00 Объекты Всемирного наследия Испании. (12+)	17.10 Настоящая игра престолов. (12+)	11.45, 12.35 Авто - SOS. (16+)
07.05 Майя. Рождение легенды. (12+)	18.00 Китай времен Мао. (12+)	13.25 Скрытые жемчужины Турции. (16+)
08.00 «ЛЮБОВНИЦА ДЬЯВОЛА: УНЕСЕННЫЕ СТРАСТИ». (16+)	19.00 Тайная война. (12+)	14.20, 14.45 Горячие границы: Латинская Америка. (16+)
09.55 Загадочные города: Тоскана. Флоренция. (12+)	Документальный сериал, Великобритания, 2011 г.	15.10, 16.05 Расследования авиакатастроф. (16+)
10.20 Загадочные города: Апулия. Отранто. (12+)	19.55 Расшифрованные сокровища Документальный сериал, Великобритания, 2014 г.	16.55 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
10.50 Историограф. (12+)	20.50 Поля сражений. (12+)	17.45 Истории спасения. (16+)
11.40 История Отечества в портретах: Григорий Потёмкин. (12+)	Документальный сериал, Франция, 2019 г.	18.35 Космос: возможные миры. (16+)
12.00 «ЛЮБОВНИЦА ДЬЯВОЛА». (16+)	22.00 Хит-парад военной техники Документальный сериал, Великобритания, 2015 г.	19.25 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+)
13.55 Рельсовая война. (12+)	23.05 Лондон: 2000 лет истории. (12+)	20.15, 03.00 Расследование авиакатастроф. (16+)
14.25 Художники. Сила кисти. (12+)	Документальный сериал, Великобритания, 2019 г.	21.10 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
15.30 На пути к Великой Победе: Польский поход. 1939. (12+)	23.55 Расшифрованные сокровища 00.45 Тайная война. (12+)	22.00, 01.25, 03.45 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
16.00, 18.00 «НАПОЛЕОН». (16+)	01.40 Поля сражений. (12+)	22.55, 23.45 Инстинкт выживания. (16+)
20.00 Цивилизации: Бог и искусство. (12+)	02.35 Хит-парад военной техники 03.40, 04.20, 05.05 Музейные тайны. (12+)	00.35 Сила племени. (16+)
21.10 Историограф. (12+)		02.10 Авто - SOS. (16+)
22.00 Диверсанты: Ликвидатор. (12+)		04.35, 04.50 Только не рассказывайте маме, что я в... (16+)
22.55 Антагонисты. Соперники в искусстве: Микеланджело против Леонардо. (12+)		05.15, 05.35 Научные глупости. (16+)

animal planet

ANIMAL PLANET

- 06.00 Аквариумный бизнес. (12+)
- 06.50, 07.15 Школа горилл. (12+)
- 07.40 Введение в собаководство: спецвыпуск. (12+)
- 08.30 Доктор Джефф: ветеринар Роки-Маунтин. (16+)
- 09.20 Неизведанная Европа. (12+)
- 10.10, 11.00, 11.50 Центр реабилитации Аманды. (12+)
- 12.40 Школа горилл. (12+)
- 13.05 Секреты природы. (12+)
- 13.35 Доктор Джефф: ветеринар Роки-Маунтин. (16+)
- 14.30 Введение в собаководство: спецвыпуск. (12+)
- 15.25 Будни ветеринара. (16+)
- 16.20, 17.15, 18.10 Планета мутантов. (12+)
- 19.05, 02.15 Неизведанная Европа. (12+)
- 20.00 Койот Петерсон представляет. (12+)
- 21.00 Визиты к звери. (12+)
- 21.25 Удивительный мир животных. (12+)
- 21.55 Школа горилл. (12+)
- 22.20 Секреты природы. (12+)
- 22.50, 04.30 Бристольский залив. (16+)
- 23.45, 05.15 Я живой. (16+)
- 00.40 Хранители болот Эверлейдс. (16+)
- 01.30 Крупный улов. (16+)
- 03.00 Живой или вымерший. (16+)
- 03.45 На свободу с питулем. (16+)

Discovery

DISCOVERY CHANNEL

- 06.00, 01.30 Человек против медведя. (12+)
- 06.50, 13.45, 20.10 Махинаторы. (12+)
- 07.40 Как работают машины. (12+)
- 08.30 Мятёжный гараж. (12+)
- 09.22, 09.48 Охотники за реликвиями. (16+)
- 10.14, 04.30 Голые и напуганные. (16+)
- 11.06 Дальнейший шаг в Америке. (12+)
- 11.58, 12.24, 19.15, 19.40 Как это устроено? (12+)
- 12.50, 13.15, 14.40, 15.05, 03.00, 03.25 Как это сделано? (12+)
- 15.35, 16.00, 22.55, 00.40 В погоне за классикой. (12+)
- 16.30, 16.55, 02.15, 02.40 Гаражное золото. (12+)
- 17.25 Рыбалка голыми руками. (12+)
- Парочка из светского общества, двое баскетболистов из университета и новобрачные бегутся за рыбалку вручную. Кто поймает самую большую рыбу?
- 18.20 Экспедиция Мунго. (16+)
- 21.05, 21.30 Охотники за реликвиями. (12+)
- 22.00 Махинаторы: машина мечты. (12+)
- 23.50 Голые и напуганные XL. (16+)
- 03.45 Сибирская рулетка. (16+)
- 05.15 Аляска: семья из леса. (16+)

TLC

TLC

- 06.00 Мастер макияжа. (12+)
- 06.25, 06.50 Игра вслепую. (12+)
- 07.15, 07.40 Пять ингредиентов. (12+)
- 08.10, 08.35 Игра вслепую. (12+)
- 09.05, 09.30 Охотники за островами. (12+)
- 10.00 Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+)
- 11.50, 12.15 Экстремальные способы экономии. (16+)
- 12.45 Коронованные детки. (16+)
- 13.40, 14.05 Пять ингредиентов. (12+)
- 14.35 Виза невесты. Виза жениха. Лорен и Алексей. (16+)
- 16.15, 16.25 Сестры Даггар: пополнение. (12+)
- 17.20 Коронованные детки. (16+)
- 18.15 Экстремальные способы экономии. (16+)
- 19.10, 19.35 Игра вслепую. (12+)
- 20.05, 20.30, 05.13, 05.36 Охотники за островами. (12+)
- 21.00, 00.50 Виза невесты. Виза жениха. Расс и Паола. (16+)
- 22.50 Сестры Даггар: пополнение. (12+)
- 23.00, 02.27 Меня зовут Джаз. (18+)
- 23.55, 00.20, 03.14, 03.37 Скифф. (16+)
- 02.17 Сестры Даггар: пополнение. (12+)
- 04.01 Игра вслепую. (12+)
- 04.26, 04.49 Охотники за международными недвижимостью. (12+)



## СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT 1
06.00, 14.05 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. Плей-офф. 1-й матч. (0+)	00.05, 07.00 Велоспорт (трек). Шесть дней Манчестера. 3-й день. (12+)
07.50, 10.20, 12.45, 15.55 Новости	01.35, 02.05 Биатлон. Кубок мира. Контиолахти. (6+)
07.55, 03.35 Дзюдо. Турнир «Большого шлема». (0+)	02.35, 03.05 Горные лыжи. Кубок мира. (12+)
10.25 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)	03.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Викиерсунд. HS 240. (12+)
10.55 Гандбол. Кубок России. Мужчины. «Финал 4-х». Финал. (0+)	05.00, 06.00 Фристайл. Кубок мира. Идре. (12+)
12.50, 03.10 Страна смотрит спорт. (12+)	08.30 Теннис. Медведев - Димитров. US Open. Полуфинал (субтитры). (6+)
13.20, 02.25 Спортивная гимнастика. Кубок мира. (0+)	11.00 Теннис. Медведев - Надаль. US Open. Полуфинал (субтитры). (6+)
16.00, 01.30 Неделя в КХЛ. (12+)	16.15 Велоспорт. Тиррено - Адриатико. 6-й этап. Прямая трансляция. (12+)
16.55 Профессиональный бокс. (16+)	19.00 Конный спорт. Кубок мира. Хертогенбокс. Выездка. (6+)
18.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. «Нижегород» - «Зенит» (Санкт-Петербург). Прямая трансляция	20.00 Олимпийские игры. «Олимпийский форпост». (12+)
20.55 Мини-футбол. Париматч - Чемпионат России. КЛРФ (Москва) - «Синара» (Екатеринбург). (0+)	20.30 Теннис. АТР «Мастерс». Индиан-Уэллс. (6+)
22.45 Последняя параллелиада. (12+)	21.00, 23.05 Теннис. АТР «Мастерс». Индиан-Уэллс. Прямая трансляция. (6+)
23.05 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. ЦСКА - «Химки». (0+)	

## МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ-ТВ
05.00, 04.00 Наше. (16+)	18.30 Лайкер. (16+)
06.05 Каждое утро. (16+)	Интерактивный нон-стоп. Оценивай клип, через мобильное приложение МУЗ-ТВ. Лайкай в смартфоне, следи за динамикой в телевизоре!
08.25 PRO-обзор. (16+)	19.30 Золотая дюжина. (16+)
09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)	20.30 «Жара» в Баку. Хиты 90-х. (16+)
10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)	22.30 TOP 30 - Русский крутяк недели. (16+)
10.30 Место под Солнцем. (16+)	01.00 Караокеинг. (16+)
16.00 DFM - dance chart. (16+)	Настоящий караоке-клуб у вас дома!
16.55 Отпуск без путевки. Бенидорм. (12+)	
18.00 PRO-новости. (16+)	

## ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
08.20 «Хейлдораблз». (0+)	06.15, 12.00 «Русалочка» (субтитры). (6+)	05.00 «Ранние пташки». «Моланг», «Смешарики. Новые приключения», «Домики». (0+)
08.25, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	06.40, 13.00 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)	06.55 «Чик-зарядка». (0+)
09.00 «Фееринки». (0+)	07.10, 13.30, 18.35, 21.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+)
09.25, 23.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)	07.35 «Рapunцель: Новая история». (6+)	07.30 «Чик-зарядка». (0+)
10.00, 14.00, 17.25, 22.00 «Фиксики». (0+)	08.10 «Пёс Пэт». (6+)	07.35 «Маджики». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)	08.25 «Хранитель Лев». (0+)	08.05 «Бинг». (0+)
11.00 «Сказочный патруль». (0+)	08.55 «Герои в масках». (0+)	08.40 «Царевны». (0+)
11.35, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	09.25 «ПУПС». (0+)	09.20, 03.05 «Лаборатория. Маленькие исследователи». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)	10.00 «Дружные мопсы». (0+)	09.45 «Радужный мир Руби». (0+)
13.35, 20.35 «Маша и Медведь». (0+)	10.30 «Блуди». (0+)	10.15 «Четверо в кубе». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)	11.00 «София Прекрасная». (0+)	11.00 «Роботар Поли и его друзья». (0+)
15.00 «Нильс». (0+)	11.25 «Елена - принцесса Авалора». (0+)	11.40 «Роботы-поезда». (0+)
15.30 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)	12.30 «Аладдин» (субтитры). (0+)	12.15 «Гормити». (6+)
17.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)	14.30 «Подружки-супергерои». (6+)	12.40 «Трансформеры. Боты-спасатели. Академия». (0+)
18.00 «Роботы-поезда». (0+)	14.40 «Финес и Ферб». (6+)	13.05 «Трансформеры. Кибервселенная». (6+)
18.30 «Мальшарик». (0+)	16.10 «Семейка Крудс. Начало». (12+)	13.25 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!». (0+)
18.50 «Кошечки-собачки». (0+)	16.35 «Гравити Фолз». (12+)	13.30 «Приключения Ам Няма». (0+)
19.00 «Четверо в кубе». (0+)	17.35 «Рapunцель: История продолжается». (6+)	14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)	19.30 «Покахонтас-2: Путешествие в Новый Свет». (0+)	14.10 «Смурфики». (0+)
21.25 «Лео и Тиг». (0+)	23.00 «Стражи Галактики». (12+)	14.35 «Как устроен город». (0+)
22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)		14.40 «Фиксики». (0+)
23.00 «Защитники». (0+)		15.00 «Танцоры». (0+)
		16.00 «Бурёнка Даша». (0+)
		16.10 «Приключения Барби в доме мечты». (0+)
		16.30 «Фееринки». (6+)
		17.10 «Оранжевая корова». (0+)
		17.35 «Пластилиники». (0+)
		17.40 «Суперкрылья. Подзарядка». (0+)
		18.10 «Рев и заводная команда». (0+)
		18.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
		20.00 «44 котёнка». (0+)
		20.30 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)
		20.45 «Барбоскины». (0+)
		22.00 «Эволюция Черепашек-ниндзя». (6+)
		22.25 «Фьюжи Макс». (6+)
		22.50 «Губка Боб Квадратные штаны». (6+)
		23.35 «Луни Тюнз шоу». (6+)
		01.00 «Ералаш». (6+)
		02.05 «ТриО!» (0+)
		02.20 «Маленькое королевство Бена и Холли». (0+)
		03.25 «Полли Покет». (0+)
		04.30 «Котики, вперед!». (0+)

## ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00, 00.35 День Патриарха. (0+)	09.50, 22.15 Реакция. (12+)
05.15 Новый Завет вслух. (0+)	10.25 «ДНИ ХИРУРГА МИШКИНА». 1 серия. (0+)
05.30 Антоний и Феодосий Киево-Печерские. (12+)	11.55 «Державная». Размышления 100 лет спустя. (12+)
05.45 Общее дело. Возрождение храмов Севера. Специальный проект телеканала СПАС. (0+)	13.00 Прямая линия. Ответ священника. Специальный выпуск (субтитры). (0+)
06.05 Праведный Симеон Богоприимец и Анна Пророчица. (12+)	14.00 Русский обед. (6+)
06.10 Вера в большом городе. (16+)	15.30, 17.00, 17.55 «МОН-ЗУНД». 1 и 2 серии. (12+)
07.15 «Главное» с Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (0+)	17.30, 21.30, 02.15 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)	19.00, 01.20 Завет. (6+)
09.20, 15.00 Монастырская кухня. (0+)	20.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
	22.50 Прямая линия жизни. (0+)
	00.05 Миротворец. Святой Даниил Московский. (12+)
	00.50 Николай (Гурьянов). Цикл: Старцы. (12+)

## Православный календарь

16 марта  
Седмица 3-я Великого поста. Глас 6.  
Мчч. Евтропия, Клеоника и Василиска.



Прп. Пиамы девы. Свв. Зинона и Зоила.  
Прмц. Марфы и мч. Михаила. Волоколамской иконы Божией Матери.

Постный день.

«Ничего не должно делать напоказ людям, но во всем надобно поступать от чистого сердца; потому что Бог знает сокровенное и тайное...»  
Прп. Ефрем Сирин

## МОЙ ЛЮБИМЫЙ ДОМ

Эмалированная посуда давно и прочно обосновалась на наших кухнях. Изготавливается она из сплавов различных металлов, на внутреннюю её поверхность наносится несколько слоев эмали, защищающей пищу от контакта с металлом.

У эмалированной посуды масса преимуществ: легко моется, не накапливает на поверхности бактерии и неприятный запах, позволяет хранить пищу без вреда для здоровья и сможет прослужить вам долгие годы, если ухаживать за ней правильно.

### Перед первым использованием

Новую посуду перед использованием нужно закалить. Залейте в посуду воду с добавлением соли (на 1 л воды 2 столовых ложки), доведите до кипения, дождитесь, когда вода в посуде остынет, и слейте ее. Считается, что такое мероприятие способствует предотвращению растрескивания эмали.

### Пользуемся правильно

- Эмаль чувствительна к перепадам температур, поэтому не следует ставить пустую посуду на огонь, наливать в горячую емкость ледяную воду или размещать снятую с плиты кастрюлю на холодной подставке.
- Не любит эмаль удары и механические повреждения, поэтому не стоит, помешивая блюдо, энергично стучать по стенке кастрюльки или сотейника. Такое действие может обернуться появлением сколов и микротрещин.
- Не используйте для очистки посуды металлические щетки и другие абразивные материалы: они царапают эмаль, приводят к ее истиранию и повреждению.

# Секреты ухода за эмалированной посудой



### А если появились сколы?

Эмалированной посудой со сколами пользоваться категорически не рекомендуется. Дело в том, что при контакте железа с приготовляемой пищей образуются опасные для здоровья соединения. Накапливаясь в организме, они негативно влияют на наше здоровье.

Дельное предложение: на кулинарных сайтах сортировать рецепты по количеству посуды, которое придется перемыть после готовки.

### Загрязнения долой!

- Если ко дну пригорела пища, удалите все остатки, которые вычищаются без усилия, а остальной нагар залейте горячей водой с добавлением 1-2 ложек соды. Оставьте посуду отмокать в течение 2-3 часов. Затем прокипятите состав пару минут, слейте. Помойте с использованием средства для мытья посуды и мягкой губки.
- Еще одно эффективное средство для очищения пригоревшего дна эмалированной посуды – крепкий солевой раствор. Залейте солевой раствор в пригоревшую посуду так, чтобы он закрывал дно, и оставьте на ночь. Утром прокипятите раствор и очистите налет при помощи моющего средства и губки.
- Если без абразива при чистке посуды не обойтись, используйте мелкую соль типа «Экстра». Этот деликатный абразив – единственное, что точно не нанесет вреда эмали.
- От потемнения, ржавых потеков и пятен на эмали поможет избавиться столовый уксус (9 %) и сода. Нанесите, оставьте на полчаса, потрите и ополосните.
- Средство для очистки эмалированной посуды, которая окрасилась после варки свеклы, луковой шелухи и т.п.: прокипятите в посуде воду с кожурой кислых яблок или с добавлением уксуса. Эмаль очистится и посветлеет.

Светлана СИДОРЧУК



ПЕРВЫЙ



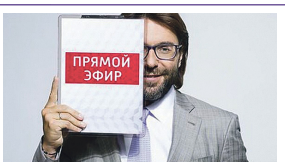
22.30 Премьера сезона.  
«Док-ток» (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»  
09.00 Новости  
09.25 Телеканал «Доброе утро»  
09.55 Модный приговор. (6+)  
10.55 Жить здорово! (16+)  
12.00 Новости (с субтитрами)  
12.15 Время покажет. (16+)  
15.00 Новости (с субтитрами)  
15.15 Давай поженимся! (16+)  
16.00 Мужское / Женское. (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
18.30 На самом деле. (16+)  
19.40 Пусть говорят. (16+)  
21.00 Время  
21.30 «МАГОМАЕВ». (16+)  
22.30 Премьера сезона.  
«Док-ток» (16+)  
23.30 Вечерний Ургант. (16+)  
00.10 «Сергей Юрский. Против правил». (12+)  
01.00 На самом деле. (16+)  
02.00 Время покажет. (16+)  
03.00 Новости  
03.05 Время покажет. (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»  
08.10 «Доктор И...» (16+)  
08.45 «БАЛАМУТ». (12+)  
10.35 «Юлия Борисова. Молчание Турандот». (12+)  
11.30 14.30 17.50 22.00 События  
11.50 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО». (12+)  
13.40 04.55 «Мой герой». (12+)  
14.50 Город новостей  
15.05 03.25 «ОТЕЦ БРАУН». (16+)  
16.55 «Естественный отбор». (12+)  
18.15 «ВСКРЫТИЕ ПОКАЖЕТ». (16+)  
22.35 05.35 «Осторожно, мошенники!» (16+)  
23.05 01.35 «Валентина Толкунова. Соломенная вдова». (16+)  
00.00 События. 25-й час  
00.35 Петровка, 38. (16+)  
00.55 «Женщины Михаила Козакова». (16+)  
02.15 «Вся правда». (16+)  
02.45 «Засекреченная любовь. Русская красавица». (12+)

РОССИЯ 1



18.30 Андрей Малахов.  
Прямой эфир. (16+)

05.00 Утро России  
09.00 Вести  
09.25 Утро России  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 Вести  
11.25 Вести. Местное время  
11.45 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)  
12.50 «60 минут». (12+)  
14.00 20.00 Вести  
14.25 Вести. Местное время  
14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)  
Беспокоясь о пропавшем муже, Оксана Долмацкая просит соседей по гаражному кооперативу открыть принадлежащий супругам бокс, запертый изнутри. Они обнаруживают там труп хозяина в обнимку с неизвестной девушкой  
17.00 Вести. Местное время  
17.25 «60 минут». (12+)  
18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)  
20.45 Вести. Местное время  
21.00 «В ШАГЕ ОТ РАЯ». (12+)  
23.10 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
02.00 «ШАМАНКА». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром». (12+)  
08.00 Новости дня  
08.25 «Не факт!» (6+)  
09.00 «БРАТ ЗА БРАТА». (16+)  
10.00 Военные новости  
10.05 «БРАТ ЗА БРАТА». (16+)  
13.00 18.00 Новости дня  
13.15 «БРАТ ЗА БРАТА». (16+)  
14.00 Военные новости  
14.05 «БРАТ ЗА БРАТА». (16+)  
18.30 «Специальный репортаж». (12+)  
18.50 «Подводный флот Великой Отечественной войны». (12+)  
19.40 «Легенды армии» с Александром Маршалом. (12+)  
20.25 «Улика из прошлого». (16+)  
21.15 Новости дня  
21.30 «Открытый эфир». (12+)  
23.05 «Между тем» с Наталей Метлиной. (12+)  
23.40 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)  
01.25 «АНИСКИН И ФАНТОМАС». (12+)  
03.35 «СЛЕДЫ НА СНЕГУ». (6+)  
04.55 «Крым Благословенный». (6+)

5-й КАНАЛ



06.30 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (12+)

05.00 «Известия»  
05.25 «БУМЕРАНГ». (16+)  
06.30 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (12+)  
09.00 «Известия»  
09.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)  
Сергей Глухарев уже в звании майора занимает должность начальника следственного отдела сталкиваясь с целым рядом новых служебных проблем. Его друг Денис Антошин наоборот увязает в проблемах личных  
13.00 «Известия»  
13.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)  
17.30 «Известия»  
17.45 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2». (16+)  
18.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА». (16+)  
19.20 «СЛЕД». (16+)  
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2». (16+)  
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»  
00.30 «СЛЕД». (16+)  
02.05 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)  
03.25 «Известия»  
03.40 «СТРАСТЬ-2». (16+)

ОТР

05.10 09.55 18.50 «Среда обитания». (12+)  
05.20 09.15 «Календарь». (12+)  
06.00 «Фигура речи». (12+)  
06.25 «За строчкой архивной...» (12+)  
06.50 «Крот-фотограф». (0+)  
07.00 09.00 11.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 20.00 22.00 01.00 04.00 Новости  
07.05 22.05 «Прав!Да?» (12+)  
08.00 17.05 «Замки и дворцы Европы». (12+)  
10.05 11.05 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)  
12.05 13.20 19.00 20.30 «ОТ-Ражение»  
15.15 02.00 «ТРОЕ ПРОТИВ ВСЕХ». (12+)  
16.45 «Медосмотр». (12+)  
18.05 «За дело!» (12+)  
23.00 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)  
01.15 «Культурный обмен». (12+)  
03.30 «Большая наука». (12+)  
04.15 «Моя история». (12+)  
04.40 «Хроники общественного быта». (12+)  
05.00 «Большая страна: в деталях». (12+)

НТВ



18.15 «ПЁС». (16+)

05.10 03.40 «МОСКВА: ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». (16+)  
06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)  
08.00 10.00 13.00 16.00 19.00 00.10 Сегодня  
08.20 «МОСКВА: ТРИ ВОКЗАЛА». (16+)  
09.20 10.20 «МОРСКИЕ ДЬВЯВЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ». (16+)  
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие  
14.00 Место встречи  
16.15 «Сегодня в Санкт-Петербурге»  
16.25 Основано на реальных событиях. (16+)  
17.15 ДНК. (16+)  
18.15 19.40 «ПЁС». (16+)  
19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»  
21.00 «НЕВСКИЙ: ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА». (16+)  
23.15 «В КЛЕТКЕ». (16+)  
00.20 «Крутая история» с Татьяной Митковой. (12+)  
01.20 «МОРСКИЕ ДЬВЯВЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ». (16+)

РЕН

05.10 «Территория заблуждений». (16+)  
06.00 15.00 «Документальный проект». (16+)  
07.00 «С бодрым утром!» (16+)  
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)  
09.00 «Неизвестная история». (16+)  
10.00 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 03.20 «Тайны Чапман». (16+)  
18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
20.00 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В РАЙ». (16+)  
22.10 «Водить по-русски». (16+)  
00.30 «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (16+)

РОССИЯ К



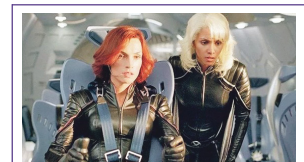
21.30 «Обаяние таланта. Юлия Борисова»

06.30 07.00 07.30 10.00 15.00 15.10 19.30 23.40 Новости культуры  
06.35 Пешком...  
07.05 20.05 Правила жизни  
07.35 13.40 «Загадки Версаля»  
08.25 Легенды мирового кино  
08.55 «Красивая планета»  
09.10 22.25 «РОЖДЕННАЯ ЗВЕЗДОЙ»  
10.15 Наблюдатель  
11.10 01.30 XX век  
12.10 «Первые в мире»  
12.25 18.40 00.40 «Тем временем. Смыслы»  
13.10 23.10 «Дворянские деньги»  
14.30 «От 0 до 80»  
15.25 Эрмитаж  
15.55 Белая студия  
16.40 «Запечатленное время»  
17.10 XIII Зимний международный фестиваль искусств Юрия Башмета  
18.10 «В моей душе запечатлен...»  
19.45 Главная роль  
20.35 «Леонардо да Винчи»  
21.30 «Юлия Борисова»  
00.00 Документальная камера

ТВ-3

06.00 «Мультфильмы». (0+)  
09.20 «Слепая». (16+)  
11.00 Гадалка. (16+)  
12.00 Не ври мне. (12+)  
15.00 Мистические истории. (16+)  
16.00 Гадалка. (16+)  
17.00 «Очевидцы». (16+)  
17.30 «Слепая». (16+)  
18.30 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)  
20.30 «КАСЛ». (12+)  
23.00 «ПОЛ: СЕКРЕТНЫЙ МАТЕРИАЛЬНИК». (16+)  
Грэм и Клайв, два любителя фантастики из Великобритании, отправляются в далёкую Америку на международный фестиваль поклонников этого жанра. Насладившись общением с кумирами и вдоволь налюбовавшись ассортиментом ярмарки, друзья решают проехать по местам, связанным с пришельцами: зона 51, чёрный почтовый ящик в Неваде, Розвелл...  
01.15 «СЕРДЦЕ ДРАКОНА: ПРОКЛЯТИЕ ЧАРОДЕЯ». (12+)  
02.45 «ТВОЙ МИР». (16+)

СТС



20.00 «ЛЮДИ ИКС-2». (12+)

06.00 Ералаш. (0+)  
06.15 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)  
06.35 «Охотники на троллей». (6+)  
07.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)  
08.00 «КОРНИ». (16+)  
09.00 «Уральские пельмени». (16+)  
09.40 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ». (16+)  
12.00 «КУХНЯ». (16+)  
19.00 «КОРНИ». (16+)  
20.00 «ЛЮДИ ИКС-2». (12+)  
22.35 «ТИХОЕ МЕСТО». (16+)  
00.25 «ЧЁРНАЯ МЕССА». (18+)  
Уайти Балджер - ловкий преступник, знаменитый гангстер из Бостона и лидер криминальной организации. После серии преступлений, он заключает сделку с ФБР и становится информатором. Спустя 20 лет их сотрудничество обрывается  
02.35 «50 ПЕРВЫХ ПОЦЕЛУЕВ». (18+)  
04.00 «КАК ОТДЕЛАТЬСЯ ОТ ПАРНЯ ЗА 10 ДНЕЙ». (12+)  
05.45 Ералаш. (0+)  
06.30 «6 кадров». (16+)  
07.05 «По делам несовершеннолетних». (16+)  
08.05 «Давай разведёмся!» (16+)  
09.10 «Тест на отцовство». (16+)  
11.15 «Реальная мистика». (16+)  
12.20 «Понять. Простить». (16+)  
14.15 «Порча». (16+)  
14.45 «ЛЮБЛЮ ОТЦА И СЫНА». (16+)  
Возраст любви не помеха. Особенно, если избранник так харизматичен, что в него влюбляются все девушки вокруг. А как иначе, если тренер по самообороне Алексей ведёт женскую группу?  
19.00 «ОПЕКУН». (16+)  
23.05 «ЛАСТОЧКИНО ГНЕЗДО». (16+)  
01.55 «Порча». (16+)  
02.25 «Понять. Простить». (16+)  
03.50 «Реальная мистика». (16+)  
04.45 «Тест на отцовство». (16+)  
06.20 «6 кадров». (16+)



ТНТ-СПБ



22.00 «ШТОРМ». (16+)

07.00 ТНТ. Gold. (16+)  
09.00 Дом-2. Lite. (16+)  
10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)  
11.30 Бородина против Бузовой. (16+)  
12.30 Дом-2. Спаси свою любовь. (16+)  
13.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)  
15.00 «УНИВЕР». (16+)  
18.00 Однажды в России. (16+)  
20.00 «ПАТРИОТ». (16+)  
Премьера! Ленка приезжает в Москву, чтобы сняться в эпизодической роли в проходном сериале. Саня устраивается в секцию дзюдо, тренировать детишек  
21.00 Импровизация. (16+)  
22.00 «ШТОРМ». (16+)  
23.10 Дом-2. Город любви. (16+)  
00.10 Дом-2. После заката. (16+)  
01.15 «Stand Up». (16+)  
03.45 «Открытый микрофон». (16+)

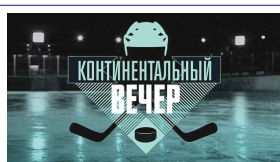
ЧЕ



19.00 «Дорога». (16+)

06.00 «Улетное видео». (16+)  
06.10 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)  
08.00 «Дорожные войны». (16+)  
09.00 «Остановите Витю!». (16+)  
09.30 «Дорожные войны 2.0». (16+)  
10.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)  
11.30 «Дорожные войны 2.0». (16+)  
12.00 «+100500». (16+)  
13.30 «Улетное видео». (16+)  
15.00 «Вне закона. Преступление и наказание». (16+)  
16.30 «Решала». (16+)  
18.30 «Остановите Витю!». (16+)  
19.00 «Дорога». (16+)  
21.00 «Летучий надзор». (16+)  
23.00 «Опасные связи». (18+)  
00.00 «+100500». (18+)  
01.00 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)  
02.50 «Улетное видео». (16+)

МАТЧ!



16.20 Континентальный вечер

07.00 08.55 11.20 14.50 21.55  
Новости  
07.05 11.55 14.55 00.55 Все на Матч!  
09.00 «Олимпийский гид». (12+)  
09.30 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. (0+)  
11.25 «Евро 2020. Страны и лица». (12+)  
12.50 Футбол. «Реал» - «Манчестер Сити». (0+)  
15.40 16.00 Специальный обзор. (12+)  
16.20 Континентальный вечер  
16.50 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Восток»  
19.25 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Запад»  
22.00 Все на футбол!  
22.50 Футбол. «Манчестер Сити» - «Реал»  
01.25 Баскетбол. «Партизан» - УНИКС. (0+)  
03.25 Футбол. «Сан-Паулу» - «Ривер Плейт»

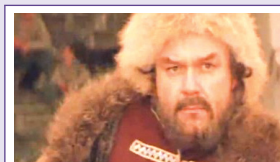
СПБ



10.05 «УХОДЯЩАЯ НАТУРА». (16+)

06.45 22.35 03.25 Вектор успеха. (12+)  
06.55 07.05 08.05 09.05 Утро в Петербурге. (16+)  
07.00 08.00 09.00 10.00 11.00 13.00 15.00 18.00 22.00 02.50 «Новости». (16+)  
10.05 11.15 12.05 «УХОДЯЩАЯ НАТУРА». (16+)  
11.45 13.30 18.30 Время суток. (12+)  
13.10 15.10 22.25 03.15 Новости спорта. (12+)  
13.15 18.50 Пульс города. (12+)  
14.00 «Такой футбол». (6+)  
14.35 «Техноигрушки». (16+)  
15.20 Четвертая студия. (6+)  
15.40 «Эра танков». (16+)  
16.50 «Великие полководцы». (12+)  
17.30 Промышленный клуб. (12+)  
18.20 Бизнес-Петербург. (12+)  
19.00 Улица Правды. (16+)  
20.00 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (16+)  
22.45 «Культурная эволюция». (16+)  
23.15 «ВРЕМЕНИК». (16+)  
03.35 «ВОЕННЫЙ ГОСПИТАЛЬ». (16+)

ЛЕНТВ 24



20.02 «СЕМЕН ДЕЖНЕВ». (12+)

06.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 21.00 22.00 «Новости». (6+)  
06.30 16.55 19.50 22.25 01.20 «Политика». (6+)  
06.35 07.15 13.55 19.55 22.30 01.25 «Экономика». (6+)  
06.40 07.25 «Погода». (6+)  
06.45 13.15 16.15 19.20 00.45 «Студия 1». (6+)  
07.20 19.45 22.20 01.15 «Спорт». (6+)  
07.30 Простые решения. (12+)  
11.00 04.40 «Медицинская правда». (16+)  
11.25 12.02 Проводник. (16+)  
12.15 21.20 «Освоение Крыма». (12+)  
14.02 15.02 05.10 «БЕССМЕРТНИК». (16+)  
15.45 «Золотая серия России». (12+)  
17.02 «Ветеринарная клиника». (16+)  
17.30 18.02 «ТЫ НЕ ОДИН». (16+)  
20.02 21.02 «СЕМЕН ДЕЖНЕВ». (12+)  
22.40 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ КАМИЛЛЫ». (16+)

78 КАНАЛ



19.30 КХЛ. Плей-офф. (16+)

06.00 06.30 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 13.00 18.00 18.55 23.00 23.40 «Известия 78». (12+)  
06.10 06.35 07.10 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 11.10 11.35 «Полезное утро». (12+)  
12.15 13.15 «Семейная программа». (12+)  
14.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+)  
14.30 Сделано в СССР. (12+)  
15.00 «Середина дня». (12+)  
16.00 «Эликсир молодости». (12+)  
17.30 «Земля. Территория загадок». (12+)  
18.10 23.55 «Телекурьер». (12+)  
19.15 21.50 «Болеем за наших!». (12+)  
19.30 КХЛ. Плей-офф. (16+)  
22.15 «Итоги дня». (16+)  
00.35 «Автограф». (12+)  
01.05 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ СМЕЁТСЯ». (16+)

## Будьте здоровы с «ПЛАНЕТОЙ ЗДОРОВЬЯ»!

Номер в продаже с 14 марта!

ЖУРНАЛ ВЫХОДИТ 2 РАЗА В МЕСЯЦ

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ,  
СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П2961

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

16+ Реклама



НА ДОСУГЕ



Найди 10 отличий  
**По улице...  
кота водили**

Массу хорошего настроения получает человек, общаясь с братьями нашими меньшими. И тут непонятно, кто получает от прогулки больше удовольствия: дама, вышедшая прогулять любимца, или кот, который совершает прогулку с заботливой хозяйкой.

Ответы: Листок справа внизу, хвост у кота, карман плаша у дамы, цветок на юбке, ре- мешок сумочки, бант на шляпке, длина пла- ша, ветки у куста слева внизу, куст за шп- кой дамы, ветка куста справа в центре.



## КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
<b>06.10</b> «ХОЛОДНАЯ ГОРА». (16+) <b>09.15</b> «СУПЕР БРИС». (16+) <b>11.00</b> «ГОСПОЖА БОВАРИ». (16+) <b>13.00</b> «ПОСЛЕДНИЙ КИНОГЕРОЙ». (12+) <b>15.25</b> «ХОЛОДНАЯ ГОРА». (16+) <b>18.15</b> «ДЕНЬ СУРКА». (12+) США, 1993 г. <b>20.10</b> «Монстры на каникулах». Мультфильм. (6+) <b>21.50</b> «ГОДИЛЛА». (12+) США, 1998 г. В ролях: Мэттью Бродерик, Жан Рено, Мария Питилло, Хэнк Азария, Кевин Данн <b>00.20</b> «АНАКОНДА». (16+) <b>01.55</b> «ПРАЗДНИЧНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (18+) <b>04.05</b> «ДОРИАН ГРЕЙ». (16+)	<b>07.10</b> «ЛЕГЕНДА № 17». (12+) <b>09.50</b> «ЭЛАСТИКО». (16+) <b>11.30</b> «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+) <b>13.25</b> «ГОРЬКО!» (16+) <b>15.15</b> «ГОРЬКО!-2». (16+) <b>17.00</b> «КОД АПОКАЛИПСИСА». (16+) <b>19.00, 19.55</b> «МЕТОД ЛАВРОВОЙ». (16+) <b>20.50</b> «ЗАЩИТНИКИ». (12+) Россия, 2017 г. В ролях: Антон Пампушный, Санжар Мади, Себастьян Сисак, Алина Ланина, Станислав Ширин <b>22.30</b> «ДУХLESS-2». (16+) <b>00.25</b> «РУССКИЙ БЕС». (18+) <b>02.15</b> «ГОРЬКО!» (16+) <b>03.50</b> «ГОРЬКО!-2». (16+) <b>05.30</b> «Карлик Нос». Мультфильм. (12+)	<b>05.35</b> «ВЕСЁЛЫЕ РЕБЯТА». (6+) <b>07.20</b> «СВАТЫ». (16+) <b>11.00</b> Хит сезона. <b>12.10</b> «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА». (12+) <b>14.50</b> «ИНТЕРДЕВОЧКА». (16+) <b>17.35</b> «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (12+) <b>20.10</b> «ДЕВЧАТА». (6+) СССР, 1961 г. В ролях: Надежда Румянцева, Николай Рыбников, Льюсена Овчинникова, Инна Макарова <b>22.00</b> Хит сезона. <b>00.30</b> «ДЕТЕКТИВЫ». (16+) <b>02.30</b> «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+) <b>02.30</b> «МЫ ИЗ ДЖАЗА». (12+) <b>03.55</b> «ВЕСНА». (6+)	<b>06.00</b> Голливуд за кадром. (16+) <b>06.25, 07.10, 10.00, 13.25, 15.20, 16.05</b> Проект Подиум. (16+) <b>08.00, 14.15, 18.55</b> Правила моей кухни. (16+) <b>09.05, 16.50</b> Холостяк. (16+) <b>10.50</b> «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+) <b>12.35, 13.00, 21.30, 21.55, 03.30, 03.55</b> «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+) <b>18.10</b> Проект Подиум. Все звезды. (16+) <b>20.00, 20.45, 00.10, 00.55</b> «ДО СМЕРТИ КРАСИВА». (16+) <b>22.20, 02.40</b> «АМНЕЗИЯ». (16+) <b>23.10, 01.40</b> «ВЕРСАЛЬ». (18+) <b>04.20</b> «АНГЕЛЫ ЧАРЛИ». (16+)	<b>00.15</b> «ГОРОДСКОЙ РОМАНС». (12+) <b>02.25</b> «КУКУШКА». (16+) <b>04.20, 05.50</b> «ЧАРОДЕИ». (6+) <b>07.20</b> «ОРЕЛ И РЕШКА». (12+) <b>09.00</b> «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (12+) <b>10.45</b> «МЕНЯ ЗОВУТ АРЛЕКИНО». (16+) <b>13.20</b> «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-2». (12+) <b>15.15</b> «ИСКАТЕЛИ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (12+) <b>17.25</b> «ОДИН И БЕЗ ОРУЖИЯ». (16+) <b>19.00</b> «РАСПИСАНИЕ НА ПОСЛЕЗАВТРА». (12+) <b>20.40</b> «ЛЮБОВНИК». (16+) <b>22.40</b> «МИО, МОЙ МИО». (12+)	<b>00.15</b> «ГОРОДСКОЙ РОМАНС». (12+) <b>02.25</b> «КУКУШКА». (16+) <b>04.20, 05.50</b> «ЧАРОДЕИ». (6+) <b>07.20</b> «ОРЕЛ И РЕШКА». (12+) <b>09.00</b> «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (12+) <b>10.45</b> «МЕНЯ ЗОВУТ АРЛЕКИНО». (16+) <b>13.20</b> «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-2». (12+) <b>15.15</b> «ИСКАТЕЛИ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (12+) <b>17.25</b> «ОДИН И БЕЗ ОРУЖИЯ». (16+) <b>19.00</b> «РАСПИСАНИЕ НА ПОСЛЕЗАВТРА». (12+) <b>20.40</b> «ЛЮБОВНИК». (16+) <b>22.40</b> «МИО, МОЙ МИО». (12+)

ИЛЛЮЗИОН+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	РОДНОЕ КИНО
<b>00.55</b> «ИГРА ЭНДРА». (12+) <b>02.40</b> «ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ». (16+) <b>04.25</b> «СТРОГО НА ЗАПАД». (16+) <b>05.45</b> «МИСС МЕДОУЗ». (16+) <b>07.15</b> «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+) <b>08.55</b> «ГЕРЦОГИНЯ». (16+) <b>10.40</b> «ВСЁ САМОЕ ЛУЧШЕЕ». (16+) <b>12.15</b> «СПОКОЙНОЙ НОЧИ». (16+) <b>13.50</b> «ДОБЕЯЙ УСПЕХА». (12+) <b>15.25</b> «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+) <b>16.55</b> «ЗАЩИТНИК». (16+) <b>18.40</b> «РОКОВАЯ СТРАСТЬ». (16+) <b>20.30</b> «ПРИРОЖДЁННЫЙ ГОНЩИК». (16+) <b>22.05</b> «ЧЕТВЕРО ПОХОРОН И ОДНА СВАДЬБА». (16+) <b>23.35</b> «ДЖИМИ ХЕНДРИКС». (16+)	<b>00.45</b> «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ». (12+) <b>02.25</b> «МОРЕ». (16+) <b>03.45</b> «СУМАСШЕДШАЯ ПОМОЩЬ». (16+) <b>05.40</b> «ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ». (16+) <b>09.05</b> «ЗАКРОЙ ГЛАЗА». (12+) <b>11.05</b> «ГРАФОМАИЯ». (12+) <b>12.50</b> «ПИОНЕРЫ-ГЕРОИ». (16+) <b>14.55</b> «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (16+) <b>17.05</b> «СНЕЖНЫЙ АНГЕЛ». (12+) <b>19.05</b> «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+) <b>20.50</b> «ЧЕРЕЗ МОСКВУ». (16+) <b>21.00</b> «ПРОДАЕТСЯ ДАЧА». (16+) <b>22.55</b> «ПЕРВЫЕ НА ЛУНЕ». (16+)	<b>00.40</b> «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА». (16+) <b>03.15</b> «ИБИЦА». (16+) <b>04.50</b> «ЛЕГКО НА ПОМИНЕ». (12+) <b>06.25</b> «СУПРУГИ МОРГАН В БЕГАХ». (16+) <b>08.25</b> «ИСПОВЕДЬ НЕВИДИМКИ». (12+) <b>10.20</b> «ВУЛКАН СТРАСТЕЙ». (12+) <b>12.05</b> «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ СПЛИШКОМ МАЛО ЗНАЛ». (16+) <b>14.00</b> «МОДНАЯ ШТУЧКА». (12+) <b>16.00</b> «ТЕОРИЯ ХАОСА». (12+) <b>17.40</b> «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ФАКИРА». (16+) <b>19.30</b> «ВАМПИРСКИЙ ЗАСОС». (16+) <b>21.00</b> «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АЛАДДИНА». (6+) <b>23.00</b> «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО-2». (16+)	<b>00.15</b> «ГОРОДСКОЙ РОМАНС». (12+) <b>02.25</b> «КУКУШКА». (16+) <b>04.20, 05.50</b> «ЧАРОДЕИ». (6+) <b>07.20</b> «ОРЕЛ И РЕШКА». (12+) <b>09.00</b> «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (12+) <b>10.45</b> «МЕНЯ ЗОВУТ АРЛЕКИНО». (16+) <b>13.20</b> «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-2». (12+) <b>15.15</b> «ИСКАТЕЛИ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (12+) <b>17.25</b> «ОДИН И БЕЗ ОРУЖИЯ». (16+) <b>19.00</b> «РАСПИСАНИЕ НА ПОСЛЕЗАВТРА». (12+) <b>20.40</b> «ЛЮБОВНИК». (16+) <b>22.40</b> «МИО, МОЙ МИО». (12+)

## УВЛЕЧЕНИЯ


УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
<b>08.45, 12.55, 16.55, 21.00</b> История одной культуры. (12+) <b>09.15</b> Домашняя экспертиза. (12+) <b>09.45, 12.35, 18.00</b> Огород круглый год. (12+) <b>10.00</b> Деревянная Россия. (12+) <b>10.30</b> Дачные радости. (12+) <b>11.00</b> Обнови свой сад. (12+) <b>11.30, 15.35, 21.55</b> Постное меню. (12+) <b>11.45</b> Домоводство. (12+) <b>12.05</b> Моя крепость. (12+) <b>13.20</b> Дачная энциклопедия. (12+) <b>14.00</b> Приглашайте в гости. (12+) <b>14.15</b> Баня - женского рода. (12+) <b>14.30</b> Мастер-садовод. (12+) <b>15.05</b> Новые Робинзоны. (12+) <b>15.50</b> Стройплощадка. (12+) <b>16.25</b> Дом с нуля. (12+) <b>17.25</b> Тихая моя родина. (12+) <b>18.20</b> Готовим на природе. (12+) <b>18.35</b> Паштет. (12+) <b>18.50</b> Флористика. (12+) <b>19.05</b> Ландшафтные эксперименты. (12+) <b>19.35</b> Частный сектор. (12+) <b>20.10</b> Дизайн своими руками. (12+) <b>20.40</b> Искусство в интерьере. (12+) <b>21.25</b> ЗаСаДа. (12+) <b>22.15</b> Детская мастерская. (12+) <b>23.25</b> Не просто суп! (12+) <b>22.50</b> Высший сорт. (12+) <b>23.05</b> Сравнительный анализ. (12+) <b>23.35</b> Букет на обед. (12+)	<b>06.00</b> Рыбалка без границ. (12+) <b>06.30, 10.30, 14.25</b> На охотничьей тропе. (16+) <b>07.00, 11.00, 14.55, 23.00</b> Рыбалка с Нормундом Грабовским. (12+) <b>07.30, 11.35, 15.30, 19.30, 23.30</b> Фотоохота с Евгением Полонским. (16+) <b>08.00, 12.05, 16.00, 20.00, 00.00</b> Охота с луком. (16+) <b>08.30</b> Андрей Старков и его команда. (16+) <b>09.00</b> Сам себе охотник. (16+) <b>09.30</b> Мир рыболова. (12+) <b>10.00</b> Ледовые тропы рыбалки. (16+) <b>12.35</b> Поймай и сними. (16+) <b>13.05</b> Клёвая Канада. (12+) <b>13.55</b> Донка против фидера. (16+) <b>16.30</b> Охота в Белоруссии. (16+) <b>17.00</b> Вкусные рецепты охотника. (12+) <b>17.35</b> Камера, мотор... рыба! (16+) <b>18.05</b> Прибалтийский лосось. (16+) <b>18.30</b> Горная охота в Болгарии. (16+) <b>19.00</b> Рыболовная школа для взрослых. (12+) <b>20.30</b> Охота по-фински. (12+) <b>21.00</b> Россия заповедная. (16+) <b>21.30</b> Сезон охоты. (16+) <b>22.00</b> Рыболовная Россия. (16+) <b>22.30</b> Профессиональная рыболовная лига-2019. (12+) <b>22.45</b> Нож-помощник. (16+) <b>00.35</b> Секреты «трудных» водоемов. (12+)	<b>00.00, 13.30</b> Наперекор мифам с доктором Холи. (12+) <b>00.30, 10.00, 18.30</b> Фитнес-бикини. (12+) <b>02.30</b> Эта программа - настоящий путеводитель для женщин, желающих сохранить красоту, стройность и молодость на долгие годы. Ведущая Анна Прохорова в 44 года вышла на сцену соревнований в категории фитнес-бикини, а в 47 стала чемпионкой мира. <b>01.30, 11.00, 19.30</b> Табата-Хард. (12+) <b>02.00, 11.30, 20.00</b> Пилатес Intensive. (12+) <b>02.30, 12.30, 20.30</b> Zumba. (12+) <b>03.00, 13.00, 21.00</b> Боди-балет. (12+) <b>03.30, 14.00, 21.30</b> Умный фитнес. (12+) <b>04.00, 06.00, 08.00</b> Мистер Драйв. (12+) <b>04.15, 06.15, 08.15</b> Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+) <b>04.30, 06.30, 08.30</b> Блогеры: инструкция по применению. (16+) <b>04.45, 06.45, 08.45</b> Худеем вкусно. (6+) <b>05.00, 07.00, 09.00</b> ЙогаУтро. (6+) <b>05.30, 07.30, 09.30, 17.30</b> «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+) <b>12.00, 23.30</b> Первоклассный фитнес. (6+) <b>14.30, 22.00</b> Дыхание стретчинга. (12+) <b>15.00, 22.30</b> Пилатес изнутри. (6+) <b>16.00</b> Худеем с Мариной Корпан. (12+) <b>16.30</b> ЙогаЛатес. (12+) <b>18.00</b> ЙогаВечер. (6+)

## ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР	ПЯТНИЦА	Ю	РЕТРО
<b>06.00</b> «АЛЫЕ ПАРУСА». (12+) <b>07.05, 10.10</b> «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (16+) <b>08.30</b> «ДОКТОР ХАУС». (16+) <b>11.00</b> На ножах. (16+) <b>13.00</b> Адская кухня. (16+) <b>15.00</b> Мир наизнанку. Бразилия. (16+) <b>19.00</b> Мир наизнанку. Китай. (16+) <b>13.15</b> Дела судебные. Деньги верните! (16+) <b>14.10</b> Дела судебные. Битва за будущее. (16+) <b>15.05, 16.15</b> Дела судебные. Новые истории. (16+) <b>17.15, 19.20</b> «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+) <b>19.55</b> Телеигра «Игра в кино». (12+) <b>21.10</b> Всемирные игры разума. (12+) <b>21.50, 00.00</b> «НОВАЯ ЖИЗНЬ СЫЩИКА ГУРОВА. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+) <b>02.00</b> Охотники за привидениями. (16+) <b>02.30</b> Города Беларуси. (16+) <b>03.25</b> Концерт. (16+) <b>04.50</b> Ели у Емели. (16+) <b>05.20</b> Здоровье. (16+)	<b>05.00</b> На ножах. (16+) <b>06.45</b> Школа доктора Комаровского. (12+) <b>07.30</b> Утро Пятницы. (16+) <b>08.30</b> «ДОКТОР ХАУС». (16+) <b>11.00</b> На ножах. (16+) <b>13.00</b> Адская кухня. (16+) <b>15.00</b> Мир наизнанку. Бразилия. (16+) <b>19.00</b> Мир наизнанку. Китай. (16+) <b>13.15</b> Дела судебные. Деньги верните! (16+) <b>14.10</b> Дела судебные. Битва за будущее. (16+) <b>15.05, 16.15</b> Дела судебные. Новые истории. (16+) <b>17.15, 19.20</b> «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+) <b>19.55</b> Телеигра «Игра в кино». (12+) <b>21.10</b> Всемирные игры разума. (12+) <b>21.50, 00.00</b> «НОВАЯ ЖИЗНЬ СЫЩИКА ГУРОВА. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+) <b>02.00</b> Охотники за привидениями. (16+) <b>02.30</b> Города Беларуси. (16+) <b>03.25</b> Концерт. (16+) <b>04.50</b> Ели у Емели. (16+) <b>05.20</b> Здоровье. (16+)	<b>05.40</b> Папа попал. (12+) <b>08.55</b> Невеста для папы. (16+) <b>08.20</b> Мультфильм. (12+) <b>08.35</b> «Храбрый заяц». Мультфильм. (6+) <b>08.55</b> «Мышонок Пик». Мультфильм. (0+) <b>09.20, 00.40</b> «ДЕВИЧИЙ ИСТОЧНИК». (16+) <b>11.05, 03.55</b> «ДОЧКИ-МАТЕРИ». (12+) <b>12.55</b> «Легенды перуанских индейцев». Мультфильм. (6+) <b>13.15</b> «Золотой мальчик». Мультфильм. (6+) <b>13.35</b> «Тараканище». Мультфильм. (6+) <b>13.55, 02.10</b> Сыны России: Русский подарок Америке. Владимир Зворыкин. (12+) <b>14.30, 02.40</b> «ИНСПЕКТОР ГАИ». (16+) <b>16.00</b> «РАССЛЕДОВАНИЯ КОМИССАРА МЕГРЭ». (16+) <b>17.30</b> Русская классика. (12+) <b>18.00</b> Сыны России: Русский Горащий. (12+) <b>18.30</b> Шостакович крупным планом. (12+) <b>19.40</b> «ПОСЕТИТЕЛЬ МУЗЕЯ». (12+) <b>05.30</b> Мультфильм. (6+)	<b>06.00, 07.10, 22.10, 23.25</b> «КОМЕДИЯ ОШИБОК». (12+) <b>08.20</b> Мультфильм. (12+) <b>08.35</b> «Храбрый заяц». Мультфильм. (6+) <b>08.55</b> «Мышонок Пик». Мультфильм. (0+) <b>09.20, 00.40</b> «ДЕВИЧИЙ ИСТОЧНИК». (16+) <b>11.05, 03.55</b> «ДОЧКИ-МАТЕРИ». (12+) <b>12.55</b> «Легенды перуанских индейцев». Мультфильм. (6+) <b>13.15</b> «Золотой мальчик». Мультфильм. (6+) <b>13.35</b> «Тараканище». Мультфильм. (6+) <b>13.55, 02.10</b> Сыны России: Русский подарок Америке. Владимир Зворыкин. (12+) <b>14.30, 02.40</b> «ИНСПЕКТОР ГАИ». (16+) <b>16.00</b> «РАССЛЕДОВАНИЯ КОМИССАРА МЕГРЭ». (16+) <b>17.30</b> Русская классика. (12+) <b>18.00</b> Сыны России: Русский Горащий. (12+) <b>18.30</b> Шостакович крупным планом. (12+) <b>19.40</b> «ПОСЕТИТЕЛЬ МУЗЕЯ». (12+) <b>05.30</b> Мультфильм. (6+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC
<b>00.00</b> Час истины. (12+) <b>01.00, 01.10</b> Время Победы. (12+) <b>01.15</b> Тайное становится явным. (12+) <b>01.30</b> Рождённые в СССР... (6+) <b>02.00</b> Объекты Всемирного наследия Испании. (12+) <b>03.00</b> Майя. Рождение легенды. (12+) <b>04.00</b> «ЛЮБОВНИЦА ДЬЯВОЛА: УНЕСЕННЫЕ СТРАСТЬЮ». (16+) <b>05.55, 06.25</b> Загадочные города. (12+) <b>06.55</b> Историограф. (12+) <b>07.45</b> История Отечества в портретах. (12+) <b>08.00</b> «ЛЮБОВНИЦА ДЬЯВОЛА». (16+) <b>09.55</b> Рельсовая война. (12+) <b>10.25</b> Художники. Сила кисти. (12+) <b>11.30</b> На пути к Великой Победе. (12+) <b>12.00, 14.00</b> «НАПОЛЕОН». (16+) <b>16.00</b> Цивилизации. (12+) <b>17.10</b> Историограф. (12+) <b>18.00</b> Диверсанты. (12+) <b>18.55</b> Антагонисты. Соперники в искусстве. (12+) <b>20.00</b> Древние цивилизации. (12+) <b>20.50</b> Семь дней истории. (12+) <b>21.00</b> Апокалипсис. Нескончаемая война 1918-1926. (16+) <b>21.55</b> Обыкновенная История: Зоопарк. (6+) <b>22.05</b> Наследие цивилизаций. Древняя Азия: Период дзёмон. Япония. (12+) <b>23.00</b> Три города, покорившие мир. Амстердам, Лондон, Нью-Йорк. (12+)	<b>06.05, 06.50</b> Музейные тайны. (12+) <b>07.30</b> Юлий Цезарь без прикрас. (12+) <b>08.35, 09.30</b> Невидимые города Италии. (12+) <b>10.25</b> Невидимый город Рим. (12+) <b>11.25, 12.25</b> Первые цивилизации. (12+) <b>13.25, 14.15, 15.05, 15.55</b> Могила викингов. (12+) <b>16.45</b> Невероятные изобретения. (12+) <b>17.15</b> Военные заводы. (12+) <b>18.05</b> Лондон: 2000 лет истории. (12+) <b>18.55</b> Тайная война. (12+) <b>19.55</b> Расшифрованные сокровища <b>20.45</b> Поля сражений. (12+) <b>21.00</b> Документальный сериал, Франция, 2019 г. <b>22.00</b> Хит-парад военной техники <b>23.05</b> Первые американцы <b>23.55</b> Расшифрованные сокровища <b>00.45</b> Тайная война. (12+) <b>01.45</b> Поля сражений. (12+) <b>02.50</b> Хит-парад военной техники <b>03.50, 04.35, 05.15</b> Музейные тайны. (12+)	<b>06.00</b> Панорама 360 градусов: Разрушение объектов всемирного наследия. (16+) <b>06.20</b> Осушить океан. (16+) <b>07.15</b> Хозяева гор. (16+) <b>08.05</b> Япония: между небом и землей. (16+) <b>08.55</b> В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+) <b>09.50, 10.45</b> Мегазаводы. (16+) <b>11.40, 12.30</b> Авто - SOS. (16+) <b>13.20</b> Затерянные сокровища Майя. (16+) <b>14.10, 14.35</b> Горячие границы: Латинская Америка. (12+) <b>15.05, 15.55</b> Расследования авиакатастроф. (16+) <b>16.45</b> Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+) <b>17.35</b> Истории спасения. (16+) <b>18.30, 19.25</b> В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+) <b>20.15, 02.50</b> Расследование авиакатастроф. (16+) <b>21.10</b> Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+) <b>22.00</b> Авто - SOS 8. (16+) <b>22.50</b> Баку: Скрытые тайны городов. (16+) <b>23.40</b> Генуя: Хронология катастроф. (16+) <b>00.30</b> Нефтяное загрязнение столетия. (16+) <b>01.20, 02.05, 03.35</b> Авто - SOS. (16+) <b>04.20, 04.45</b> Самые удивительные фотографии National Geographic. (16+) <b>05.10, 05.35</b> Научные глупости. (16+)

 ANIMAL PLANET	Discovery	DISCOVERY CHANNEL	TLC	TLC
<b>06.00</b> Аквариумный бизнес. (12+) <b>06.50</b> Школа горилл. (12+) <b>07.15</b> Секреты природы. (12+) <b>07.40</b> Введение в собаководение: спецвыпуск. (12+) <b>08.30</b> Доктор Джефф: ветеринар Роки-Маунтин. (16+) <b>09.20</b> Незведанная Европа. (12+) <b>10.10, 11.00, 11.50</b> Планета мутантов. (12+) <b>12.40</b> В дикие края с Эваном. (16+) <b>13.35</b> Доктор Джефф: ветеринар Роки-Маунтин. (16+) <b>14.30</b> Введение в собаководение: спецвыпуск. (12+) <b>15.25</b> Хранители болот Эверглейдс. (16+) <b>16.20, 17.15</b> Найджел Марвен представляет: Другой Китай. (12+) <b>18.10</b> Живой или вымерший. (16+) <b>19.05, 02.15</b> Незизведанная Европа. (12+) <b>20.00</b> Будни ветеринара. (16+) <b>21.00</b> Смертельные острова. (16+) <b>21.55</b> В дикие края с Эваном. (16+) <b>22.50, 04.30</b> Бристольский залив. (16+) <b>23.45, 05.15</b> Я живой. (16+) <b>00.40</b> Койот Петерсон представляет. (12+) <b>01.30</b> Звезды и звери. (12+) <b>01.50</b> Удивительный мир животных. (12+) <b>03.00</b> Живой или вымерший. (16+) <b>03.45</b> На свободу с питбулем. (16+)	<b>06.00, 01.30</b> Человек против медведя. (12+) <b>06.50, 13.45, 20.10</b> Махинаторы. (12+) <b>07.40</b> Как работают машины. (12+) <b>08.30</b> Мятельный гараж. (12+) <b>09.22, 09.48</b> Охотники за реликвиями. (16+) <b>10.14, 04.30</b> Голые и напуганные. (16+) <b>11.06, 11.58</b> Бесценные авто. (12+) <b>12.50, 05.15</b> Махинаторы: машина мечты. (12+) <b>14.40, 15.05</b> Как это сделано? (16+) <b>15.35, 16.00, 00.40</b> В погоне за классикой. (12+) <b>16.30, 16.55, 02.15, 02.40</b> Гаражное золото. (12+) <b>17.25, 03.45</b> Рыбалка голыми руками. (12+) <b>18.20</b> Экспедиция Мунго. (16+) Мунго отправляется в Намибию на поиски собакоголового кабана - таящегося в ночи монстра, который охотится на скот и детей. <b>19.15, 19.40</b> Как это устроено? (12+) <b>21.05, 21.30</b> Охотники за реликвиями. (12+) <b>22.00</b> БОЛЬШОЕ и Ричард Хаммонд. (12+) <b>22.55</b> Как устроена Вселенная. (12+) <b>23.50</b> Голые и напуганные XL. (16+) <b>03.00, 03.25</b> Как это сделано? (12+)	<b>06.00</b> Мастер макияжа. (12+) <b>06.25, 06.50</b> Игра вслепую. (12+) <b>07.15, 07.40</b> Пять ингредиентов. (12+) <b>08.10, 08.35</b> Игра вслепую. (12+) <b>09.05, 09.30</b> Охотники за островами. (12+) <b>10.00</b> Виза невесты. Виза жениха. Расс и Паола. (16+) <b>11.40</b> Сестры Даггар: пополнение. (12+) <b>11.50</b> Экстремальные способы экономии (16+) <b>12.45</b> Коронованные детки. (16+) <b>13.40</b> Чемпионат юных пекарей. (12+) <b>14.35</b> Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+) <b>16.25</b> Сестры Даггар: пополнение. (12+) <b>17.20</b> Коронованные детки. (16+) <b>18.15, 18.40</b> Экстремальные способы экономии. (16+) <b>19.10, 19.35</b> Игра вслепую. (12+) <b>20.05, 20.30, 05.13, 05.36</b> Охотники за островами. (12+) <b>21.00</b> Моя полная жизнь. (16+) <b>22.00</b> Большая маленькая любовь. (12+) <b>23.00, 02.27</b> Дети-бодибилдеры. (16+) <b>23.55, 00.20, 03.14, 03.37</b> Скифф. (16+) <b>00.50</b> Моя полная жизнь. (16+) <b>01.40</b> Большая маленькая любовь. (12+) <b>04.01</b> Игра вслепую. (12+) <b>04.26, 04.49</b> Охотники за международно-й недвижимостью. (12+)		



## СПОРТ

Матч Страна	Еurosport 1
06.00 Гандбол. Кубок России. Мужчины. «Финал 4-х». (0+)	01.00, 04.00 Теннис. WTA Premier Mandatory. Индиан-Уэллс. 3-й круг. Прямая трансляция. (6+)
07.35, 10.30, 13.05, 15.30 Новости	03.00, 06.00 Теннис. АТР «Мастерс». Индиан-Уэллс. 3-й круг. Прямая трансляция. (6+)
07.40 Неделя в КХЛ. (12+)	08.00, 09.00 Олимпийские игры. Тележурнал. (12+)
08.35 Лыжный спорт. Прыжки с трамплина. Кубок мира. Женщины. (0+)	09.35 Теннис. АТР «Мастерс». Индиан-Уэллс. (6+)
10.10 Страна. Live. (12+)	10.50 Велоспорт (трек). Шесть дней Манчестера. (12+)
10.35, 13.10 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)	12.20, 12.50, 13.30, 14.15 Горные лыжи. Кубок мира. (12+)
15.00, 20.55 Волейбол. Чемпионат России. Обзор. (12+)	15.05, 22.25 Велоспорт. Тиррено - Адриатико. (12+)
15.35 Мини-футбол. Париматч - Чемпионат России. (0+)	16.15 Велоспорт. Тиррено - Адриатико. 7-й этап. Прямая трансляция. (12+)
17.25 Кёрлинг. Чемпионат мира. Женщины. (0+)	19.15 Велоспорт. Милан - Сан-Ремо. 2008. (12+)
20.10 1+1. (12+)	19.45, 20.25 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Бикерсунд. (12+)
21.25 Баскетбол. Кубок Европы. 1/4 финала. «Партизан» (Сербия) - УНИКС (Россия). 1-й матч. Прямая трансляция	21.20 Конный спорт. Rolex Grand Slam. Хертогенбосх. (6+)
23.25 Неспортивное падение. (12+)	23.30 Лыжные гонки. Кубок мира. Квебек. (6+)
23.45 Спортивная гимнастика. Кубок мира. (0+)	
00.35 Волейбол. Чемпионат России. Женщины. (0+)	
02.25 Волейбол. (0+)	
04.10 Дзюдо. (0+)	

## МУЗЫКА

Муз-ТВ	Муз-ТВ
05.00, 08.25, 13.25, 18.00 PRO-новости. (16+)	15.00 Битва фанклубов. (16+)
05.25, 11.30, 17.10 10 самых горячих клипов дня. (16+)	16.00, 23.45 ЯНАМУЗТВ. (16+)
06.05 Каждое утро. (16+)	18.30, 22.45 Место под Солнцем. (16+)
09.00 R'n'B чарт. (16+)	19.30 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
10.00 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)	20.35 День Рождения в Кремле. МУЗ-ТВ 22 года в эфире. (16+)
10.35 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)	Марафон с самыми популярными песнями двух десятилетий!
12.25 Прогноз по году. (16+)	01.00 Love hits. (16+)
14.00 TOP чарт Европы плюс. (16+)	03.00 Караоке. (16+)
	04.00 Наше. (16+)

## ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

Мульти	Мульти	Канал Disney	Карусель
08.00 «Робокор Поли и его друзья». (0+)	05.25 «Известная Нэнси Клэнси». (0+)	05.50, 12.30 «Аладдин» (субтитры). (0+)	05.00 «Ранние пташки». «Моланг», «Смешарики. Новые приключения», «Домики». (0+)
08.15 «Робокор Поли. Уроки безопасности с Эмбер». (0+)	06.15, 12.00 «Русалочка» (субтитры). (6+)	06.40, 13.00 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)	06.55 «Чик-зарядка». (0+)
08.20 «Хейдораблз». (0+)	07.10, 13.30, 18.35, 21.05 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+)	07.00 «Чик-зарядка». (0+)
08.25, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	07.35 «Рapunzel: Новая история». (6+)	07.35 «Маджики». (0+)	08.05 «Бинг». (0+)
09.00 «Фееринки». (0+)	08.10 «Пес Пэт». (6+)	08.05 «Царевны». (0+)	08.40 «Маджики». (0+)
09.25, 15.30 «Белка и Стелка. Тайны космоса». (0+)	08.25 «Хранитель Лев». (0+)	09.20 «Magic English». (0+)	09.05 «Радужный мир Руби». (0+)
10.00, 14.00, 17.25, 22.00 «Фиксики». (0+)	08.55 «Герои в масках». (0+)	10.15 «Четверо в кубе». (0+)	11.00 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)	09.25 «Пупс». (0+)	11.40 «Роботы-поезда». (0+)	12.15 «Гормити». (6+)
11.00 «Сказочный патруль». (0+)	10.00 «Дружные мопсы». (0+)	12.40 «Трансформеры. Боты-спасатели. Академия». (0+)	13.05 «Трансформеры. Киберверсальная». (6+)
11.35, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	10.30 «Блуи». (0+)	13.25 «Архивный Паровозов спешит на помощь!». (0+)	13.30 «Приключения Ам Няма». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)	11.00 «София Прекрасная». (0+)	14.00 «Навигатор. Новости». (0+)	14.10 «Смурфики». (0+)
13.35, 20.35 «Маша и Медведь». (0+)	11.25 «Елена - принцесса Авалора». (0+)	14.35 «Как устроен город». (0+)	14.40 «Фиксики». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)	14.30 «Подружки-супергерои». (6+)	15.40 «Танцоры». (0+)	16.00 «Буренка Даша». (0+)
15.00 «Нильс». (0+)	14.40 «Финес и Ферб». (6+)	16.10 «Приключения Барби в доме мечты». (0+)	16.30 «Фееринки». (6+)
17.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)	16.10 «Семейка Крудс. Начало». (12+)	17.10 «Оранжевая корова». (0+)	17.35 «Пластилинка». (0+)
18.00 «Роботы-поезда». (0+)	16.35 «Гравити Фолз». (12+)	17.40 «Суперкрылья. Подзарядка». (0+)	18.10 «Рев и заводная команда». (0+)
18.30 «Малышарики». (0+)	17.35 «Рapunzel: История продолжается». (6+)	18.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	20.00 «44 котёнка». (0+)
18.50 «Кошечки-собачки». (0+)	19.30 «Спящая красавица». (0+)	20.30 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)	20.45 «Барбоскины». (0+)
19.00 «Четверо в кубе». (0+)	22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)	22.00 «Эволюция Черепашек-ниндзя». (6+)	22.25 «Фьюжн Макс». (6+)
20.55 «Машины сказки». (0+)		22.50 «Губка Боб Квадратные штаны». (6+)	23.35 «Лунти Тюнз шоу». (6+)
21.25 «Лео и Тиг». (0+)		01.00 «Ералаш». (6+)	02.05 «ТриО!» (0+)
22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)		02.20 «Маленькое королевство Бена и Холли». (0+)	03.05 «Лаборатория. Маленькие исследователи». (0+)
		03.25 «Полли Покет». (0+)	

### УНИКУМ

08.41 «Тима и Тома». (0+)	05.00 «В мире малышей». (0+)
08.52, 10.52, 11.48, 19.28, 19.54 Вредные советы от полезных детей. (6+)	06.10 «Даша - путешественница». (0+)
09.00, 09.50, 14.54 Мультфильмы. (0+)	07.00 «Доктор Малышкина». (0+)
09.30, 14.30, 15.02, 22.30 Мультфильмы. (6+)	07.05 «Турбоавтомобили». (0+)
10.05 Взрослая детская кухня. (6+)	09.00 «Тима и Тома». (0+)
11.00, 19.05 «КОСМО». (6+)	10.00 «Лаборатория. Маленькие исследователи». (0+)
11.26, 19.32 «СЕМЬ ГНОМОВ И Я». (6+)	10.25, 03.25 «Йоко». (0+)
11.52 Do you speak? (6+)	11.55 «Весёлый алфавит». (0+)
12.00, 15.30, 20.00, 23.30 «Смешарики. Пин-код». (6+)	12.00 «Непоседа Зу». (0+)
12.30, 16.00, 18.00, 21.25 Мастерская «Умелые ручки». (6+)	13.55 «Мой музей». (0+)
12.45, 16.15, 18.15, 21.40 Проще простого! (6+)	14.00 «Смешарики». (0+)
13.01, 16.31, 18.30, 21.55 Готовим с папой. (6+)	15.55 «Космическое путешествие». (0+)
13.20, 16.50, 18.49, 22.14 Открытки. (6+)	16.00, 23.10 «Три кота». (0+)
13.35, 17.05, 20.30 «Белка и Стелка. Озорная семейка». (0+)	17.05 «История изобретений». (0+)
13.51, 17.21, 20.46 «Необыкновенные приключения Карика и Вали». (0+)	17.50 «Доктор Малышкина». (0+)
14.07, 17.35, 21.00 «Октонавты». (0+)	18.00 «Фиксики». (0+)
	19.00, 04.40 «ТриО!» (0+)
	19.20 «Поезд динозавров». (0+)
	21.00 «Пластилинка». (0+)
	21.05 «Алиса знает, что делать!». (6+)
	22.55 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)
	01.00 «Смешарики. Пин-код». (6+)
	03.00 «Magic English». (0+)

### О!

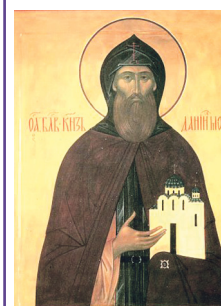
05.00 «Ранние пташки». «Моланг», «Смешарики. Новые приключения», «Домики». (0+)	06.55 «Чик-зарядка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+)	07.35 «Маджики». (0+)
08.05 «Бинг». (0+)	08.05 «Царевны». (0+)
08.40 «Маджики». (0+)	09.20 «Magic English». (0+)
09.05 «Радужный мир Руби». (0+)	10.15 «Четверо в кубе». (0+)
11.00 «Робокор Поли и его друзья». (0+)	11.40 «Роботы-поезда». (0+)
12.15 «Гормити». (6+)	12.40 «Трансформеры. Боты-спасатели. Академия». (0+)
13.05 «Трансформеры. Киберверсальная». (6+)	13.25 «Архивный Паровозов спешит на помощь!». (0+)
13.30 «Приключения Ам Няма». (0+)	14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Смурфики». (0+)	14.35 «Как устроен город». (0+)
14.40 «Фиксики». (0+)	15.40 «Танцоры». (0+)
16.00 «Буренка Даша». (0+)	16.10 «Приключения Барби в доме мечты». (0+)
16.30 «Фееринки». (6+)	17.10 «Оранжевая корова». (0+)
17.35 «Пластилинка». (0+)	17.40 «Суперкрылья. Подзарядка». (0+)
18.10 «Рев и заводная команда». (0+)	20.00 «44 котёнка». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)	20.45 «Барбоскины». (0+)
22.00 «Эволюция Черепашек-ниндзя». (6+)	22.25 «Фьюжн Макс». (6+)
22.50 «Губка Боб Квадратные штаны». (6+)	23.35 «Лунти Тюнз шоу». (6+)
01.00 «Ералаш». (6+)	02.05 «ТриО!» (0+)
02.20 «Маленькое королевство Бена и Холли». (0+)	03.05 «Лаборатория. Маленькие исследователи». (0+)
03.25 «Полли Покет». (0+)	

## ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00, 00.45 День Патриарха. (0+)	11.50 Миротворец. Святой Даниил Московский. (12+)
05.15 Новый Завет вслух. (0+)	12.25 Собор Крымских святых. (12+)
05.30 Даниил Московский. Цикл: Русские праведники. (12+)	12.30 Святитель Лука (Войно-Ясенецкий). Цикл: День Ангела. (12+)
06.00, 23.50 Встреча (субтитры). (12+)	13.00, 20.00, 03.15 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
07.00, 17.30, 21.30, 02.30 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)	15.00 «АДМИРАЛ НАХИМОВ». СССР. 1946 г. (0+)
07.45, 19.00, 01.30 Завет. (6+)	17.00, 17.55 «ДНИ ХИРУРГА МИШКИНА». 1 серия. (0+)
08.45, 04.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)	22.50 Собор Крымских святых. Цикл: День Ангела. (12+)
09.20, 14.30 Монастырская кухня. (0+)	01.00 Гавриил (Ургебадзе). Цикл: Старцы. (12+)
09.50, 22.15 Реакция. (12+)	04.45 «Тайны сказок» с Анной Ковальчук. (0+)
10.25 «ДНИ ХИРУРГА МИШКИНА». 2 серия. (0+)	

## Православный календарь

17 марта  
Седмица 3-я Великого поста. Глас 6.  
Блгв. кн. Даниила Московского.



Прп. Герасима, иже на Иордане. Прп. Герасима Вологодского. Мчч. Павла, сестры его Иулиании и с ними Кодрата, Акакия и Стратоника. Прп. Иакова постника. Перенесение мощей блгв. кн. Вячеслава Чешского. Блгв. кн. Василия (Василько) Ростовского. Прп. Иоасафа Снетногорского, Псковского. Свт. Григория, еп. Константинопольского. Сщмч. Александра пресвитера.

Постный день.

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

Прп. Антоний Великий

## КРОССВОРД «ХРОНОЛОГИКА»

Разгадайте в головоломке крылатую фразу из фильма «Чародеи» (50 букв).  
Зашифрованные буквы не соприкасаются друг с другом ни по горизонтали, ни по вертикали, ни по диагонали.  
Цифры со стрелками показывают количество букв загаданной фразы, находящихся в данном направлении.  
Несколько подсказок (под словом ряд подразумевается строка, столбец или диагональ):  
1) как только вы нашли одну из букв, можно сразу вычеркнуть все буквы вокруг нее (в задании несколько букв уже найдено);  
2) если стрелка указывает, что в ряду 0 букв, то можно сразу же вычеркнуть весь ряд. Если стрелка указывает, что в ряду одна буква, и вы ее уже нашли, то остальные буквы в ряду можно вычеркнуть, и т.д.;  
3) если на какой-то ряд не указывает стрелка, всё равно можно посчитать (или примерно прикинуть), сколько там искомым букв, зная общее количество букв в загаданной фразе, и количество букв в параллельных нашему рядух;  
4) если в ряду загаданной буквой может быть только одна из двух соседних, вы можете смело вычеркивать буквы на этих же местах в двух соседних рядах;  
5) когда уже не помогает умение считать, просто попробуйте понять, какие не вычеркнутые буквы составят осмысленную фразу или хотя бы часть ее.

Ответ на задание в № 10:  
«Друзья утверждают, что у меня красивый баритональный дискант».



## ПЕРВЫЙ



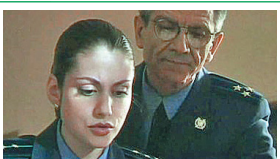
23.30 Вечерний Ургант.  
(16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»  
09.00 03.00 Новости  
09.25 Телеканал «Доброе утро»  
09.55 Модный приговор. (6+)  
10.55 Жить здорово! (16+)  
12.00 15.00 Новости (с субтитрами)  
12.15 Время покажет. (16+)  
15.15 Давай поженимся! (16+)  
16.00 Мужское / Женское. (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
18.30 На самом деле. (16+)  
19.40 Пусть говорят. (16+)  
21.00 Время  
21.30 «МАГОМАЕВ». (16+)  
22.30 Премьера сезона. «Док-ток» (16+)  
23.30 Вечерний Ургант. (16+)  
00.10 «Лора Гуэрра. Среди великих итальянцев». (12+)  
01.15 03.05 «Горячий лед». Фигурное катание. Чемпионат мира-2020. Прямой эфир из Канады

## ТВЦ

06.00 «Настроение»  
08.10 «Доктор И...» (16+)  
08.40 «ДЕЛО «ПЁСТРЫХ». (12+)  
10.45 «Жанна Болотова. Девушка с характером». (12+)  
11.30 14.30 17.50 22.00 События  
11.50 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО». (12+)  
13.40 04.55 «Мой герой». (12+)  
14.50 Город новостей  
15.05 03.25 «ОТЕЦ БРАУН». (16+)  
16.55 «Естественный отбор». (12+)  
18.15 «ВСКРЫТИЕ ПОКАЖЕТ». (16+)  
22.35 02.20 Линия защиты. (16+)  
23.05 «Прощание. Михаил Кононов». (16+)  
00.00 События. 25-й час  
00.35 Петровка. 38. (16+)  
00.55 «Дикие деньги». (16+)  
01.35 «Прощание. Михаил Кононов». (16+)  
02.45 «Советские мафии». (16+)  
05.35 «Осторожно, мошенники!» (16+)

## РОССИЯ 1



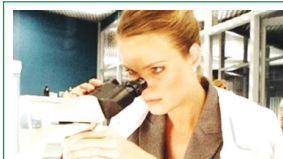
14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)

05.00 Утро России  
09.00 Вести  
09.25 Утро России  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 14.00 20.00 Вести  
11.25 Вести. Местное время  
11.45 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)  
12.50 «60 минут». (12+)  
14.25 Вести. Местное время  
14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)  
Недалеко от психоневрологического диспансера обнаружен труп одной из его сотрудниц Галины Шмелёвой. Рядом с телом оказывается крайне подозрительный субъект по фамилии Пудов, который непрерывно бормочет что-то про кровь и убийство...  
17.00 Вести. Местное время  
17.25 «60 минут». (12+)  
18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)  
20.45 Вести. Местное время  
21.00 «В ШАГЕ ОТ РАЯ». (12+)  
23.10 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
02.00 «ШАМАНКА». (16+)

## ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром». (12+)  
08.00 Новости дня  
08.25 «Не факт!» (6+)  
09.00 «БРАТ ЗА БРАТА». (16+)  
10.00 Военные новости  
10.05 «БРАТ ЗА БРАТА». (16+)  
13.00 Новости дня  
13.15 «БРАТ ЗА БРАТА». (16+)  
14.00 Военные новости  
14.05 «БРАТ ЗА БРАТА». (16+)  
18.00 Новости дня  
18.30 «Специальный репортаж». (12+)  
18.50 «Подводный флот Великой Отечественной войны». (12+)  
19.40 «Последний день». (12+)  
20.25 «Секретные материалы». (12+)  
21.15 Новости дня  
21.30 «Открытый эфир». (12+)  
23.05 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)  
23.40 «ТАЙНАЯ ПРОГУЛКА». (12+)  
01.20 «И СНОВА АНИСКИН». (12+)  
04.35 «Сквозной удар: Авиабаза особого назначения». (12+)  
05.20 «Москва фронту». (12+)

## 5-й КАНАЛ



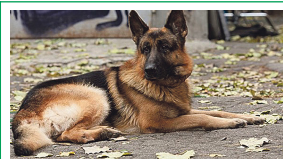
19.20 «СЛЕД». (16+)

05.00 «Известия»  
05.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)  
09.00 «Известия»  
09.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)  
13.00 «Известия»  
13.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)  
17.30 03.15 «Известия»  
17.45 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2». (16+)  
18.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА». (16+)  
19.20 «СЛЕД». (16+)  
22.15 «СЛЕД: ПАПА СИЗО». (16+)  
Правозащитник Семён Баранов борется за создание в Малиновском следственном изоляторе хороших условий для заключённых. Руководство СИЗО его ненавидит, а следственные почитают, как родного отца  
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2». (16+)  
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»  
00.30 «СЛЕД». (16+)  
01.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)  
03.25 «СТРАСТЬ-2». (16+)

## ОТР

05.10 09.55 18.50 05.10 «Среда обитания». (12+)  
05.20 09.15 «Календарь». (12+)  
06.00 «Вспомнить всё». (12+)  
06.25 «За строчкой архивной...» (12+)  
06.50 «Крот и карнавал». (0+)  
07.00 09.00 11.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 20.00 22.00 01.00 04.00 Новости  
07.05 22.05 «Прав!Да?» (12+)  
08.00 17.05 «Прототипы». (12+)  
10.05 11.05 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)  
12.05 13.20 19.00 20.30 «ОТ-Ражение»  
15.15 02.00 «ТРОЕ ПРОТИВ ВСЕХ». (12+)  
16.50 «Медосмотр». (12+)  
18.05 «Культурный обмен». (12+)  
23.00 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)  
01.15 «Моя история». (12+)  
01.45 «Большая страна: люди». (12+)  
03.30 «Большая наука». (12+)  
04.15 «Большая страна». (12+)

## НТВ



18.15 «ПЁС». (16+)

05.10 «МОСКВА: ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». (16+)  
06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)  
08.00 10.00 13.00 16.00 19.00 00.10 Сегодня  
08.20 «МОСКВА: ТРИ ВОКЗАЛА». (16+)  
09.20 10.20 «МОРСКИЕ ДЬВЯВЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ». (16+)  
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие  
14.00 Место встречи  
16.15 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»  
16.25 Основано на реальных событиях. (16+)  
17.15 ДНК. (16+)  
18.15 19.40 «ПЁС». (16+)  
21.00 «ПРОСПЕКТ ОБОРОНЫ». (16+)  
23.15 «В КЛЕТКЕ». (16+)  
00.20 Последние 24 часа. (16+)  
01.20 «МОРСКИЕ ДЬВЯВЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ». (16+)  
03.35 «МОСКВА: ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». (16+)

## РЕН

05.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)  
06.00 «Документальный проект». (16+)  
07.00 «С бодрим утром!» (16+)  
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)  
09.00 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 03.30 «Тайны Чапман». (16+)  
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
20.00 «ПОЦЕЛУЙ ДРАКОНА». (16+)  
22.00 «Смотреть всем!» (16+)  
00.30 «КАВАЛЕРИЯ». (16+)  
02.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

## РОССИЯ К



21.40 «Алексей Леонов. Прыжок в космос»

06.30 07.00 07.30 10.00 15.00 15.10 19.30 23.40 Новости культуры  
06.35 Пешком...  
07.05 20.05 Правила жизни  
07.35 13.35 «Леонардо да Винчи»  
08.25 Легенды мирового кино  
08.55 «Красивая планета»  
09.10 22.25 «РОЖДЕННАЯ ЗВЕЗДОЙ»  
10.15 Наблюдатель  
11.10 01.40 XX век  
12.10 «Первые в мире»  
12.25 18.40 00.50 Что делать?  
13.10 23.10 «Дворянские деньги»  
14.30 «От 0 до 80»  
15.25 Библийский сюжет  
15.55 Сати. Нескучная классика...  
16.40 Запечатленное время  
17.10 XIII Зимний международный фестиваль искусств Юрия Башмета  
19.45 Главная роль  
20.30 Спокойной ночи, малыши!  
20.45 «Нотр-Дам-де-Пари»  
21.40 «Алексей Леонов»  
00.00 «Тонино Гуэрра»

## ТВ-3

06.00 «Мультфильмы». (0+)  
08.30 Рисуем сказки. (0+)  
08.45 «Мультфильмы». (0+)  
09.20 «Слепая». (16+)  
11.00 Гадалка. (16+)  
12.00 Не ври мне. (12+)  
15.00 Мистические истории. (16+)  
16.00 Гадалка. (16+)  
17.00 «Очевидцы». (16+)  
17.30 «Слепая». (16+)  
18.30 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)  
20.30 «КАСЛ». (12+)  
Касла призывает на помощь полиция, когда преступником, совершившим убийство и захватившим заложников, оказывается одна из поклонниц его книг  
23.00 «БАЙБАЙМЭН». (16+)  
Трое одноклассников решают переселиться в старый дом недалеко от студенческого общежития. Обустраиваясь, они случайно пробуждают к жизни страшное сверхъестественное существо по имени Байбаймэн. Потусторонний монстр расправляется со всеми, кто знает его имя  
01.15 «Нечисть». (12+)

## СТС



20.00 «ЛЮДИ ИКС. НАЧАЛО. РОСОМАХА». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)  
06.15 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)  
06.35 «Охотники на троллей». (6+)  
07.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)  
08.00 «КОРНИ». (16+)  
09.00 «Уральские пельмени». (16+)  
09.40 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-2». (12+)  
12.00 «КУХНЯ». (16+)  
19.00 «КОРНИ». (16+)  
20.00 «ЛЮДИ ИКС. НАЧАЛО. РОСОМАХА». (16+)  
22.05 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-3». (16+)  
На этот раз Мартин и Роджер сталкиваются с гангстерами, похищающими оружие со склада полиции. Преступную группу, за которой тянется длинный кровавый след, возглавляет бывший сержант Джек Тревис  
00.35 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ». (16+)  
02.35 «СЕРДЦЕЕДКИ». (16+)  
04.30 «Даффи Дак. Фантастический остров». (0+)  
05.45 Ералаш. (0+)

## ДОМАШНИЙ

06.30 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)  
07.15 «По делам несовершеннолетних». (16+)  
08.15 «Давай разведёмся!» (16+)  
09.20 «Тест на отцовство». (16+)  
11.25 «Реальная мистика». (16+)  
12.30 «Понять. Простить». (16+)  
14.25 «Порча». (16+)  
14.55 «ОПЕКУН». (16+)  
Алексей Фролов - законченный холостяк, ни одна женщина в его жизни надолго не задерживается. Однажды он случайно сбивает на дороге известную ведущую Анну Михееву  
19.00 «ЖИВАЯ ВОДА». (16+)  
23.05 «ЛАСТОЧКИНО ГНЕЗДО». (16+)  
01.55 «Порча». (16+)  
02.25 «Понять. Простить». (16+)  
03.50 «Реальная мистика». (16+)  
04.45 «Тест на отцовство». (16+)  
06.20 «6 кадров». (16+)



ТНТ-СПБ



15.00 «УНИВЕР». (16+)

07.00 ТНТ. Gold. (16+)  
09.00 Дом-2. Lite. (16+)  
10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)  
11.30 Бородина против Бузовой. (16+)  
12.30 Дом-2. Спаси свою любовь. (16+)  
13.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)  
15.00 «УНИВЕР». (16+)  
18.00 Однажды в России. (16+)  
20.00 «ПАТРИОТ». (16+)  
Премьера! Ленка знакомится с «мутным» фотографом и влипает в историю. Саня едет в Москву «спасать» Ленку  
21.00 Однажды в России. (16+)  
22.00 «ШТОРМ». (16+)  
23.10 Дом-2. Город любви. (16+)  
00.10 Дом-2. После заката. (16+)  
01.15 «Stand Up». (16+)  
03.45 «Открытый микрофон». (16+)  
06.10 ТНТ. Best. (16+)

ЧЕ



13.30 «Улетное видео». (16+)

06.00 «Улетное видео». (16+)  
06.10 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)  
08.00 «Дорожные войны». (16+)  
09.00 «Остановите Витю!». (16+)  
09.30 «Дорожные войны 2.0». (16+)  
10.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)  
11.30 «Дорожные войны 2.0». (16+)  
12.00 «+100500». (16+)  
13.30 «Улетное видео». (16+)  
15.00 «Вне закона. Преступление и наказание». (16+)  
16.30 «Решала». (16+)  
18.30 «Остановите Витю!». (16+)  
19.00 «Дорога». (16+)  
21.00 «Решала». (16+)  
23.00 «Опасные связи». (18+)  
00.00 «+100500». (18+)  
01.00 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)  
03.00 «Улетное видео». (16+)

МАТЧ! МАТЧ ТВ



16.50 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Восток»

06.30 «Неизведанная хоккейная Россия». (12+)  
07.00 08.55 11.00 13.35 16.00 21.55 Новости  
07.05 11.05 16.05 00.55 Все на Матч!  
09.00 Футбол. «Манчестер Сити» - «Реал». (0+)  
11.35 Футбол. «Ювентус» (Италия) - «Лион» (Франция). (0+)  
13.40 Футбол. «Челси» - «Бавария». (0+)  
15.40 Специальный обзор. (12+)  
16.50 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Восток»  
19.25 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Запад»  
22.00 Все на футбол!  
22.50 Футбол. «Барселона» - «Наполи»  
01.25 Кёрлинг. Россия - Швейцария. (0+)  
03.25 Футбол. Универсиада Католика - «Гремио»  
05.25 Кёрлинг. Россия - Китай

СПБ



15.55 «ВЕЧНОЕ СВИДАНИЕ». (12+)

06.45 22.35 04.05 Вектор успеха. (12+)  
06.55 07.05 08.05 09.05 Утро в Петербурге. (16+)  
07.00 08.00 09.00 10.00 11.00 13.00 15.00 18.00 22.00 03.30 «Новости». (16+)  
10.05 11.15 12.05 «УХОДЯЩАЯ НАТУРА». (16+)  
11.45 13.30 18.30 Время суток. (12+)  
13.10 15.10 22.25 03.55 Новости спорта. (12+)  
13.15 Пульс города. (12+)  
14.00 Улицы Правды. (16+)  
15.20 Четвертая студия. (6+)  
15.40 Районы. Кварталы. (6+)  
15.55 «ВЕЧНОЕ СВИДАНИЕ». (12+)  
18.20 Бизнес-Петербург. (12+)  
19.05 «Великие полководцы». (12+)  
19.50 Губернаторский контроль. (6+)  
20.00 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (16+)  
22.45 «Степень защиты». (16+)  
22.55 «ТОТ САМЫЙ МЮНХ-ГАУЗЕН». (12+)  
01.40 «ЛЮБОВЬ С ПЕРВОГО ВЗДОХА». (16+)

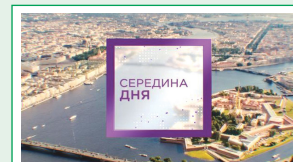
ЛЕНТВ 24 ЛЕНТВ 24



20.02 «НИКТО НЕ ЗАМЕНИТ ТЕБЯ». (0+)

06.00 07.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 21.00 22.00 «Новости». (6+)  
06.20 13.15 16.15 19.20 00.45 «Студия 1». (6+)  
06.50 07.20 19.45 22.20 01.15 «Спорт». (6+)  
06.55 07.25 13.55 19.55 22.30 01.25 «Экономика». (6+)  
07.30 «Простые решения». (12+)  
11.00 04.45 «Медицинская правда». (16+)  
11.25 12.02 «В мире звезд». (12+)  
12.15 21.15 02.45 «Освоение Крыма». (12+)  
14.02 15.02 05.10 «БЕССМЕРТНИК». (16+)  
15.45 «Лица в истории». (12+)  
16.55 19.50 22.25 01.20 «Политика». (6+)  
17.02 «Ветеринарная клиника». (16+)  
17.30 18.02 «ТЫ НЕ ОДИН». (16+)  
20.02 21.02 «НИКТО НЕ ЗАМЕНИТ ТЕБЯ». (0+)  
22.40 «СТАНЦИОННЫЙ СМОТРИТЕЛЬ». (16+)

78 78 КАНАЛ



15.00 «Середина дня». (12+)

06.00 06.30 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 13.00 18.00 18.55 20.00 21.00 23.00 23.40 «Известия 78». (12+)  
06.10 06.35 07.10 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 11.10 11.35 «Полное утро». (12+)  
12.15 13.15 «Семейная программа». (12+)  
14.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+)  
14.30 Сделано в СССР. (12+)  
15.00 «Середина дня». (12+)  
16.00 «Эликсир молодости». (12+)  
17.30 «Земля. Территория загадок». (12+)  
18.10 23.55 Телекурьер. (12+)  
19.10 «Легенды советского сыска». (12+)  
20.10 01.05 «Открытая студия». (12+)  
21.10 «Вечер трудного дня». (12+)  
22.15 «Итоги дня». (16+)  
00.35 «Какой мужчина!» (16+)

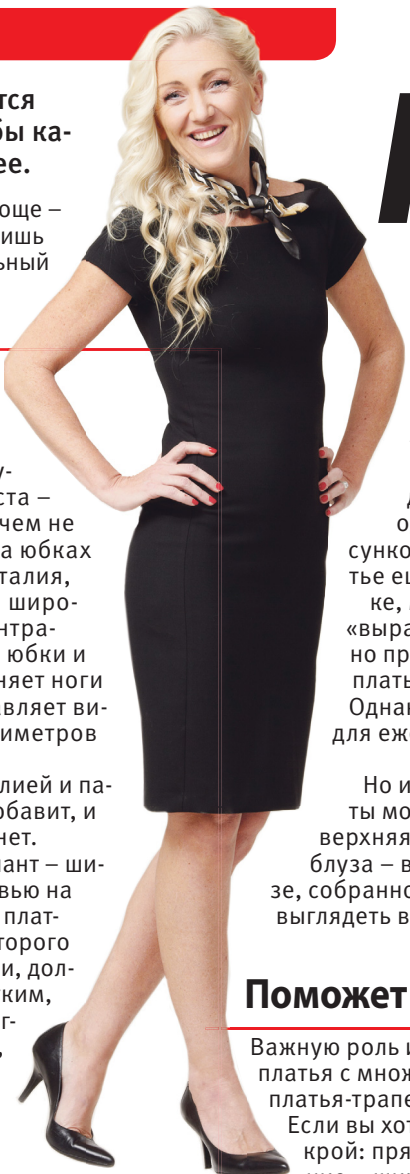
## ГАРДЕРОБ

Часто женщинам хочется если не быть, то хотя бы казаться выше и стройнее.

А ведь нет ничего проще – достаточно всего лишь подобрать правильный гардероб. Сегодня мы расскажем, как это сделать.

### Завышаем талию

Простой прием для визуального увеличения роста – завышенная талия. Причем не только на платье, но и на юбках и брюках. Завышенная талия, особенно подчеркнутая широким поясом, баской, контрастом цветов (например, юбки и блузы), зрительно удлиняет ноги и, соответственно, добавляет визуально несколько сантиметров роста. Платье с завышенной талией и пару сантиметров роста добавит, и женственность подчеркнет. Еще один отличный вариант – широкие брюки в пол с обувью на высоком каблуке или на платформе. Материал, из которого изготовлены такие брюки, должен быть достаточно легким, пластичным и лежать мягкими складками. Важно, чтобы брюки при этом сидели на талии, а лучше немного выше, но никак не ниже.



# Как визуально прибавить себе рост

## Создаём образ

Быстро и качественно зрительно увеличивает рост наглухо закрытое (лучше – с воротником-стойкой и длинными рукавами) платье в пол – однотонное или с очень мелким рисунком. А если надеть под такое платье еще и туфли на высоком каблуке, можно за считанные минуты «вырасти» на целую голову. Важно при этом не «перечеркивать» платье контрастными деталями. Однако такой наряд не подойдет для ежедневной носки, это исключительно вечерний вариант. Но и на каждый день есть варианты монохромного образа. Например, верхняя одежда в тон платью или костюму, блуза – в тон юбке или брюкам и т.д. В образе, собранном в одной краске, вы всегда будете выглядеть выше, чем в контрастных или просто неблизких цветах.

## Поможет росту простой крой

Важную роль играет также крой одежды. пышные расклешенные юбки и объемные платья с множеством деталей, особенно расширяющих (рюши, воланы, складки и т.д.), платья-трапеции и А-образного силуэта зрительно уменьшают рост. Если вы хотите не убавить, а прибавить сантиметры, выбирайте самый простой крой: прямые или зауженные книзу юбки и брючки, платья-футляры и т.п. Исключение – широкие брюки с обувью на высоком каблуке, о которых мы писали выше.

## Вертикальные линии

Все знают, что вертикальные линии стройнят. Но при этом мало кто задумывается о том, что достигнутая таким образом стройность визуально добавляет рост. Поэтому любые вертикальные линии – самый простой выход для дам, желающих казаться выше. Зрительно увеличивает рост не только одежда в вертикальную полоску, но и вертикально расположенные вставки, вышивки, швы, и распахнутые полы пальто, и длинный жилет без застежки, и длинный шарф, небрежно наброшенный на шею и т.д. и т.п.

– Видела тебя вчера с кавалером. Какой-то он старый...  
– Он не старый, он винтажный!



## Кстати

### Подбираем обувь и сумку

Немаловажно при формировании образа подобрать правильные аксессуары. Так, яркой, контрастной к общему образу обуви следует избегать. В теплые сезоны отличным выбором будет обувь телесного цвета. Если предполагаются колготки, то желательно чтобы они совпадали либо максимально приближались к цвету обуви – это зрительно удлинит ноги, а значит, и увеличит рост. Большая сумка утяжеляет образ и уменьшает рост, поэтому от нее лучше отказаться. Выбирайте сумку с учетом вашей комплекции: хрупким девушкам подойдут маленькие с мелкими изящными деталями, дамам корпулентным – сумочки среднего размера с соответствующими украшениями.

Светлана ИВАНОВА



## КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000	TV1000 РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
<b>06.10</b> «Приключения Тинтина: Тайна Единорога». Мультфильм. (12+) <b>08.25</b> «ПРЕДЧУВСТВИЕ». (16+) <b>10.25</b> «ГОДИЗЛЛА». (12+) <b>12.55</b> «АНАКОНДА». (16+) <b>14.30</b> «Монстры на каникулах». Мультфильм. (6+) <b>16.10</b> «ОСЕНЬ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (12+) <b>18.05</b> «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+) <b>20.10</b> «ДРУГИЕ». (16+) <b>22.05</b> «К-9: СОБАЧА РАБОТА». (12+) <b>23.55</b> «СОЦИАЛЬНАЯ СЕТЬ». (16+) <b>02.05</b> «МОЯ УЖАСНАЯ НАНЯ». (6+) <b>04.00</b> «МОЯ УЖАСНАЯ НАНЯ-2». (6+)	<b>07.10</b> «КОД АПОКАЛИПСИСА». (16+) <b>09.15</b> «ЗАЩИТНИКИ». (12+) <b>10.50</b> «ДУХLESS-2». (16+) <b>12.50</b> «БОЙ С ТЕНЬЮ». (16+) <b>15.10</b> «ПРИЗРАК». (6+) <b>17.10</b> «НЕВЕСТА ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (16+) <b>19.00, 20.00</b> «МЕТОД ЛАВРОВОЙ». (16+) <b>20.55</b> «ТАРАС БУЛЬБА». (16+)         Россия, 2009 г. В ролях: Богдан Ступка, Игорь Петренко, Владимир Вдовиченков, Магдалена Мельцаж, Ада Роговцева <b>23.20</b> «СОБИБОР». (12+)         Россия, 2018 г. <b>01.35</b> «ПОДАРОК С ХАРАКТЕРОМ». (6+) <b>03.15</b> «ЛЕГЕНДА № 17». (12+) <b>05.30</b> «ТАРАС БУЛЬБА». (16+)	<b>05.40</b> «ОПЕКУН». (12+) <b>07.20</b> «СВАТЫ». (16+) <b>11.00</b> Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+) <b>13.20</b> «ШИРЛИ-МЫРЛИ». (16+) <b>15.55</b> «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (6+) <b>17.35</b> «ОДИНОКИМ ПРЕДСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (12+) <b>19.15</b> «ЭКИПАЖ». (12+)         СССР, 1979 г. В ролях: Георгий Жжёнв, Анатолий Васильев, Леонид Филатов <b>22.00</b> Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+) <b>00.25</b> «ДЕВУШКА БЕЗ АДРЕСА». (6+) <b>02.05</b> «ОТПУСК ЗА СВОЙ СЧЁТ». (12+) <b>04.15</b> «ГОРОД ПРИНЯЛ». (12+)	<b>06.00</b> Четыре свадьбы. (16+) <b>06.50, 07.35, 15.10, 15.55</b> Проект Подиум. (16+) <b>08.20, 14.05, 18.55</b> Правила моей кухни. (16+) <b>09.25, 16.40</b> Холостяк. (16+) <b>10.40</b> «ЛЮБОВНИКИ». (16+)         США, 2008 г. <b>12.30, 12.55, 21.30, 21.55, 03.20, 03.45</b> «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+) <b>13.20, 18.10</b> Проект Подиум. Все звезды. (16+) <b>20.00, 20.45, 00.05, 00.50</b> «ДО СМЕРТИ КРАСИВА». (16+) <b>22.20, 02.35</b> «АМНЕЗИЯ». (16+) <b>23.05, 01.35</b> «ВЕРСАЛЬ». (18+) <b>04.10</b> «АНГЕЛЫ ЧАРЛИ-2: ТОЛЬКО ВПЕРЕД!». (16+)
ИЛЛЮЗИОН+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	РОДНОЕ КИНО
<b>01.25</b> «ПАЗМАНСКИЙ ДЬЯВОЛ». (18+) <b>03.15</b> «МИСС МЕДОУЗ». (16+) <b>04.40</b> «ДОБЕЯСА УСПЕХА». (12+) <b>06.15</b> «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+) <b>07.40</b> «ЗАЩИТНЕГ». (16+) <b>09.20</b> «РОКОВАЯ СТРАСТЬ». (16+) <b>11.10</b> «ПРИРОЖДЁННЫЙ ГОНЩИК». (16+) <b>12.45</b> «ЧЕТВЕРО ПОХОРОН И ОДНА СВАДЬБА». (16+) <b>14.15</b> «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+) <b>15.50</b> «ГЕРЦОГИНЯ». (16+) <b>17.30</b> «ВСЁ САМОЕ ЛУЧШЕЕ». (16+) <b>19.05</b> «СПОКОЙНОЙ НОЧИ». (16+) <b>20.30</b> «БЛИЗНЕЦЫ». (16+) <b>22.15</b> «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ». (12+) <b>23.50</b> «ПСИХОАНАЛИТИК». (18+)	<b>00.10</b> «МОРЕ». (16+) <b>01.35</b> «Я НЕ Я». (16+) <b>05.10</b> «ЗАКРОЙ ГЛАЗА». (12+) <b>06.50</b> «МАНЖЕТЫ». (12+) <b>07.20</b> «ГРАФОМАФИЯ». (12+) <b>09.05</b> «ПИОНЕРЫ-ГЕРОИ». (16+) <b>11.05</b> «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (16+) <b>13.20</b> «СНЕЖНЫЙ АНГЕЛ». (12+) <b>15.20</b> «ВОРОШИЛОВСКИЙ СРЕЛОК». (16+) <b>17.10</b> «НОВЕНЬКИЙ». (12+) <b>17.45</b> «ПРОДАЕТСЯ ДАЧА». (16+) <b>19.30</b> «ВКЛЮЧИ МОТОР И СДАЙ НАЗАД». (16+) <b>19.40</b> «ПЕРВЫЕ НА ЛУНЕ». (16+) <b>21.00</b> «ГЕРОЙ». (16+) <b>22.20</b> «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)	<b>00.25</b> «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (12+) <b>02.45</b> «БЕЛОЕ ВИНО ИЗ БАБУДОУ». (16+) <b>04.40</b> «МОИ ЕДИНСТВЕННЫЙ». (16+) <b>06.40</b> «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+) <b>08.35</b> «ТЕОРИЯ ХАОСА». (12+) <b>10.15</b> «ДЖУНГЛИ ЗОВУТ! В ПОИСКАХ МАРСУПИЛАМИ». (12+) <b>12.15</b> «ВАМПИРСКИЙ ЗАСОС». (16+) <b>13.50</b> «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АЛАДИНА». (6+) <b>15.50</b> «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (12+) <b>17.30</b> «ДЖУМАНДЖИ». (6+) <b>19.30</b> «ЧЕРНЫЙ РЫЦАРЬ». (12+) <b>21.20</b> «СПРОСИТЕ СИНДИ». (16+) <b>23.05</b> «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО-3». (16+)	<b>00.35</b> «СЕРЫЕ ВОЛКИ». (16+) <b>03.10</b> «ЗДРАВСТВУЙТЕ, МЫ ВАША КРЫША!». (12+) <b>05.05, 06.20</b> «ЛЕТУЧАЯ МЫШЬ». (6+) <b>07.45</b> «ДАУН ХАУС». (16+)         Комедия, Россия, 2001 г. <b>09.20</b> «ЗАКЛЯТИЕ ДОЛИНЫ ЗМЕИ». (16+) <b>11.20</b> «ДЕЖА ВЮ». (12+) <b>13.25</b> «ГУБЕРНАТОР. ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-3». (16+) <b>15.20</b> «ЛОВУШКА ДЛЯ ОДИНОКОГО МУЖЧИНЫ». (16+) <b>17.10</b> «СНЕГУРОЧКА». (12+) <b>19.00</b> «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (12+)         Драма, комедия, фэнтези, СССР, 1991 г. <b>21.20, 22.40</b> «ПРОПАВШАЯ ЭКСПЕДИЦИЯ». (6+)         Драма, детектив, приключения, СССР, 1975 г.

СУПЕР	ФЕНИКС+КИНО	СТС LOVE	TV 21 ВЕК
<b>06.00</b> «ОСТРОВ». (16+) <b>07.55</b> Прогноз погоды. (0+) <b>08.00</b> «ОСТРОВ». (16+) <b>09.00</b> «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+) <b>11.00</b> «ФИТНЕС». (16+) <b>13.00</b> «ГРАНД». (16+)         Сериал. Россия, 2018 г. <b>16.00</b> «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+) <b>18.00</b> «ДЕФОНЧКИ». (16+) <b>19.25</b> Прогноз погоды. (0+) <b>19.30</b> «ДЕФОНЧКИ». (16+) <b>20.00</b> «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+) <b>22.00</b> «БРАТЯ ПО ОБМЕНУ». (12+) <b>00.00</b> «ОСТРОВ». (16+)	<b>08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00</b> «ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ». (16+) <b>10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00</b> «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+) <b>12.00, 13.00, 20.00, 21.00</b> «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+) <b>14.00, 22.00, 06.00</b> «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)         Сериал. Россия, 2014 г. <b>15.00, 23.00, 07.00</b> «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+) <b>04.00</b> «ДВОЕ ИЗ ЛАРЦА-2». (16+) <b>05.00</b> «ГАЛИНА». (16+)	<b>06.00</b> «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+) <b>08.00</b> «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НАНЯ». (0+) <b>15.00</b> «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+) <b>18.40</b> «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (12+) <b>23.00</b> Сердца за любовь. (16+) <b>00.35</b> Лавлавсар. (16+) <b>02.15</b> Даёшь молодёжь! (16+) <b>04.05</b> «РАНЕТИКИ». (16+) <b>04.55</b> Ералаш. (0+) <b>05.20</b> «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)	<b>10.00, 18.00, 02.00</b> «ФОРТИТЬЮД». (18+) <b>10.55, 18.55, 02.55</b> «БАРХАТНЫЕ РУЧКИ». (12+)         Криминальная комедия, Италия, 1979 г. <b>12.40, 20.40, 04.40</b> «СПАРРИНГ». (16+)         Драма, спорт, Франция, 2017 г. <b>14.15, 22.15, 06.15</b> «ГЕОГРАФ ГЛОБУС ПРОПИЛ». (16+)         Драма, Россия, 2013 г. <b>16.20, 00.20, 08.20</b> «СУТЕНЕР». (16+)         Криминальная комедия, Франция, 2009 г.

## УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
<b>09.45</b> Приглашайте в гости. (12+) <b>10.00, 14.00, 18.00</b> Огород круглый год. (12+) <b>10.15</b> Мастер-садовод. (12+) <b>10.50</b> Новые Робинзоны. (12+) <b>11.20, 15.20, 22.00</b> Постное меню. (12+) <b>11.40</b> Стройплощадка. (12+) <b>12.10</b> Дом с нуля. (12+) <b>12.40</b> Я садовником родился. (12+) <b>13.00, 17.00, 20.55</b> История одной культуры. (12+) <b>13.30</b> Тихая моя родина. (12+) <b>14.20</b> Готовим на природе. (12+) <b>14.35</b> Флористика. (12+) <b>14.50</b> Ландшафтные эксперименты. (12+) <b>15.40</b> Частный сектор. (12+) <b>16.10</b> Дизайн своими руками. (12+) <b>16.40</b> Искусство в интерьере. (12+) <b>17.30</b> ЗаСаДа. (12+) <b>18.15</b> Детская мастерская. (12+) <b>18.30</b> Не просто суп! (12+) <b>18.50</b> Высший сорт. (12+) <b>19.05</b> Сравнительный анализ. (12+) <b>19.35</b> Букет на обед. (12+) <b>19.50</b> Дачный эксклюзив. (12+) <b>20.20</b> Самогон. (16+) <b>20.40</b> Закуски. (12+) <b>21.25</b> Садовый доктор. (12+) <b>21.45</b> Мультиварка. (12+) <b>22.15</b> Академия огородника. (12+) <b>22.30</b> Цветники. (12+) <b>23.00</b> Городские дачники. (12+)	<b>06.00</b> Ледовые тропы рыбалки. (16+) <b>06.30, 10.20, 22.40</b> На охотничьей тропе. (16+) <b>06.55, 10.50, 19.00, 23.10</b> Рыбалка с Нормундом Грабовским. (12+) <b>07.30, 11.25, 15.25, 19.35, 23.40</b> Фотоохота с Евгением Полонским. (16+) <b>08.00, 11.55, 15.55, 20.00, 00.10</b> Охота с луком. (16+) <b>08.30</b> Поймай и сними. (16+) <b>09.00</b> Клёвая Канада. (12+) <b>09.50</b> Донка против фидера. (16+) <b>12.25</b> Охота в Белоруссии. (16+) <b>13.00</b> Вкусные рецепты охотника. (12+) <b>13.30</b> Камера, мотор... рыба! (16+) <b>14.00</b> Прибалтийский лосось. (16+) <b>14.30</b> Горная охота в Болгарии. (16+) <b>14.55</b> Рыболовная школа для взрослых. (12+) <b>16.25</b> Охота по-фински. (12+) <b>16.55</b> Россия заповедная. (16+) <b>17.25</b> Сезон охоты. (16+) <b>17.55</b> Рыболовная Россия. (16+) <b>18.25</b> Профессиональная рыболовная лига-2019. (12+) <b>18.40</b> Нож-помощник. (16+) <b>20.35</b> Секреты «трудных» водоемов. (12+) <b>21.05</b> Стратегия охоты с Сергеем Астаховым. (12+) <b>21.35</b> Морская охота. (16+) <b>22.05</b> Рыбалка без границ. (12+) <b>00.40</b> Андрей Старков и его команда. (16+)	<b>00.00, 13.30</b> Наперекор мифам с доктором Холли. (12+) <b>00.30, 10.00, 18.30</b> Фитнес-бикини. (12+) <b>01.30, 11.00, 19.30</b> Табата-Хард. (12+)         Табата-хард - новая планка на пути к заветной цели иметь красивое и стройное тело. Еще более высокоинтенсивный интервальный тренинг, цель которого сделать максимальное количество движений за минимальное время. <b>02.00, 11.30, 20.00</b> Пилатес Intensive. (12+) <b>02.30, 12.30, 20.30</b> Zumba. (12+) <b>03.00, 13.00, 21.00</b> Боди-балет. (12+) <b>03.30, 14.00, 21.30</b> Умный фитнес. (12+) <b>04.00, 06.00, 08.00</b> Мистер Драйв. (12+) <b>04.15, 06.15, 08.15</b> Утренняя зарядка с Димой Брагиним. (12+) <b>04.30, 06.30, 08.30</b> Блогеры: инструкция по применению. (16+) <b>04.45, 06.45, 08.45</b> Худеем вкусно. (6+) <b>05.00, 07.00, 09.00</b> YogaУтро. (6+) <b>05.30, 07.30, 09.30, 17.30</b> «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+) <b>12.00, 23.30</b> Первоклассный фитнес. (6+) <b>14.30, 22.00</b> Дыхание стретчинга. (12+) <b>15.00, 22.30</b> Пилатес изнутри. (6+) <b>16.00</b> Худеем с Мариной Корпан. (12+) <b>16.30</b> Йогалатес. (12+) <b>18.00</b> YogaВечер. (6+)

## ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР	ПЯТНИЦА	Ю	РЕТРО
<b>06.00</b> «ЗАКОН И ПОРЯДОК. ПРЕСТУПНЫЙ УМЫСЕЛ». (16+)         Сериал. Детектив, криминальный фильм, Россия, 2006 г. <b>09.50, 10.10, 21.10</b> «НОВАЯ ЖИЗНЬ СЫЩИКА ГУРОВА. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+) <b>10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45</b> Новости <b>13.15</b> Дела судебные. Деньги верните! (16+) <b>14.10</b> Дела судебные. Битва за будущее. (16+) <b>15.05</b> Дела судебные. Новые истории. (16+) <b>16.15</b> Приговор! (16+) <b>17.15, 19.20</b> «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+) <b>19.55</b> Телеигра «Игра в кино». (12+) <b>20.30</b> Всемирные игры разума. (12+) <b>23.10</b> Держись, шоубиз! (16+) <b>00.00</b> Игра в правду. (16+) <b>01.00</b> Камень, ножницы, бумага. (16+) <b>02.00</b> Охотники за привидениями. (16+) <b>02.30</b> Города Беларуси. (16+) <b>03.25</b> Концерт. (16+) <b>04.50</b> Ели у Емели. (16+) <b>05.20</b> Здоровье. (16+)	<b>05.00</b> На ножах. (16+) <b>06.50</b> Школа доктора Комаровского. (12+) <b>07.30</b> Утро Пятницы. (16+) <b>08.30</b> «ДОКТОР ХАУС». (16+) <b>11.00</b> На ножах. (16+) <b>13.00</b> Адская кухня. (16+) <b>15.00, 19.00, 20.00</b> На ножах. (16+)         Кулинарный бог и титулованный ресторатор России, легендарный шеф и гуру ресторанного бизнеса, добрейший и терпеливейший Мастер своего дела Константин Ивлев отправляется в турне по кафе и ресторанам, чтобы довести до ума самые убыточные заведения. Обладатель тяжелой руки и адепт шоковой терапии рубит с плеча и делает фарш из всех, кто отказывается понимать с первого раза. Но результат того стоит! <b>23.00</b> «ДОКТОР ХАУС». (16+) <b>01.40</b> Пятница News. (16+)         На телеканале «Пятница!» только хорошие новости и самые позитивные сюжеты. <b>02.10</b> Битва салонов. (16+) <b>03.50</b> На ножах. (16+)	<b>05.00</b> Папа попал. (12+) <b>09.15</b> Невеста для папы. (16+) <b>11.15</b> Мастершеф. (16+)         Легендарное кулинарное реалити. В проекте 20 поваров-любителей соревнуются в гастрономическом поединке за крупный денежный приз и обучение в престижной кулинарной академии. <b>15.20</b> Моя свекровь - монстр. (16+) <b>17.30</b> Беременна в 16. (16+)         Российский сезон реалити о подростковой беременности. Реальные истории и проблемы, о которых не принято говорить, но о них нужно знать каждому. 10 девочек-подростков из разных городов России встают перед выбором, который изменит их жизнь. Найдут ли они силы преодолеть испытания и обрести счастье?! <b>20.50</b> Мастершеф. (16+) <b>00.55</b> «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+) <b>02.35</b> Я стесняюсь своего тела. (16+) <b>04.05</b> Обмен жёнами. (16+)	<b>06.00, 21.50, 04.45</b> Сыны России: Русский подарок Америке. Владимир Зворыкин. (12+) <b>06.30, 22.20</b> «ИНСПЕКТОР ГАИ». (16+) <b>07.50</b> Наталия Белохвостикова. Причуды судьбы. (12+) <b>08.40, 12.55, 05.10</b> Мультфильм. (6+) <b>09.00</b> Мультфильмы. (0+) <b>09.40</b> «РАССЛЕДОВАНИЯ КОМИССАРА МЕГРЭ». (16+) <b>11.15</b> «ШИНЕЛЪ». (12+) <b>12.40</b> «Зайка-заянка». Мультфильм. (12+) <b>13.15</b> «Мышонок Пик». Мультфильм. (0+) <b>13.35, 23.50</b> Сыны России: Русский Гораций. (12+) <b>14.10</b> Шостакович крупным планом. (12+) <b>15.20, 00.20</b> «ПОСЕТИТЕЛЬ МУЗЕЯ». (12+) <b>17.50</b> Русская классика. (12+) <b>18.05</b> Сыны России: Поверх барьеров. Илья Мечников. (12+) <b>18.35</b> «713-й ПРОСИТ ПОСАДКУ». (16+) <b>20.00</b> «ЛЕДИ ИСЧЕЗАЕТ». (16+) <b>02.35, 03.40</b> «КОМЕДИЯ ОШИБОК». (12+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC
<b>00.00</b> Час истины. (12+) <b>01.00, 01.10</b> Время Победы. (12+) <b>01.15</b> По законам чести. Из истории дуэлей. (12+) <b>01.30</b> Рождённые в СССР... (6+) <b>02.00</b> «ЛЮБОВНИЦА ДЬЯВОЛА: УНЕСЕННЫЕ СТРАСТЬЮ». (16+) <b>04.00</b> Профилактика <b>10.00</b> «НАПОЛЕОН». (16+) <b>12.00</b> Цивилизации: Бог и искусство. (12+) <b>13.05</b> Историограф. (12+) <b>13.55</b> Диверсанты: Ликвидатор. (12+) <b>14.50</b> Антагонисты. Соперники в искусстве: Микеланджело против Леонардо. (12+) <b>15.55</b> Древние цивилизации: Инки. Легенда Анд. (12+) <b>16.50</b> Семь дней истории. (12+) <b>17.00</b> Апокалипсис. Нескончаемая война 1918-1926: Возвращение в ад. (16+) <b>17.55</b> Обыкновенная История: Зоопарк. (6+) <b>18.05</b> Распятие цивилизаций. Древняя Азия: Период дзёмон. Япония. (12+) <b>19.00</b> Три города, покорившие мир. Амстердам, Лондон, Нью-Йорк: Потрясения современности. 1800-1880 гг.. (12+) <b>20.00</b> Тайны соборов: Гонка за рекордами. (12+) <b>21.55</b> Историограф. (12+) <b>22.45</b> Тайны викингов. (12+)	<b>06.15</b> Невероятные изобретения. (12+) <b>06.45, 07.35, 08.25, 09.15</b> Запретная история. (12+) <b>10.05, 10.50, 11.40, 12.30</b> Карты убийства. (12+) <b>13.20, 14.10, 15.00, 15.50, 16.40, 17.30</b> Смертоносный интеллект. (12+) <b>18.25</b> Первые американцы         Документальный фильм, Германия, 2017 г. <b>19.15</b> Тайная война. (12+)         Документальный сериал, Великобритания, 2011 г. <b>20.10</b> Запретная история. (12+)         Документальный сериал, Великобритания, 2013 г. <b>21.05</b> Важнейшие события Второй мировой войны в цвете. (16+)         Документальный сериал, Великобритания, 2019 г. <b>22.00</b> Хит-парад военной техники         Документальный сериал, Великобритания, 2015 г. <b>23.05, 23.30</b> Родовые проклятия. (12+)         Документальный сериал, Канада, 2017 г. <b>23.55</b> Запретная история. (12+) <b>00.50</b> Тайная война. (12+) <b>01.45</b> Важнейшие события Второй мировой войны в цвете. (16+) <b>02.40</b> Хит-парад военной техники <b>03.40, 04.25, 05.10</b> Музейные тайны. (12+)	<b>06.00</b> Панорама 360 градусов: Разрушение объектов всемирного наследия. (16+) <b>06.25</b> Осушить океан. (16+) <b>07.20</b> Хозяева гор. (16+) <b>08.15</b> Япония: между небом и землей. (16+) <b>09.05</b> Авто - SOS. (16+) <b>09.50, 10.45</b> Мегазаводы. (16+) <b>11.35, 12.30</b> Авто - SOS. (16+) <b>13.20</b> Затерянные сокровища Майя. (16+) <b>14.10, 14.35</b> Горячие границы: Латинская Америка. (16+) <b>15.05, 15.55</b> Расследования авиакатастроф. (16+) <b>16.50</b> Поймать контрабандиста: Аэропорт Кеннеди. (16+) <b>17.40</b> Экстремальное путешествие: Вторая мировая война. (16+) <b>18.30</b> Авто - SOS. (16+) <b>19.20</b> В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+) <b>20.15, 02.45</b> Расследования авиакатастроф. (16+) <b>21.05</b> Поймать контрабандиста: Аэропорт Кеннеди. (16+) <b>22.00, 01.15, 03.35</b> Скрытые жемчужины Турции. (16+) <b>22.50, 23.40, 00.30</b> Взгляд изнутри: Вторая мировая война. (16+) <b>02.00</b> Авто - SOS. (16+) <b>04.20, 04.45</b> Самые удивительные фотографии National Geographic. (16+) <b>05.10, 05.35</b> Научные глупости. (16+)

ANIMAL PLANET	Discovery DISCOVERY CHANNEL	TLC
<b>06.00</b> Аквариумный бизнес. (12+) <b>06.50</b> В дикие края с Эваном. (16+) <b>07.40</b> Введение в собаководство: спецвыпуск. (12+) <b>08.30</b> Доктор Джефф: ветеринар Роки-Маунтин. (16+) <b>09.20</b> Незведанная Европа. (12+) <b>10.10, 11.00</b> Найджел Марвен представляет: Другой Китай. (12+) <b>11.50</b> Живой или вымерший. (16+) <b>12.40</b> В дикие края с Эваном. (16+) <b>13.35</b> Скорая помощь для животных. (16+) <b>14.30</b> Введение в собаководство: спецвыпуск. (12+) <b>15.25</b> Звезды и звери. (12+) <b>15.50</b> Удивительный мир животных. (12+) <b>16.20, 17.15, 18.10</b> Зоопарк Ирвинов. (12+) <b>19.05</b> Незведанная Европа. (12+) <b>20.00</b> На свободу с питбулем. (16+) <b>21.00</b> Адская кошка. (12+) <b>21.55</b> В дикие края с Эваном. (16+) <b>22.50</b> Плохой пёс. (12+) <b>23.45, 05.15</b> Я живой. (16+) <b>00.40</b> Будни ветеринара. (16+) <b>01.30</b> Смертельные острова. (16+) <b>02.15</b> Незведанная Европа. (12+) <b>03.00</b> Живой или вымерший. (16+) <b>03.45</b> На свободу с питбулем. (16+) <b>04.30</b> Плохой пёс. (12+)	<b>06.00</b> Человек против медведя. (12+) <b>06.50, 20.10</b> Махинаторы. (12+) <b>07.40, 19.15, 19.40</b> Как это устроено? (12+) <b>08.05</b> Ручная работа. (12+) <b>08.30</b> Мятный гараж. (12+) <b>09.22, 09.48</b> Охотники за реликвиями. (16+) <b>10.14, 04.30</b> Голые и напуганные. (16+) <b>11.06</b> Хранители болот Эверглейдс. (16+) <b>11.58</b> Стальные парни. (12+) <b>12.50</b> Охотник за игрушками: страшные игрушки. (12+) <b>13.45</b> Махинаторы. (16+) <b>14.40, 15.05</b> Как это сделано? (16+) <b>15.35, 16.00, 00.40, 01.05</b> В погоне за классикой. (12+) <b>16.30, 16.55, 02.15, 02.40</b> Гаражное золото. (12+) <b>17.25, 03.45</b> Рыбалка голыми руками. (12+) <b>18.20, 22.00</b> Дальнейший в Америке. (12+) <b>21.05, 21.30</b> Охотники за реликвиями. (12+) <b>22.55</b> Незвестная экспедиция. (16+) <b>23.50</b> Голые и напуганные XL. (16+) <b>01.30</b> Экспедиция Мунго. (16+) <b>03.00, 03.25</b> Как это сделано? (12+) <b>05.15</b> БОЛЬШОЕ и Ричард Хаммонд. (12+)	<b>06.00</b> Мастер макияжа. (12+) <b>06.25, 06.50</b> Игра вслепую. (12+) <b>07.15</b> Чемпионат юных пекарей. (12+) <b>08.10, 08.35</b> Игра вслепую. (12+) <b>09.05, 09.30</b> Охотники за островами. (12+) <b>10.00</b> Дети-бодибилдеры. (16+) <b>10.55, 11.20</b> Оденся к свадьбе: Великобритания. (12+) <b>11.50,</b>



## СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

**06.00** Гандбол. (0+)  
**07.35, 09.20, 11.35, 14.50** Новости  
**07.40** Лыжный спорт. (0+)  
**09.25, 18.55** Баскетбол. Кубок Европы. 1/4 финала. (0+)  
**11.15** Комментарий. Сергей Гимаев. (12+)  
**11.40, 22.50** Мини-футбол в России. (12+)  
**11.50** «Тает лёд» с Алексеем Ягудиним. (12+)  
**12.10** Смешанные единоборства. Бой по правилам TNA. (16+)  
**13.50** Второе дыхание. (12+)  
**14.20, 00.50** Вид сверху. (12+)  
**14.55** Волейбол. Кубок ЕКВ. Мужчины. 1/2 финала. Прямая трансляция  
**16.55** Баскетбол. Евролига. Женщины. 1/4 финала. Прямая трансляция  
**20.45** Профессиональный бокс. (16+)  
**23.00** Волейбол. Кубок ЕКВ. Мужчины. 1/2 финала. (0+)  
**01.20** Баскетбол. Евролига. Женщины. 1/4 финала. (0+)  
**03.10** Дзюдо. (0+)  
**05.35** Волейбол. Чемпионат России. Обзор. (12+)

EUROSPORT 1

**00.35** Лыжные гонки. Кубок мира. Миннеаполис. Прямая трансляция. (6+)  
**02.30, 16.30** Велоспорт. Тиррено - Адриатико. (12+)  
**03.30, 08.00** Лыжные гонки. Кубок мира. Миннеаполис. (6+)  
**05.00, 05.45, 06.30, 07.15, 09.30, 10.30** Горные лыжи. Кубок мира. Кортина-д'Ампеццо. Прямая трансляция. (12+)  
**11.20, 12.55** Горные лыжи. Кубок мира. Кортина-д'Ампеццо. (12+)  
**17.30** Велоспорт. Нокере - Кёрсе. Прямая трансляция. (12+)  
**19.30** Теннис. «АТР: за кадром». (6+)  
**20.00** Теннис. WTA Premier Mandatory. Индиан-Уэллс. 4-й круг. (6+)  
**21.00** Теннис. АТР «Мастерс». Индиан-Уэллс. 4-й круг. Прямая трансляция. (6+)  
**23.00** Теннис. WTA Premier Mandatory. Индиан-Уэллс. Прямая трансляция. (6+)

## МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

**05.00, 08.25, 13.25, 18.00** PRO-новости. (16+)  
**05.25, 11.30, 17.10** 10 самых горячих клипов дня. (16+)  
**06.05** Каждое утро. (16+)  
**09.00** TOP чарт Европы плюс. (16+)  
**10.00** Победитель «Битвы фанклубов». (16+)  
**10.30** Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)  
**12.20, 18.30, 22.45** Место под Солнцем. (16+)

**14.00** Золотая дюжина. (16+)  
**15.00** Битва фанклубов. (16+)  
**16.05** Прогноз по году. (16+)  
**19.30** R'n'B чарт. (16+)  
**20.35** «Жара» в Баку-2019. Поколение «Z». (16+)  
На сцене «Жары» звучат хиты современности от звезд самого нового поколения.  
**23.45** TOP 30 - Крутяк недели. (16+)  
**01.50** Наше. (16+)  
**04.00** Караокинг. (16+)

## ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

**08.25, 13.00, 21.00** «Барбоскины». (0+)  
**09.00** «Фееринки». (0+)  
**09.25** «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)  
**10.00, 14.00, 17.25, 22.00** «Фиксики». (0+)  
**10.30, 20.00** «Лунтик и его друзья». (0+)  
**11.00** «Сказочный патруль». (0+)  
**11.25, 19.00** «Четверо в кубе». (0+)  
**11.30, 19.30** «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
**12.00, 16.00** «Время малышей». (0+)  
**13.35** «Маша и Медведь». (0+)  
**14.30** «Смешарики». (0+)  
**15.00** «Нильс». (0+)  
**15.30** «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)  
**17.00** «Катя и Эф. Кудя-Угодно-Дверь». (0+)  
**18.00** «Роботы-поезда». (0+)  
**18.30** «Малышарики». (0+)  
**18.50** «Кошечки-собачки». (0+)  
**20.30** «Маша и Медведь». «Машины песенки». (0+)  
**20.55** «Машины сказки». (0+)  
**21.20** «Лео и Тиг». (0+)  
**22.30** «Смешарики. Пин-код». (0+)

КАНАЛ DISNEY

**05.00** «Мини-Мопеты». (0+)  
**05.25** «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)  
**05.50, 12.30** «Аладдин» (субтитры). (0+)  
**06.15, 12.00** «Русалочка» (субтитры). (6+)  
**06.40, 13.00** «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)  
**07.10, 13.30, 18.35, 21.05** «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)  
**07.35, 17.35** «Рапунцель: История продолжается». (6+)  
**08.10** «Пёс Пэт». (6+)  
**08.25** «Хранитель Лев». (0+)  
**08.55** «Герои в масках». (0+)  
**09.25** «ПУПС». (0+)  
**10.00** «Дружные мопсы». (0+)  
**10.30** «Блуи». (0+)  
**11.00** «София Прекрасная». (0+)  
**11.25** «Елена - принцесса Авалора». (0+)  
**14.30** «Подружки-супергерои». (6+)  
**14.40** «Финес и Ферб». (6+)  
**16.10** «Семейка Крудс. Начало». (12+)  
**16.35** «Гравити Фолз». (12+)  
**19.30** «Золушка». (6+)  
**23.00** «Стражи Галактики». (12+)

КАРУСЕЛЬ

**05.00** «Ранние пташки». «Моланг». «Смешарики. Новые приключения». «Домики». (0+)  
**06.55** «Чик-зарядка». (0+)  
**07.00** «С добрым утром, малыши!» (0+)  
**07.30** «Чик-зарядка». (0+)  
**07.35** «Маджики». (0+)  
**08.05** «Бинг». (0+)  
**08.40** «Царевны». (0+)  
**09.20** «Видимое невидимое». (0+)  
**09.35** «Морошка». (0+)  
**09.45** «Радужный мир Руби». (0+)  
**10.15** «Четверо в кубе». (0+)  
**11.00** «Робокар Поли и его друзья». (0+)  
**11.40** «Роботы-поезда». (0+)  
**12.15** «Гормити». (6+)  
**12.40** «Трансформеры. Боты-спасатели. Академия». (0+)  
**13.05** «Трансформеры. Киберверселенная». (6+)  
**13.25** «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)  
**13.30** «Приключения Ам Няма». (0+)  
**14.00** «Навигатор. Новости». (0+)  
**14.10** «Смурфики». (0+)  
**14.35** «Как устроен город». (0+)  
**14.40** «Фиксики». (0+)  
**16.05** «Бурёнка Даша». (0+)  
**16.10** «Приключения Барби в доме мечты». (0+)  
**16.30** «Фееринки». (6+)  
**17.10** «Оранжевая королева». (0+)  
**17.35** «Пластилиники». (0+)  
**17.40** «Суперкрылья. Подзарядка». (0+)  
**18.10** «Рев и заводная команда». (0+)  
**18.35** «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
**20.00** «44 котёнка». (0+)  
**20.30** «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
**20.45** «Барбоскины». (0+)  
**22.00** «Эволюция Черепашек-ниндзя». (6+)  
**22.25** «Фьюжн Макс». (6+)  
**22.50** «Губка Боб Квадратные штаны». (6+)  
**23.35** «Луни Тюнз шоу». (6+)  
**01.00** «Ералаш». (6+)  
**02.05** «ТриО!» (0+)  
**02.20** «Маленькое королевство Бена и Холли». (0+)  
**03.05** «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+)  
**03.25** «Полли Покет». (0+)

УНИКУМ

**09.30, 09.50, 14.30, 15.20, 22.54** Мультфильмы. (0+)  
**09.40, 15.00, 22.30** Мультфильмы. (6+)  
**10.05, 11.00, 19.05** «КОСМО». (6+)  
**10.31, 11.26, 19.32** «СЕМЬ ГНОМОВ И Я». (6+)  
**10.53, 11.49, 19.54** Вредные советы от полезных детей. (6+)  
**10.57** Do you speak? (6+)  
**12.00, 15.30, 20.00** «Смешарики. Пин-код». (6+)  
**12.30, 16.00, 18.00, 21.25** Мастерская «Умелые ручки». (6+)  
**12.45, 16.15, 18.15, 21.40** Проще простого! (6+)  
**13.01, 16.30, 18.30, 21.55** Готовим с папой. (6+)  
**13.20, 16.49, 18.49, 22.14** Открытки. (6+)  
**13.35, 17.05, 20.29** «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)  
**13.51, 17.21** «Необыкновенные приключения Карика и Вали». (0+)  
**14.07, 17.35, 21.00** «Октонавты». (0+)  
**20.44** «Тайна Сухарево башни». (6+)

О!

**05.00** «В мире малышей». (0+)  
**06.10** «Даша - путешественница». (0+)  
**07.00** «Доктор Малышкина». (0+)  
**07.05** «Смешарики». (0+)  
**09.00** «Тима и Тома». (0+)  
**10.00** «Лапы, морды и хвосты». (0+)  
**10.25, 03.25** «Йоко». (0+)  
**11.55** «Весёлый алфавит». (0+)  
**12.00** «Непоседа Зу». (0+)  
**13.55** «Мой музей». (0+)  
**14.00** «Оранжевая королева». (0+)  
**15.55** «Космическое путешествие». (0+)  
**16.00, 23.10** «Три кота». (0+)  
**17.05** «История изобретений». (0+)  
**17.50** «Доктор Малышкина». (0+)  
**18.00** «Фиксики». (0+)  
**19.00, 04.40** «ТриО!» (0+)  
**19.20** «Поезд динозавров». (0+)  
**21.00** «Пластилиники». (0+)  
**21.05** «Турбозавры». (0+)  
**01.00** «Алиса знает, что делать!» (6+)  
**02.50** «Шаранавты. Герои космоса». (6+)  
**03.00** «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+)

## ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

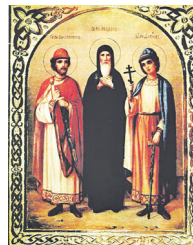
**05.00, 00.25** День Патриарха. (0+)  
**05.15** Новый Завет вслух. (0+)  
**05.30** Святитель Лука (Войно-Ясенецкий). Цикл: День Ангела. (12+)  
**06.00** И будет двое... (12+)  
**07.00, 17.30, 21.30, 02.05** Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)  
**07.45, 19.00, 01.10** Завет. (6+)  
**08.45, 04.05** Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)  
**09.20, 14.30, 15.00** Монастырская кухня. (0+)  
**09.50, 22.15** Реакция. (12+)  
**10.25** «ДНИ ХИРУРГА МИШКИНА». 3 серия. (0+)

**11.55, 22.50** Крым Благословенный. (12+)  
В фильме рассказывается о святых местах Крыма.  
**13.00, 20.00, 02.50** Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)  
**15.30** «ОСЕННЯЯ ИСТОРИЯ». 1 серия. (0+)  
СССР, 1979 г. В ролях: Римма Быкова, Ада Роговцева, Виталий Юшков  
**17.00, 17.55** «ДНИ ХИРУРГА МИШКИНА». 2 серия. (0+)  
СССР, 1976 г. В ролях: Олег Ефремов, Жанна Болотова, Анатолий Ромашин  
**23.55** В поисках Бога. (12+)  
**00.40** Иоанн Шанхайский. Цикл: Старцы. (12+)  
**04.45** «Тайны сказок» с Анной Ковальчук. (0+)

## Православный календарь

18 марта

Седмица 3-я Великого поста. Глас 6.  
Обретение мощей блгвв. князей Феодора Смоленского и чад его Давида и Константина, Ярославских чудотворцев.



Мч. Конона Исаврийского. Мч. Онисия. Мч. Конона градара. Прп. Марка Постника. Прп. Исихия Постника. Прмч. Адриана Пошехонского, Ярославского. Мч. Ираиды. Мч. Евлогия, иже в Палестине. Мч. Евлампия. Обретение мощей свт. Луки исп., архиеп. Симферопольского. Сщмч. Николая пресвитера. Сщмч. Иоанна пресвитера и прмчч. Мардария и Феофана. Иконы Божией Матери, именуемой «Воспитание».

Постный день.

«Прежде чем что-либо сделать, помолись и подумай, будет ли это разумно и Богу угодно».

Прп. Никон Оптинский

## ЖЕНСКАЯ ИСТОРИЯ

Бабушка снова кричала, в глазах её плескались злость и ненависть.

Но я давно перестала отвечать на ее вспышки гнева, повышать в ответ голос и обмениваться с ней оскорблениями. Мне было жаль ее – пожилую, несчастную, так и не научившуюся радоваться жизни.

### Пристроена дочка

Заварив душистого чая, я молча подала его разгневанной бабуле, на блюдечко положила конфетку.  
– Издеваешься? – прикрикнула на меня она. – У меня же диабет. Хочешь меня в могилу побыстрее свести?

Я, ничего не ответив, поменяла конфетку на хлебец без сахара. Бабушка фыркнула, убрала хлебец обратно в пакет, притянула к себе конфетку и зашуршала фантиком. В этом она вся – даже если очень хочется, все равно нужно сделать наперекор, но и себя любимую не обидеть. История бабушкиной жизни открылась мне не сразу.

Первый раз бабушка вышла замуж в 18 лет. За

# Сашины мытарства

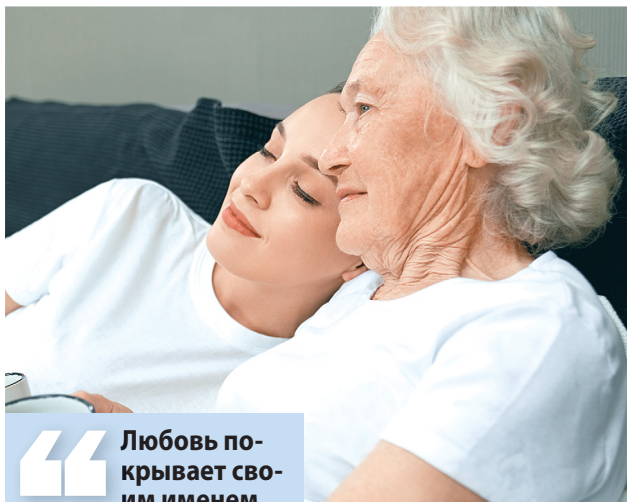
перспективного председателя сельского сына. Мама Клава ее перекрестилась – пристроила дочку. Нелегко оно после войны-то было, а тут такая удача. Да и сама дочка умница, торговый техникум заканчивает. Бог даст, проживут дети.

И зажили. Саша в местном сельпо ламку тянула. А муж ее Володя к бутылочке страстью воспылал, а вскоре и к Саше с кулаками...

Попадало Саше за все – ужин не так приготовила, подала без улыбки, туфли новые купила – «это чтобы хвостом вертеть». И перестала Саша туфли покупать, губы красить и с подружками общаться. Но «прилетало» все равно – Вовке и поводы для этого не нужны были.

### На вес золота

Родила Саша не благодаря, а вопреки. И ее и дочку спасла соседка, которая, увидев, как Вовка «учит» черенком от лопаты беременную жену во дворе дома, вызвала скорую и милицию. Дочка Танечка



“Любовь покрывает своим именем самые разнообразные человеческие отношения, будто бы связанные с нею.”  
Франсуа де Ларошфуко

родилась на удивление здоровенькой и крепкой.

К мужу Саша не вернулась. Забрала дочку и маму и сбежала из Ленинградской во Владимирскую область. Все время развода Вовка беспробудно пил, а потому и особых проблем не возникло.

На новом месте Саша быстро обжилась и быстро выросла до заведующей магазином. Жить стало чуть вольнее.

– Дочка, ну не век же одной куковать, – все чаще приговаривала стареющая мама. – Зачем сама себе в бабьем счастье отказываешь? Да и Танечке отец нужен.

Подумала Саша, подумала, да и согласилась с мамой. Приняла предложение строителя Вани. Парень видный, руки откуда

надо растут. И все бы ничего, вот только Саша Ваню не любила. И Ваня начал подпивать. Саша восприняла это как данность, ей не привыкать. Ванька зарплату отдавал жене, Танечку любил и баловал. А что подпивает... Так кто не пьет?

### «Я больше на неё не злюсь»

Ваня погиб, когда Саше было сорок пять. Упал на стройке с лесов и разбился. Пришел на работу в подпитии, потому и компенсации никакой Саше не положено было. Но Саша давно научилась справляться со всем сама. Да и Танюшка уже подросла, укатила в столицу судьбу свою устраивать.

Вскоре после Вани умерла и мама Клава. Осталась Саша одна. Все еще красивая, осанистая, с копной черных волос, она притя-

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





1 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1 РОССИЯ	5 5-Й КАНАЛ	НТВ НТВ	РОССИЯ К РОССИЯ К Культура	СТС СТС
 <p>00.10 «Гол на миллион». (18+)</p> <p>05.00 Телеканал «Доброе утро»</p> <p>09.00 03.00 Новости</p> <p>09.25 «Горячий лёд». Фигурное катание. Чемпионат мира-2020. Пары. Короткая программа. Женщины. Короткая программа. (0+)</p> <p>12.00 15.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>12.15 Время покажет. (16+)</p> <p>15.15 Давай поженимся! (16+)</p> <p>16.00 Мужское / Женское. (16+)</p> <p>18.00 Вечерние новости (с субтитрами)</p> <p>18.30 На самом деле. (16+)</p> <p>19.40 Пусть говорят. (16+)</p> <p>21.00 Время</p> <p>21.30 «МАГОМАЕВ». (16+)</p> <p>22.30 Премьера сезона. «Док-ток» (16+)</p> <p>23.30 Вечерний Ургант. (16+)</p> <p>00.10 «Гол на миллион». (18+)</p> <p>01.00 03.05 «Горячий лёд». Фигурное катание. Чемпионат мира-2020. Произвольная программа. Прямой эфир из Канады</p>	 <p>05.00 Утро России</p> <p>05.00 Утро России</p> <p>09.00 Вести</p> <p>09.25 Утро России</p> <p>09.55 О самом главном. (12+)</p> <p>11.00 14.00 20.00 Вести</p> <p>11.25 Вести. Местное время</p> <p>11.45 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)</p> <p>12.50 «60 минут». (12+)</p> <p>14.25 Вести. Местное время</p> <p>14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)</p> <p>Швецова временно замещает Ковина. Первое же дело заставляет её изрядно поломать голову. Погибшую Елену Фролову, отравили бытовым газом в её же квартире. Под подозрение попадает сестра Фроловой, а также приятель Елены, Степанов</p> <p>17.00 Вести. Местное время</p> <p>17.25 «60 минут». (12+)</p> <p>18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)</p> <p>20.45 Вести. Местное время</p> <p>21.00 «В ШАГЕ ОТ РАЯ». (12+)</p> <p>23.10 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)</p> <p>02.00 «ШАМАНКА». (16+)</p>	 <p>05.45 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)</p> <p>08.35 «День ангела»</p> <p>09.00 «Известия»</p> <p>09.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)</p> <p>13.00 «Известия»</p> <p>13.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)</p> <p>17.30 «Известия»</p> <p>17.45 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2». (16+)</p> <p>18.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА». (16+)</p> <p>19.20 «СЛЕД». (16+)</p> <p>23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2». (16+)</p> <p>В санатории умирает от приёма «не той» таблетки Ксения Веснина. Возникает подозрение, что таблетку подменили. У Ксении находят расписки должников, и первый среди них - Коршунов, хозяин санатория</p> <p>00.00 «Известия. Итоговый выпуск»</p> <p>00.30 «СЛЕД». (16+)</p> <p>01.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)</p> <p>03.20 «Известия»</p> <p>03.30 «СТРАСТЬ-2». (16+)</p>	 <p>18.15 «ПЁС». (16+)</p> <p>05.10 03.40 «МОСКВА: ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». (16+)</p> <p>06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)</p> <p>08.00 10.00 13.00 16.00 19.00 00.10 Сегодня</p> <p>08.20 «МОСКВА: ТРИ ВОКЗАЛА». (16+)</p> <p>09.20 10.20 «МОРСКИЕ ДЬВЯВОЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ». (16+)</p> <p>13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие</p> <p>14.00 Место встречи</p> <p>16.15 «Сегодня в Санкт-Петербурге»</p> <p>16.25 Основано на реальных событиях. (16+)</p> <p>17.15 ДНК. (16+)</p> <p>18.15 19.40 «ПЁС». (16+)</p> <p>19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»</p> <p>21.00 «ПРОСПЕКТ ОБОРОНЫ». (16+)</p> <p>23.15 «В КЛЕТКЕ». (16+)</p> <p>00.20 Захар Прилепин. Уроки русского. (12+)</p> <p>00.50 «МОРСКИЕ ДЬВЯВОЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ». (16+)</p> <p>03.15 Их нравы. (0+)</p>	 <p>12.25 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным</p> <p>06.30 07.00 07.30 10.00 15.00 15.10 19.30 23.40 Новости культуры</p> <p>06.35 Пешком...</p> <p>07.05 20.05 Правила жизни</p> <p>07.35 13.40 20.45 «Нотр-Дам-де-Пари»</p> <p>08.25 Легенды мирового кино</p> <p>08.55 «Красивая планета»</p> <p>09.10 22.25 «РОЖДЕННАЯ ЗВЕЗДОЙ»</p> <p>10.15 Наблюдатель</p> <p>11.10 01.20 XX век</p> <p>12.25 18.45 00.40 «Игра в бисер»</p> <p>13.10 23.10 «Дворянские деньги»</p> <p>14.30 «От 0 до 80»</p> <p>15.25 Моя любовь - Россия!</p> <p>15.55 «2 Верник 2»</p> <p>16.45 Запечатленное время</p> <p>17.10 XIII Зимний международный фестиваль искусств Юрия Башмета</p> <p>19.45 Главная роль</p> <p>20.30 Спокойной ночи, малыши!</p> <p>21.40 Энигма</p> <p>00.00 Черные дыры. Белые пятна</p> <p>02.35 Pro memoria</p>	 <p>09.40 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-3». (16+)</p> <p>06.00 Ералаш. (0+)</p> <p>06.15 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)</p> <p>06.35 «Охотники на троллей». (6+)</p> <p>07.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)</p> <p>08.00 «КОРНИ». (16+)</p> <p>09.00 «Уральские пельмени». (16+)</p> <p>09.40 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-3». (16+)</p> <p>12.00 «КУХНЯ». (12+)</p> <p>19.00 «КОРНИ». (16+)</p> <p>20.00 «РОСОМАХА: БЕССМЕРТНЫЙ». (16+)</p> <p>22.30 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-4». (16+)</p> <p>Риггз ждёт, как он надеется, рождения сына, а Роджер - внука. Им дали звания капитанов, оба уже ощущают возраст, но без приключений жить не могут</p> <p>01.00 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-2». (12+)</p> <p>03.00 «ЛЮБОВЬ ПРЕТ-А-ПОРТЕ». (12+)</p> <p>04.20 «Тайна далёкого острова». (6+)</p> <p>04.50 «Дикие лебеди». (0+)</p> <p>05.45 Ералаш. (0+)</p>
ТВЦ ТВЦ	ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА	ОТР ОТР	РЕН РЕН	ТВ-3 ТВ-3	ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ
<p>06.00 «Настроение»</p> <p>08.10 «Доктор И...» (16+)</p> <p>08.45 «СВАДЕБНОЕ ПЛАТЬЕ». (12+)</p> <p>10.55 «Актёрские судьбы. Зоя Фёдорова и Сергей Лемешев». (12+)</p> <p>11.30 14.30 17.50 22.00 События</p> <p>11.50 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО». (12+)</p> <p>13.40 04.55 «Мой герой». (12+)</p> <p>14.50 Город новостей</p> <p>15.05 03.25 «ОТЕЦ БРАУН». (16+)</p> <p>16.55 «Естественный отбор». (12+)</p> <p>18.15 «ВСКРЫТИЕ ПОКАЖЕТ». (16+)</p> <p>22.35 02.20 «10 самых...» (16+)</p> <p>23.05 01.35 «Актёрские драмы. На осколках славы». (12+)</p> <p>00.00 События. 25-й час</p> <p>00.35 Петровка, 38. (16+)</p> <p>00.55 «90-е. Весёлая политика». (16+)</p> <p>02.45 «Дамские негодники». (16+)</p> <p>05.30 «Осторожно, мошенники!» (16+)</p>	<p>06.00 «Сегодня утром». (12+)</p> <p>08.00 Новости дня</p> <p>08.25 «Акула» императорского флота». (6+)</p> <p>09.00 «БРАТ ЗА БРАТА». (16+)</p> <p>10.00 Военные новости</p> <p>10.05 «БРАТ ЗА БРАТА». (16+)</p> <p>13.00 Новости дня</p> <p>13.15 «БРАТ ЗА БРАТА». (16+)</p> <p>14.00 Военные новости</p> <p>14.05 «БРАТ ЗА БРАТА». (16+)</p> <p>18.00 21.15 Новости дня</p> <p>18.30 «Специальный репортаж». (12+)</p> <p>18.50 «Подводный флот Великой Отечественной войны». (12+)</p> <p>19.40 Легенды телевидения. (12+)</p> <p>20.25 «Код доступа». (12+)</p> <p>21.30 «Открытый эфир». (12+)</p> <p>23.05 «Между тем» с Наталей Метлиной. (12+)</p> <p>23.40 «Неустршимый. Подводная война Петра Грищенко». (12+)</p> <p>00.35 «СЛУШАТЬ В ОТСЕКАХ». (12+)</p> <p>02.55 «Экспедиция особого забвения». (12+)</p> <p>03.40 «ТАЙНАЯ ПРОГУЛКА». (12+)</p>	<p>05.20 09.15 «Календарь». (12+)</p> <p>06.00 18.35 «Домашние животные с Григорием Манёвым». (12+)</p> <p>06.25 «За строчкой архивной...» (12+)</p> <p>06.50 «Крот и ковер». (0+)</p> <p>07.00 09.00 11.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 20.00 22.00 01.00 04.00 Новости</p> <p>07.05 22.05 «Прав!Да?» (12+)</p> <p>08.00 17.05 «Советские фетиши. Автомобили». (12+)</p> <p>09.55 «Среда обитания». (12+)</p> <p>10.05 11.05 23.00 «СНЕЖНЫЙ АНГЕЛ». (12+)</p> <p>12.05 13.20 19.00 20.30 «ОТ-Ражение»</p> <p>15.15 02.00 «ТРОЕ ПРОТИВ ВСЕХ». (12+)</p> <p>16.50 «Медосмотр». (12+)</p> <p>18.05 «Моя история». (12+)</p> <p>01.15 «Вспомнить всё». (12+)</p> <p>01.45 «Живое русское слово». (12+)</p> <p>03.30 «Большая наука». (12+)</p> <p>04.15 «Большая страна». (12+)</p>	<p>05.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</p> <p>06.00 09.00 «Документальный проект». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)</p> <p>13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Неизвестная история». (16+)</p> <p>17.00 03.20 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>20.00 «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ». (16+)</p> <p>22.00 «Обратная сторона планеты». (16+)</p> <p>00.30 «ЗОЛОТО ДУРАКОВ». (16+)</p>	<p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.20 «Слепая». (16+)</p> <p>11.00 Гадалка. (16+)</p> <p>12.00 Не ври мне. (12+)</p> <p>15.00 Мистические истории. (16+)</p> <p>16.00 Гадалка. (16+)</p> <p>17.00 «Очевидцы». (16+)</p> <p>17.30 «Слепая». (16+)</p> <p>18.30 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)</p> <p>20.30 «КАСЛ». (12+)</p> <p>23.00 «ПОСЛЕДНИЙ ЛЕГИОН». (12+)</p> <p>В 476 году нашей эры Рим пал. Двенадцатилетний Ромул Август, последний император Римской Империи вместе со своим учителем Амвросием заключён в темницу на острове Капри. Там, в подземелье, Ромул находит меч, некогда принадлежавший его предку Юлию Цезарю. Этот могучий клинок, что выкован из метеоритного железа, дастся в руки только своему настоящему хозяину</p> <p>01.15 «ПЯТАЯ СТРАЖА: СХВАТКА». (16+)</p> <p>04.30 «Тайные знаки». (16+)</p>	<p>06.30 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)</p> <p>07.20 «По делам несовершеннолетних». (16+)</p> <p>08.20 «Давай разведёмся!» (16+)</p> <p>09.25 «Тест на отцовство». (16+)</p> <p>11.30 «Реальная мистика». (16+)</p> <p>12.35 02.25 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>14.30 «Порча». (16+)</p> <p>15.00 «ЖИВАЯ ВОДА». (16+)</p> <p>Ольга ссорится с мужем Александром, который зовёт семью переехать из города на ферму в деревню. Муж уезжает один и погибает при загадочных обстоятельствах. Ольга решает выяснить, действительно ли муж утонул в озере</p> <p>19.00 «О ЧЁМ НЕ РАССКАЖЕТ РЕКА». (16+)</p> <p>23.05 «ЛАСТОЧКИНО ГНЕЗДО». (16+)</p> <p>01.55 «Порча». (16+)</p> <p>03.50 «Реальная мистика». (16+)</p> <p>04.40 «Тест на отцовство». (16+)</p> <p>06.15 «6 кадров». (16+)</p>

● Сериалы ● Фильмы (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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. 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



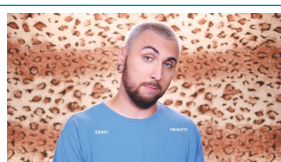
ТНТ-СПБ



13.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)

07.00 ТНТ. Gold. (16+)  
09.00 Дом-2. Lite. (16+)  
10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)  
11.30 Бородина против Бузовой. (16+)  
12.30 Дом-2. Спаси свою любовь. (16+)  
**13.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ».** (16+)  
**15.00 «УНИВЕР».** (16+)  
18.00 Однажды в России. (16+)  
**20.00 «ПАТРИОТ».** (16+)  
Премьера! Ленка скандалит с родителями и устраивает встречу с подписчиками. Геру, Стаса, Валеру и Люсю держит в заложниках инвалид  
**21.00 «ШТОРМ».** (16+)  
23.10 Дом-2. Город любви. (16+)  
00.10 Дом-2. После заката. (16+)  
01.15 «Stand Up». (16+)  
02.00 ТНТ-Club. (16+)  
02.05 «Stand Up». (16+)  
03.45 «Открытый микрофон». (16+)

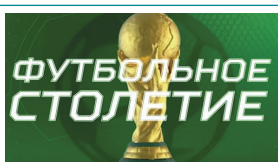
ЧЕ



00.00 «+100500». (18+)

06.00 «Улетное видео». (16+)  
**06.10 «ДОЗНАВАТЕЛЬ».** (16+)  
08.00 «Дорожные войны». (16+)  
09.00 «Остановите Витю!» (16+)  
09.30 «Дорожные войны 2.0». (16+)  
10.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)  
11.30 «Дорожные войны 2.0». (16+)  
12.00 «+100500». (16+)  
13.30 «Улетное видео». (16+)  
15.00 «Вне закона. Преступление и наказание». (16+)  
16.30 «Решала». (16+)  
18.30 «Остановите Витю!» (16+)  
19.00 «Дорога». (16+)  
21.00 «Решала». (16+)  
23.00 «Опасные связи». (18+)  
00.00 «+100500». (18+)  
**01.00 «ДОЗНАВАТЕЛЬ».** (16+)  
02.50 «Улетное видео». (16+)

МАТЧ!



19.30 Футбольное столетие. (12+)

06.00 Кёрлинг. Россия - Китай  
07.30 Обзор Лиги чемпионов. (12+)  
08.00 08.55 11.00 13.05 16.20 19.25 Новости  
08.05 13.10 15.35 00.55 Все на Матч!  
09.00 Профессиональный бокс. (16+)  
11.05 Футбол. «Бавария» - «Челси». (0+)  
13.35 Футбол. «Барселона» - «Наполи». (0+)  
16.00 «Журнал Тинькофф РПЛ. Перед туром». (12+)  
16.25 Континентальный вечер  
16.50 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Восток»  
19.30 Футбольное столетие. (12+)  
20.00 Все на футбол!  
20.45 Футбол. «Хетафе» - «Интер»  
22.50 Футбол. «Рома» - «Севилья»  
01.35 Смешанные единоборства. (16+)

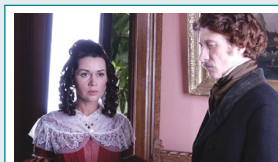
СПБ



15.40 «НЕВЕСТА С ЗАПРАВКИ». (12+)

06.55 07.05 08.05 09.05 Утро в Петербурге. (16+)  
07.00 08.00 09.00 10.00 11.00 13.00 15.00 18.00 22.00 03.25 «Новости». (16+)  
10.05 «Культурная эволюция». (16+)  
**10.35 11.15 12.05 13.15 14.00 «УХОДЯЩАЯ НАТУРА».** (16+)  
11.45 13.30 18.30 Время суток. (12+)  
13.10 15.10 22.25 03.50 Новости спорта. (12+)  
14.10 «Великие полководцы». (12+)  
14.50 Губернаторский контроль. (6+)  
15.20 Четвертая студия. (6+)  
**15.40 «НЕВЕСТА С ЗАПРАВКИ».** (12+)  
17.45 «Морские вести». (12+)  
18.20 Бизнес-Петербург. (12+)  
18.50 Пульс города. (12+)  
19.00 Улица Правды. (16+)  
**20.00 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО».** (16+)  
22.35 Вектор успеха. (12+)  
22.45 «Андрей Мягков». (16+)  
**23.55 «ГАРАЖ».** (12+)  
**01.45 «НЕУДАЧНИК АЛЬФРЕД».** (12+)

ЛЕНТВ 24



22.40 «ГОГОЛЬ: БЛИЖАЙШИЙ». (12+)

06.00 07.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 21.00 22.00 «Новости». (6+)  
06.20 13.15 16.15 19.20 00.45 «Студия 1». (6+)  
06.50 07.20 19.45 22.20 01.15 «Спорт». (6+)  
06.55 07.25 13.55 19.55 22.30 01.25 «Экономика». (6+)  
07.30 Простые решения. (12+)  
11.00 04.40 «Медицинская правда». (16+)  
11.25 12.02 «Блеск и слава Древнего Рима». (12+)  
12.15 «Правда ли?» (16+)  
**14.02 15.02 05.10 «БЕССМЕРТНИК».** (16+)  
15.45 00.30 «Оружие». (12+)  
16.55 19.50 22.25 01.20 «Политика». (6+)  
17.02 «Ветеринарная клиника». (16+)  
**17.30 18.02 «ТЫ НЕ ОДИН».** (16+)  
**20.02 21.02 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ КАМИЛЛЫ».** (16+)  
21.30 «Секретные материалы». (16+)  
**22.40 «ГОГОЛЬ: БЛИЖАЙШИЙ».** (12+)

78 КАНАЛ



22.15 «Итоги дня». (16+)

06.00 06.30 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 13.00 18.00 18.55 23.00 23.40 «Итоги дня 78». (12+)  
06.10 06.35 07.10 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 11.10 11.35 «Полезное утро». (12+)  
12.15 13.15 «Семейная программа». (12+)  
14.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+)  
14.30 Сделано в СССР. (12+)  
15.00 «Середина дня». (12+)  
16.00 «Эликсир молодости». (12+)  
17.30 «Земля. Территория загадок». (12+)  
18.10 23.55 «Телекурьер». (12+)  
19.15 21.50 «Болеем за наших!» (12+)  
19.30 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (16+)  
22.15 «Итоги дня». (16+)  
00.35 «Неспящие». (12+)  
01.35 «Стоунхендж». (12+)

## СТРАНА СОВЕТОВ

Стиральная машина – один из самых используемых домашних приборов, поэтому и загрязняются её внутренние части довольно быстро.

Лоток стиральной машинки, бак, сливные патрубки и сливной шланг нуждаются в регулярной очистке. Сегодня речь пойдет об очистке лотка стиральной машины.

# 5 способов очистки лотка стиральной машины

## 1 С использованием жёсткой щётки

Если сильных загрязнений в лотке нет, можно просто промыть лоток щеткой. Для этого нужно извлечь лоток из машины. Большая часть стиральных машин имеют прямой прямоугольный лоток с блокирующим его язычком, который частично закрывает отсек для ополаскивателя. Надавите пальцем на язычок, потяните лоток на себя, чтобы его извлечь. Извлеченный лоток потрите жесткой щеткой и промойте под струей воды.

● **Для какого случая подходит?** Когда лоток не имеет известковых отложений и затвердевших остатков порошка.

● **В чём преимущества?** Простота.

● **В чём недостатки?** Можно не рассчитать с жесткостью щетки и поцарапать поверхность.

Когда появились стиральные машины – стали пропадать носки. Затем изобрели посудомоечные, и у многих стали исчезать чайные ложки. Интересно, каким будет следующий портал в параллельный мир?..

## 2 С использованием бытовой химии

Можно попробовать удалить загрязнения в лотке при помощи фабричной бытовой химии. Для этого стоит приобрести средство, предназначенное для очистки внутренних стиральной машины. Достаньте лоток из машины, замочите его с приобретенным средством, соблюдая указания на этикетке.

● **Для какого случая подходит?** Умеренные и сильные загрязнения, накипь, окаменевший порошок.

● **В чём преимущества?** Удобно, быстро.

● **В чём недостатки?** Фабричные средства недешевы.

## 3 С использованием соды

Приготовьте раствор: в половине стакана воды растворите такое же количество соды. Извлеките лоток, положите его в подходящую емкость, залейте раствором. Оставьте на пару часов, потрите губкой, промойте водой.

● **Для какого случая подходит?** Для удаления умеренных загрязнений.

● **В чём преимущества?** Экономично, доступно, экологично.

● **В чём недостатки?** Не подходит, если время на чистку ограничено.

## 4 С использованием уксуса

Можно использовать домашние универсальные средства, например, уксус. Разведите в пластиковой емкости 1 литр горячей воды и 250 мл 9-процентного уксуса. Замочите лоток в растворе и оставьте на ночь. Утром удалите остатки загрязнений при помощи воды и губки.

● **Для какого случая подходит?** Для удаления умеренных загрязнений.

● **В чём преимущества?** Экономично, доступно, экологично.

● **В чём недостатки?** Значительные загрязнения, требуют несколько обработок.

## 5 С использованием лимонной кислоты

Засыпьте 2-3 столовые ложки лимонной кислоты в лоток для порошка и запустите «холостую» стирку при температуре 60 градусов.

● **Для какого случая подходит?** Для удаления умеренных загрязнений.

● **В чём преимущества?** Поможет очистить не только лоток, но и патрубки.

● **В чём недостатки?** Не подходит для частого использования.

Светлана СИДОРЧУК



## КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
<b>06.10</b> «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+) <b>08.15</b> «К-9: СОБАЧЬЯ РАБОТА». (12+) <b>10.05</b> «СОЦИАЛЬНАЯ СЕТЬ». (16+) <b>12.15</b> «ДРУГИЕ». (16+) <b>14.05</b> «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ». (6+) <b>15.55</b> «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ-2». (6+) <b>17.55</b> «ЧЕЛОВЕК-ПАУК». (12+) США, 2002 г. <b>20.10</b> «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-2». (12+) США, 2004 г. <b>22.30</b> «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-3». (12+) <b>01.00</b> «МОЙ МАЛЬЧИК». (12+) <b>02.45</b> «ГОСПОЖА БОВАРИ». (16+) <b>04.40</b> «СУПЕР БРИС». (16+)	<b>08.00</b> «СОБИБОР». (12+) <b>10.15</b> «НЕВЕСТА ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (16+) <b>12.05</b> «Карлик Нос». Мультфильм. (12+) <b>13.35</b> «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕВАНШ». (16+) <b>16.05</b> «ПОДАРОК С ХАРАКТЕРОМ». (6+) <b>17.40</b> «ПОМНЮ - НЕ ПОМНЮ!». (12+) <b>19.00, 20.00</b> «МЕТОД ЛАВРОВОЙ». (16+) <b>20.55</b> «ТЕРРИТОРИЯ». (12+) Россия, 2014 г. <b>23.50</b> «КАК ВИТЬКА ЧЕСНОК ВЕЗ ЛЕХУ ШТЫРЯ В ДОМ ИНВАЛИДОВ». (18+) <b>01.30</b> «ДУХLESS». (18+) <b>03.10</b> «УБЕЖАТЬ, ДОГНАТЬ, ВЛЮБИТЬСЯ». (12+) <b>04.50</b> «ЭЛАСТИКО». (16+)	<b>05.35</b> «ВАС ВЫЗЫВАЕТ ТАЙМЫР». (6+) <b>07.20</b> «СВАТЫ». (16+) <b>11.00</b> Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+) <b>13.30</b> «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (6+) <b>18.35</b> «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (6+) <b>20.05</b> «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ИТАЛЬЯНЦЕВ В РОССИИ». (12+) СССР, 1973 г. В ролях: Андрей Миронов, Нинетто Даволи, Антония Сантilli <b>22.00</b> Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+) <b>00.30</b> «МУЖИКИ!..» (6+) <b>02.15</b> «ИЮЛЬСКИЙ ДОЖДЬ». (12+) <b>04.00</b> «ТАЙНА ВИЛЛЫ «ГРЕТА»». (12+)	<b>06.00</b> Четыре свадьбы. (16+) <b>06.50, 07.35, 15.15, 16.00</b> Проект Подиум. (16+) <b>08.20, 13.25, 18.55</b> Правила моей кухни. (16+) <b>09.30, 16.45</b> Холостяк. (16+) <b>10.55</b> «ШИК!» (16+) Франция, 2014 г. В ролях: Фанни Ардан, Марина Хэнди <b>12.40, 14.30, 18.10</b> Проект Подиум. Все звезды. (16+) <b>20.00, 20.45, 00.10, 00.55</b> «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+) <b>21.30, 21.55, 03.30, 03.55</b> «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+) <b>22.20, 02.45</b> «АМНЕЗИЯ». (16+) <b>23.05, 01.40</b> «ВЕРСАЛЬ». (18+) <b>04.20</b> «БОЛЬШОЙ ПАПА». (16+)		

ИЛЛЮЗИОН+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	РОДНОЕ КИНО
<b>01.25</b> «ДОБЕЙСЯ УСПЕХА». (12+) <b>02.55</b> «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+) <b>04.25</b> «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+) <b>06.00</b> «ГЕРЦОГИНЯ». (16+) <b>07.40</b> «ВСЁ САМОЕ ЛУЧШЕЕ». (16+) <b>09.10</b> «СПОКОЙНОЙ НОЧИ». (16+) <b>10.40</b> «БЛИЗНЕЦЫ». (16+) <b>12.20</b> «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ». (12+) <b>13.55</b> «ЗАЩИТНИК». (16+) <b>15.35</b> «РОКОВАЯ СТРАСТЬ». (16+) <b>17.25</b> «ПРИРОЖДЕННЫЙ ГОНЩИК». (16+) <b>19.00</b> «ЧЕРТОВ ПОХОРОН И ОДНА СВАДЬБА». (16+) <b>20.30</b> «В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (16+) <b>22.00</b> «ТЫ НЕ ТЫ». (16+) <b>23.35</b> «КРОВНЫЙ ОТЕЦ». (18+)	<b>00.15</b> «СУМАСШЕДШАЯ ПОМОЩЬ». (16+) <b>02.10</b> «ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ». (16+) <b>05.35</b> «ПЛОМЕРЫ-ГЕРОИ». (16+) <b>07.20</b> «НЕБЕСА ОБЕЦОВАННЫЕ». (16+) <b>09.30</b> «СНЕЖНЫЙ АНГЕЛ». (12+) <b>11.30</b> «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+) <b>13.15</b> «ВОРОТНИЧОК». (16+) <b>13.45</b> «ПРОДАЕТСЯ ДАЧА». (16+) <b>15.35</b> «ПЕРВЫЕ НА ЛУНЕ». (16+) <b>16.55</b> «ТРУША». (16+) <b>17.25</b> «ГЕРОЙ». (16+) <b>18.50</b> «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+) <b>20.40</b> «ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ». (16+) <b>21.00</b> «ИГРА». (16+) <b>22.45</b> «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ». (16+)	<b>04.50</b> «СКАНДИНАВСКИЙ ФОРСАЖ. ГОНКИ НА ЛЬДУ». (16+) <b>06.40</b> «ИСПОВЕДЬ НЕВИДИМКИ». (12+) <b>08.35</b> «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ СПЛИШКОМ МАЛО ЗНАЛ». (16+) <b>10.30</b> «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ФАКИРА». (16+) <b>12.15</b> «ЧЕРНЫЙ РЫЦАРЬ». (12+) <b>14.05</b> «СПРОСИТЕ СИНДИ». (16+) <b>15.55</b> «ЛЕГОК НА ПОМИНЕ». (12+) <b>17.35</b> «Я НИКОГДА НЕ БУДУ ТВОЕЙ». (16+) <b>19.30</b> «ЛЮБОВЬ С СУВЕДОМЛЕНИЕМ». (16+) <b>21.20</b> «ДЕВУШКА ИЗ ДЖЕРСИ». (16+) <b>23.20</b> «МОДНАЯ ШТУЧКА». (12+)	<b>00.00</b> «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ». (12+) <b>01.40</b> «ТАРТИФ». (6+) <b>03.50</b> «ОТЕЛЪ» ПОГИБШЕГО АЛЬПИНИСТА». (12+) <b>05.25</b> «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (12+) <b>07.10</b> «МЕНЯ ЗОВУТ АРЛЕКИНО». (16+) <b>09.45</b> «ИСКАТЕЛИ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (12+) <b>12.00</b> «ЛЮБОВНИК». (16+) <b>14.00</b> «РАСПИСАНИЕ НА ПОСЛЕЗАВТРА». (12+) <b>15.40</b> «ОДИН И БЕЗ ОРУЖИЯ». (16+) <b>17.10</b> «ПИКОВАЯ ДАМА». (12+) <b>19.00</b> «КЛАССИК». (16+) <b>21.00</b> «МЕДВЕЖИЙ ПОЦЕЛУЙ». (16+) <b>22.55</b> «В НЕБЕ «НОЧНЫЕ ВЕДЬМЫ». (6+)

## супер

СУПЕР	ФЕНИКС+КИНО	СТС LOVE	TV 21 ВЕК
<b>06.00</b> «ОСТРОВ». (16+) <b>07.55</b> Прогноз погоди. (0+) <b>08.00</b> «ОСТРОВ». (16+) <b>09.00</b> «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+) <b>11.00</b> «ФИТНЕС». (16+) <b>13.00</b> «ГРАНД». (16+) <b>16.00</b> «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+) <b>18.00</b> «ДЕФОНЧКИ». (16+) <b>19.25</b> Прогноз погоди. (0+) <b>19.30</b> «ДЕФОНЧКИ». (16+) <b>20.00</b> «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+) <b>22.00</b> «БРАТЬЯ ПО ОБМЕНУ». (12+) <b>Сериал. Россия, 2013 г.</b> <b>00.00</b> «ОСТРОВ». (16+)	<b>08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00</b> «ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ». (16+) <b>10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00</b> «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+) <b>12.00, 13.00, 20.00, 21.00</b> «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+) <b>Сериал. Португалия, 2019 г.</b> <b>14.00, 22.00, 06.00</b> «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+) <b>15.00, 23.00, 07.00</b> «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+) <b>04.00</b> «ДВОЕ ИЗ ЛАРЦА-2». (16+) <b>05.00</b> «ГАЛИНА». (16+)	<b>06.00</b> «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+) <b>08.00</b> «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+) <b>15.00</b> «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+) <b>18.40</b> «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (12+) <b>23.00</b> Сердца за любовь. (16+) <b>00.25</b> Лавлавсар. (16+) <b>02.05</b> Даёшь молодёжь! (16+) <b>04.05</b> «РАНЕТИКИ». (16+) <b>04.55</b> Ералаш. (0+) <b>05.20</b> «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)	<b>10.00, 18.00, 02.00</b> «ФОРТИТЬЮД». (18+) <b>10.55, 18.55, 02.55</b> «ДЕВУШКА ИЗ МОАКОВ». (16+) <b>Драма, комедия, Франция, 2008 г.</b> <b>12.30, 20.30, 04.30</b> «ВИТА И ВИРДЖИНИЯ». (18+) <b>14.20, 22.20, 06.20</b> «ВЫСШЕЕ ОБЩЕСТВО». (18+) <b>Фантастика, триллер, Великобритания, Франция, 2018 г.</b> <b>16.15, 00.15, 08.15</b> «ДИКАЯ ИСТОРИЯ». (18+) <b>Триллер, комедия, Испания, Аргентина, 2016 г.</b>

## УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
<b>09.50, 14.00, 18.00</b> Огород круглый год. (12+) <b>10.10</b> Готовим на природе. (12+) <b>10.20</b> Паштет. (12+) <b>10.40</b> Флористика. (12+) <b>10.55</b> Ландшафтные эксперименты. (12+) <b>11.25, 15.40, 21.45</b> Постное меню. (12+) <b>11.40</b> Частный сектор. (12+) <b>12.10</b> Дизайн своими руками. (12+) <b>12.45</b> Искусство в интерьере. (12+) <b>13.00, 17.15, 20.45</b> История одной культуры. (12+) <b>13.30</b> ЗаСаДа. (12+) <b>14.20</b> Детская мастерская. (12+) <b>14.35</b> Не просто суп! (12+) <b>15.10</b> Высший сорт. (12+) <b>15.50</b> Сравнительный анализ. (12+) <b>15.55</b> Букет на обед. (12+) <b>16.10</b> Дачный эксклюзив. (12+) <b>16.40</b> Самогон. (16+) <b>17.00</b> Закуски. (12+) <b>17.40</b> Садовый доктор. (12+) <b>18.15</b> Сельсовет. (12+) <b>18.30</b> Цветники. (12+) <b>19.00</b> Городские дачники. (12+) <b>19.30</b> Фитоаптека. (12+) <b>20.00</b> Керамика. (12+) <b>20.15</b> Топ-10. (12+) <b>21.15</b> Домашняя экспертиза. (12+) <b>22.00</b> Деревянная Россия. (12+) <b>22.30</b> Дачные радости. (12+) <b>23.00</b> Обнови свой сад. (12+)	<b>06.00</b> Донка против фидера. (16+) <b>06.30, 18.35, 22.40</b> На охотничьей тропе. (16+) <b>06.55, 14.50, 19.05, 23.10</b> Рыбалка с Нормундом Грабовским. (12+) <b>07.30, 11.30, 15.25, 19.35, 23.45</b> Фотоохота с Евгением Полонским. (16+) <b>08.00, 12.00, 15.55, 20.10, 00.10</b> Охота с луком. (16+) <b>08.30</b> Охота в Белоруссии. (16+) <b>09.05</b> Вкусные рецепты охотника. (12+) <b>09.35</b> Камера, мотор... рыба! (16+) <b>10.05</b> Прибалтийский лосось. (16+) <b>10.35</b> Горная охота в Болгарии. (16+) <b>11.00</b> Рыболовная школа для взрослых. (12+) <b>12.30</b> Охота по-фински. (12+) <b>13.05</b> Россия заповедная. (16+) <b>13.35</b> Сезон охоты. (16+) <b>14.05</b> Рыболовная Россия. (16+) <b>14.35</b> Профессиональная рыболовная лига-2019. (12+) <b>16.25</b> Секреты «трудных» водоемов. (12+) <b>17.00</b> Стратегия охоты с Сергеем Астаховым. (12+) <b>17.30</b> Морская охота. (16+) <b>18.00</b> На рыбалку с охотой. (12+) <b>20.40</b> Азбука поплавочной ловли с Александром Дунаевым. (12+) <b>21.05</b> Сам себе охотник. (16+) <b>21.40</b> Мир рыболова. (12+) <b>22.10</b> Ледовые тропы рыбалки. (16+)	<b>00.00, 13.30</b> Наперекор мифам с доктором Холли. (12+) <b>00.30, 10.00, 18.30</b> Фитнес-бикини. (12+) <b>01.30, 11.00, 19.30</b> Табата-Хард. (12+) <b>02.00, 11.30, 20.00</b> Пилатес Intensive. (12+) <b>Специальный силовой курс, направленный на проработку всех групп мышц одновременно. Минимум амплитуды - максимум ощущений. Даёт видимые результаты при коррекции проблемных зон, за счет расщепления жира в глубоких слоях тканей.</b> <b>02.30, 12.30, 20.30</b> Zumba. (12+) <b>03.00, 13.00, 21.00</b> Боди-балет. (12+) <b>03.30, 14.00, 21.30</b> Умный фитнес. (12+) <b>04.00, 06.00, 08.00</b> Мистер Драйв. (12+) <b>04.15, 06.15, 08.15</b> Утренний заряд с Димой Брагинным. (12+) <b>04.30, 06.30, 08.30</b> Блогеры: инструкция по применению. (16+) <b>04.45, 06.45, 08.45</b> Худеем вкусно. (6+) <b>05.00, 07.00, 09.00</b> YogaУтро. (6+) <b>05.30, 07.30, 09.30, 17.30</b> «Скульптурное лицо» с Викторией Щепляевой. (12+) <b>12.00, 23.30</b> Первокласный фитнес. (6+) <b>14.30, 22.00</b> Дыхание стретчинга. (12+) <b>15.00, 22.30</b> Пилатес изнутри. (6+) <b>16.00</b> Худеем с Мариной Корпан. (12+) <b>16.30</b> Йогалатес. (12+) <b>18.00</b> YogaВечер. (6+)

## ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР	ПЯТНИЦА	Ю	РЕТРО
<b>06.00</b> «ЗАКОН И ПОРЯДОК. ПРЕСТУПНЫЙ УМУСЕЛ». (16+) <b>08.50, 10.10, 21.50</b> «НОВАЯ ЖИЗНЬ СЫЩИКА ГУРОВА. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+) <b>10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45</b> Новости <b>13.15</b> Дела судебные. Деньги верните! (16+) <b>14.10</b> Дела судебные. Битва за будущее. (16+) <b>15.05</b> Дела судебные. Новые истории. (16+) <b>16.15</b> Приговор! (16+) <b>17.15, 19.20</b> «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+) <b>Сериал. Детектив, криминальный фильм, фильм о животных, Россия, 2014 г.</b> <b>19.55</b> Телеигра «Игра в кино». (12+) <b>21.10</b> Всемирные игры разума. (12+) <b>00.00</b> Ночной экспресс. (12+) <b>01.00</b> Камень, ножницы, бумага. (16+) <b>02.00</b> Охотники за привидениями. (16+) <b>02.30</b> Города Беларуси. (16+) <b>03.25</b> Концерт. (16+) <b>04.50</b> Ели у Емели. (16+) <b>05.20</b> Здоровье. (16+)	<b>05.00</b> На ножах. (16+) <b>06.55</b> Школа доктора Комаровского. (12+) <b>07.30</b> Утро Пятницы. (16+) <b>08.30</b> «ДОКТОР ХАУС». (16+) <b>11.00</b> На ножах. (16+) <b>13.00</b> Адская кухня. (16+) <b>15.00</b> Мир наизнанку. Бразилия. (16+) <b>19.00</b> Любовь на выживание. (16+) <b>Экстремальный тест-драйв отношений! Влюбленные пары отправились в Камбоджу, чтобы проверить свои чувства на прочность и выиграть деньги. Но ведущая проекта Айза Анохина подготовила для их любви настоящий краш-тест! Выдержат ли чувства участников испытания страхом, ревностью и предательством? Насколько высока цена настоящей любви?..</b> <b>20.30</b> Мир наизнанку. Китай. (16+) <b>21.30</b> Мир наизнанку. Бразилия. (16+) <b>23.00</b> «ДОКТОР ХАУС». (16+) <b>01.40</b> Пятница News. (16+) <b>02.10</b> Битва салонов. (16+) <b>03.50</b> На ножах. (16+)	<b>05.00</b> Папа попал. (12+) <b>09.15</b> Невеста для папы. (16+) <b>11.15</b> Мастершеф. (16+) <b>15.20</b> Моя свекровь - монстр. (16+) <b>Реалити-шоу, в котором 5 команд, состоящих из свекровей и их невесток, поборются за звание «Лучшая хозяйка» и приз в 100 тысяч рублей.</b> <b>17.30</b> Дорогая, я забил. (12+) <b>Папе, который уже давно забил, скинув детей и быт на супругу, предоставляется возможность перезагрузить семейные отношения. Если глава семьи сделает долгожданный ремонт и выполнит все задания, семья получит 100 тысяч рублей.</b> <b>20.40</b> Мастершеф. (16+) <b>00.55</b> «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+) <b>Сериал. США, Канада, 2005 г.</b> <b>02.35</b> Я стесняюсь своего тела. (16+) <b>04.00</b> Europa plus чарт. (16+) <b>04.50</b> Обмен жёнами. (16+)	<b>06.00, 22.05</b> Сыны России: Русский Гораций. (12+) <b>06.30, 23.40</b> «ПОСЕТИТЕЛЬ МУЗЕЯ». (12+) <b>08.50</b> Мультфильмы. (0+) <b>09.25, 13.00</b> Мультфильм. (6+) <b>09.50, 22.35</b> Шостакович крупным планом. (12+) <b>11.00</b> Сыны России: Русский подарок Америке. Владимир Зворыкин. (12+) <b>11.30, 03.40</b> «ИНСПЕКТОР ГАИ». (16+) <b>13.20</b> «Горячий камень». Мультфильм. (0+) <b>13.40</b> «Мы ищем кляксу». Мультфильм. (0+) <b>14.05, 02.25</b> Сыны России: Поверх барьеров. Илья Мечников. (12+) <b>14.35, 02.25</b> «713-И ПРОСИТ ПОСАДКУ». (16+) <b>16.00</b> «ЛЕДИ ИСЧЕЗАЕТ». (16+) <b>00.55</b> Сыны России: Шестое чувство Александра Лодыгина. (12+) <b>18.25, 05.00</b> Русская классика. (12+) <b>18.40</b> «ГОНЩИКИ». (12+) <b>20.10</b> «ПУТЕШЕСТВИЕ С АНИТОЙ». (16+) <b>05.25</b> Мультфильм. (12+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC
<b>00.00</b> Час истины. (12+) <b>01.00, 01.10</b> Время Победы. (12+) <b>01.15</b> По законам чести. Из истории дуэлей. (12+) <b>01.30</b> Российские военные в начале XX века. (12+) <b>02.00</b> Рельсовая война. (12+) <b>02.25</b> Художники. Сила кисти. (12+) <b>03.30</b> На пути к Великой Победе. (12+) <b>04.00, 06.00</b> «НАПОЛЕОН». (16+) <b>08.00</b> Цивилизации. (12+) <b>09.05, 17.55</b> Историограф. (12+) <b>09.55</b> Диверсанты. (12+) <b>10.50</b> Антагонисты. Соперники в искусстве. (12+) <b>11.55</b> Древние цивилизации. (12+) <b>12.50</b> Семь дней истории. (12+) <b>13.00</b> Апокалипсис. Нескончаемая война 1918-1926. (16+) <b>13.55</b> Обыкновенная История. (6+) <b>14.05</b> Наследие цивилизаций. Древняя Азия. (12+) <b>15.00</b> Три города, покорившие мир. Амстердам, Лондон, Нью-Йорк. (12+) <b>16.00</b> Тайны соборов. (12+) <b>18.45</b> Тайны викингов. (12+) <b>20.00</b> Историада. (12+) <b>21.00</b> Рельсовая война. (12+) <b>21.30</b> Семь дней истории. (12+) <b>21.40</b> Истории искусств. Душа памятников. (12+) <b>22.35</b> На пути к Великой Победе. (12+) <b>23.05</b> Майя. Рождение легенды. (12+)	<b>06.05, 06.55</b> Запретная история. (12+) <b>07.50</b> Возвращение Черной смерти. (12+) <b>08.40, 09.35</b> Шпионаж за монархами. (12+) <b>10.25, 11.30, 12.40</b> Королевский двор изнутри. (12+) <b>13.45, 14.35</b> Военные заводы. (12+) <b>15.25, 16.15, 17.00</b> Настоящая игра престолов. (12+) <b>17.50, 18.15, 18.40</b> Родовые проклятья. (12+) <b>19.10</b> Тайная война. (12+) <b>20.05</b> Запретная история. (12+) <b>Документальный сериал, Великобритания, 2013 г.</b> <b>21.00</b> Свидетели резни: Нанкин 1937. (12+) <b>Документальный сериал, Великобритания, 2016 г.</b> <b>22.00</b> Хит-парад военной техники <b>Документальный сериал, Великобритания, 2015 г.</b> <b>23.05</b> Настоящая игра престолов. (16+) <b>Документальный сериал, Франция, 2018 г.</b> <b>23.55</b> Запретная история. (12+) <b>00.45</b> Тайная война. (12+) <b>01.40</b> Свидетели резни: Нанкин 1937. (12+) <b>02.45</b> Хит-парад военной техники <b>03.45, 04.30, 05.10</b> Музейные тайны. (12+)	<b>06.00</b> Панорама 360 градусов: Разрушение объектов всемирного наследия. (16+) <b>06.25</b> Осушить океан: Без следа. (16+) <b>07.20</b> Хозяева гор. (16+) <b>08.10</b> Япония: между небом и землей. (16+) <b>09.00</b> Скрытые жемчужины Турции. (16+) <b>09.55, 10.45</b> Мегазаводы. (16+) <b>11.40, 12.30</b> Авто - SOS. (16+) <b>13.20</b> Затерянные сокровища Майя. (16+) <b>14.10, 14.40</b> Горячие границы: Латинская Америка. (16+) <b>15.05, 15.55</b> Расследования авиакатастроф. (16+) <b>16.50</b> Поймать контрабандиста: Аэропорт Кеннеди. (16+) <b>17.40</b> Экстремальное путешествие: Вторая мировая война. (16+) <b>18.35</b> Скрытые жемчужины Турции. (16+) <b>19.25</b> В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+) <b>20.15</b> Расследования авиакатастроф. (16+) <b>21.05</b> Поймать контрабандиста: Аэропорт Кеннеди. (16+) <b>22.00, 01.20, 02.50, 03.40</b> Расследование авиакатастроф. (16+) <b>22.50</b> Граница. (16+) <b>23.40, 00.05, 00.35, 01.00</b> Горячие границы: Латинская Америка. (16+) <b>02.05</b> Авто - SOS. (16+) <b>04.25, 04.50</b> Самые удивительные фотографии National Geographic. (16+) <b>05.15, 05.35</b> Научные глупости. (16+)

## ANIMAL PLANET

## Discovery

## DISCOVERY CHANNEL

## TLC

**06.00** Аквариумный бизнес. (12+)  
**06.50** В дикое края с Эваном. (16+)  
**07.40** Введение в собаководство: спецвыпуск. (12+)  
**08.30** Скорая помощь для животных. (16+)  
**09.20** Незведанная Европа. (12+)  
**10.10, 11.00, 11.50** Зоопарк Ирвинов. (12+)  
**12.40** Волки и воины. (12+)  
**13.35** Скорая помощь для животных. (16+)  
**14.30** Введение в собаководство: спецвыпуск. (12+)  
**15.25** Койот Петерсон представляет. (12+)  
**16.20** Планета мутантов. (12+)  
**17.15, 18.10** Скорость жизни. (12+)  
**19.05** Незведанный Индокитай. (12+)  
**20.00** Правосудие Техаса. (16+)  
**21.00** Зоопарк. (12+)  
**21.55** Волки и воины. (12+)  
**22.50** Плохой пёс. (12+)  
**23.45** Я живой. (16+)  
**00.40** На свободу с питбулем. (16+)  
**01.30** Адская кошка. (12+)  
**02.15** Незведанный Индокитай. (12+)  
**03.00** Живой или вымерший. (16+)  
**03.45** На свободу с питбулем. (16+)  
**04.30** Плохой пёс. (12+)  
**05.15** Я живой. (16+)

**06.00** Человек против медведя. (12+)  
**06.50, 13.45, 20.10** Махинаторы. (12+)  
**07.40** Как работают машины. (12+)  
**08.30** Мятёжный гараж. (12+)  
**09.22, 09.48** Охотники за реликвиями. (16+)  
**10.14, 04.30** Голые и напуганные. (16+)  
**11.06** НАСА: необъяснимые материалы. (12+)  
**11.58** Забытая инженерия. (16+)  
**12.50** БОЛЬШОЕ и Ричард Хаммонд. (12+)  
**14.40, 15.05** Как это сделано? (16+)  
**15.35, 16.00, 00.40, 01.05** В погоне за классикой. (12+)  
**16.30, 16.55, 02.15, 02.40** Гаражное золото. (12+)  
**17.25, 03.45** Рыбалка голыми руками. (12+)  
**18.20, 05.15** Дальнобойщик в Америке. (12+)  
**19.15, 19.40** Как это устроено? (12+)  
**21.05, 21.30** Охотники за реликвиями. (12+)  
**22.00** Золотая лихорадка. (16+)  
**22.55** Золотая лихорадка: бурные воды. (16+)  
**23.50** Голые и напуганные XL. (16+)  
**01.30** Экспедиция Мунго. (16+)  
**03.00, 03.25** Как это сделано? (12+)

**06.00** Мастер макияжа. (12+)  
**06.25** Дом с подвохом. (12+)  
**07.15** Чемпионат юных пекарей. (12+)  
**08.10, 08.35** Игра вслепую. (12+)  
**09.05, 09.30** Охотники за островами. (12+)  
**10.00** Моя полная жизнь. (16+)  
**10.55** Большая маленькая любовь. (12+)  
**11.50, 12.15** Экстремальные способы экономии. (16+)  
**12.45** Купономания. (12+)  
**13.40** Чемпионат юных пекарей. (12+)  
**14.35** Я вешу 300 кг. (16+)  
**16.25** Сестры Даггар: пополнение. (12+)  
**17.20** Коронованные детки. (16+)  
**18.15, 18.40** Экстремальные способы экономии. (16+)  
**19.10, 19.35** Игра вслепую. (12+)  
**20.05, 20.30** Охотники за островами. (12+)  
**21.00, 23.00** Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+)  
**23.55, 00.20, 03.14, 03.37** Склиф. (16+)  
**00.50, 02.27** Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+)  
**04.01** Игра вслепую. (12+)  
**04.26, 04.49** Охотники за международной недвижимостью. (12+)  
**05.13, 05.36** Охотники за островами. (12+)



## СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

**06.00** Гандбол. Кубок России. Мужчины. «Финал 4-х». Матч за 3-е место. (0+)  
**07.35, 11.05, 13.55, 15.50** Новости  
**07.40** Мини-футбол в России. (12+)  
**07.50** Безумный спорт. (12+)  
**08.20, 11.10, 00.30** Керлинг. Чемпионат мира. Женщины. (0+)  
**14.00** Баскетбол. Евролига. Женщины. 1/4 финала. (0+)  
**15.55** Дзюдо. Турнир «Большого шлема». (0+)  
**18.25** Страна. Live. (12+)  
**18.45** 1+1. (12+)  
**19.35** В Россию с любовью. (12+)  
**19.55** Баскетбол. Евролига. Мужчины. ЦСКА (Россия) - «Виллербанн» (Франция). Прямая трансляция  
**22.00** Бильярд. Кубок чемпионов «Свободная пирамида». Прямая трансляция из Москвы  
**03.15** Волейбол. Чемпионат России. Обзор. (12+)  
**03.45** Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)  
**05.30** Вид сверху. (12+)

EUROSPORT 1

**01.00, 06.00, 21.00** Теннис. АТР «Мастерс». Индиан-Уэллс. Прямая трансляция. (6+)  
**03.00, 08.45, 19.00, 19.55** Теннис. WTA Premier Mandatory. Индиан-Уэллс. 1/4 финала. Прямая трансляция. (6+)  
**04.00, 23.00** Теннис. WTA Premier Mandatory. Индиан-Уэллс. 1/4 финала. Прямая трансляция. (6+)  
**08.00** Теннис. АТР «Мастерс». Индиан-Уэллс. (6+)  
**09.30** Охотование. (6+)  
**10.30, 11.30, 12.10** Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. (12+)  
**12.55** Прыжки на лыжах с трамплина. Чемпионат мира по полётам. Планица. Прямая трансляция. (12+)  
**14.15** Конный спорт. (6+)  
**15.15** Олимпийские игры. «Зал славы». (12+)  
**16.15** Велоспорт. Нокере - Кёрсе. (12+)  
**16.30** Велоспорт. Гран-при. Денена. Прямая трансляция. (12+)  
**18.00** Прыжки на лыжах с трамплина. Чемпионат мира по полётам. Планица. (12+)

## МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

**05.00, 08.25, 13.25, 18.00** PRO-новости. (16+)  
Мы знаем о звёздах всё!  
Ежедневная подборка самых громких событий мира шоу-бизнеса.  
**05.25, 11.30, 17.10** 10 самых горячих клипов дня. (16+)  
**06.05** Каждое утро. (16+)  
**09.00** Музыкальный чарт. (16+)  
**10.00** Победитель «Битвы фанклубов». (16+)  
**10.30** Ждите ответа. (16+)

**12.20, 18.30, 22.45** Место под Солнцем. (16+)  
**14.00** R'n'B чарт. (16+)  
**15.00** Битва фанклубов. (16+)  
**16.00** Лайкер. (16+)  
Интерактивный нон-стоп.  
**19.30** TOP чарт Европы плюс. (16+)  
**20.35** Творческий вечер Валерия Леонтьева. (16+)  
**21.45** Прогноз по году. (16+)  
**23.50** 10 секы. (16+)  
**00.50** Наше. (16+)  
**02.00** Неспиннер. (16+)

## ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

**08.15** «Робокор Поли». Уроки безопасности с Эмбер. (0+)  
**08.20** «Хейрдораблз». (0+)  
**08.25, 13.00, 21.00** «Барбоскины». (0+)  
**09.00** «Фееринки». (0+)  
**09.25, 15.25** «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)  
**10.00, 14.00, 17.25, 22.00** «Фиксики». (0+)  
**10.30, 20.00** «Лунтик и его друзья». (0+)  
**11.00** «Сказочный патруль». (0+)  
**11.35, 19.30** «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
**12.00, 16.00** «Время малышей». (0+)  
**13.35** «Маша и Медведь». «Машины песенки». (0+)  
**14.30** «Смешарики». (0+)  
**15.00** «Нильс». (0+)  
**17.00** «Катя и Эф. Кудя-Угодно-Дверь». (0+)  
**18.00** «Роботы-поезда». (0+)  
**18.30** «Малышарики». (0+)  
**19.00** «Четверо в кубе». (0+)  
**20.30** «Маша и Медведь». (0+)  
**20.55** «Машины сказки». (0+)  
**21.20** «Лео и Тиг». (0+)  
**22.30** «Смешарики. Пин-код». (0+)

КАНАЛ DISNEY

**05.00** «Мини-Моппеты». (0+)  
**05.25** «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)  
**05.50, 12.30** «Аладдин» (субтитры). (0+)  
**06.15, 12.00** «Русалочка» (субтитры). (6+)  
**06.40, 13.00** «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)  
**07.10, 13.30, 18.35, 21.00** «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)  
**07.35, 17.35** «Рапунцель: История продолжается». (6+)  
**08.10** «Пёс Пэт». (6+)  
**08.25** «Хранитель Лев». (0+)  
**08.55** «Герои в масках». (0+)  
**09.25** «ПУПС». (0+)  
**10.00** «Дружные мопсы». (0+)  
**10.30** «Блуи». (0+)  
**11.00** «София Прекрасная». (0+)  
**11.25** «Елена - принцесса Авалора». (0+)  
**14.30** «Подружки-супергерои». (6+)  
**14.40** «Финес и Ферб». (6+)  
**16.10** «Семейка Крудс. Начало». (12+)  
**16.35** «Гравити Фолз». (12+)  
**19.30** «Золушка-2: Мечты сбываются». (0+)  
**23.00** «Стражи Галактики». (12+)

КАРУСЕЛЬ

**05.00** «Ранние пташки». «Моланг». «Смешарики. Новые приключения». «Домики». (0+)  
**06.55** «Чик-зарядка». (0+)  
**07.00** «С добрым утром, малыши!» (0+)  
**07.30** «Чик-зарядка». (0+)  
**07.35** «Маджики». (0+)  
**08.05** «Бинг». (0+)  
**08.40** «Царевны». (0+)  
**09.20** «Весёлая ферма». (0+)  
**09.35** «Весёлая карусель». (0+)  
**09.45** «Радужный мир Руби». (0+)  
**10.15** «Четверо в кубе». (0+)  
**11.00** «Робокор Поли и его друзья». (0+)  
**11.40** «Роботы-поезда». (0+)  
**12.15** «Гормити». (6+)  
**12.40** «Трансформеры. Боты-спасатели. Академия». (0+)  
**13.05** «Трансформеры. Кибервселенная». (6+)  
**13.25** «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)  
**13.30** «Приключения Ам Няма». (0+)  
**14.00** «Навигатор. Новости». (0+)  
**14.10** «Смурфики». (0+)  
**14.35** «Как устроен город». (0+)  
**14.40** «Фиксики». (0+)  
**15.40** «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)  
**16.05** «Бурёнка Даша». (0+)  
**16.10** «Приключения Барби в доме мечты». (0+)  
**16.30** «Фееринки». (6+)  
**17.10** «Оранжевая корова». (0+)  
**17.35** «Пластилинка». (0+)  
**17.40** «Суперкрылья. Подзарядка». (0+)  
**18.10** «Рев и заводная команда». (0+)  
**18.35** «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
**20.00** «44 котёнка». (0+)  
**20.30** «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
**20.45** «Барбоскины». (0+)  
**22.00** «Эволюция Черепашек-ниндзя». (6+)  
**22.25** «Фьюжн Макс». (6+)  
**22.50** «Губка Боб Квадратные штаны». (6+)  
**23.35** «Луни Тюнз шоу». (6+)  
**01.00** «Ералаш». (6+)  
**02.05** «ТриО!» (0+)  
**02.20** «Маленькое королевство Бена и Холли». (0+)

УНИКУМ

**08.52, 10.54, 11.49, 19.54** Вредные советы от полезных детей. (6+)  
**09.00, 09.40, 14.30, 15.00, 15.20, 22.30** Мультфильмы. (0+)  
**09.10, 14.50, 15.10** Мультфильмы. (6+)  
**09.50** «Про Букву». (12+)  
**10.05, 11.00, 19.05** «КОСМО». (6+)  
**10.32, 11.27, 19.33** «СЕМЬ ГНОМОВ И Я». (6+)  
**12.00, 15.30, 20.00** «Смешарики. Пин-код». (6+)  
**12.30, 16.00, 18.00, 21.25** Мастерская «Умелые ручки». (6+)  
**12.45, 16.15, 18.15, 21.40** Проще простого! (6+)  
**13.01, 16.30, 18.30, 21.55** Готовим с папой. (6+)  
**13.20, 16.49, 18.49, 22.14** Открытки. (6+)  
**13.35, 17.05, 20.30** «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)  
**13.51** «Необыкновенные приключения Карика и Вали». (0+)  
**14.07, 17.35, 21.01** «Октонавты». (0+)  
**17.21, 20.45** «Тайна Сухаревой башни». (6+)

О!

**05.00** «В мире малышей». (0+)  
**06.10** «Даша - путешественница». (0+)  
**07.00** «Доктор Малышкина». (0+)  
**07.05** «Оранжевая корова». (0+)  
**09.00** «Тима и Тома». (0+)  
**10.00** «Букварий». (0+)  
**10.25** «Йоко». (0+)  
**11.55** «Весёлый алфавит». (0+)  
**12.00** «Непоседа Зу». (0+)  
**13.55** «Мой музей». (0+)  
**14.00** «Царевны». (0+)  
**15.55** «Космическое путешествие». (0+)  
**16.00** «Три кота». (0+)  
**17.05** «История изобретений». (0+)  
**17.50** «Доктор Малышкина». (0+)  
**18.00** «Фиксики». (0+)  
**19.00, 04.40** «ТриО!» (0+)  
**19.20** «Поезд динозавров». (0+)  
**21.00** «Пластилинка». (0+)  
**21.05** «Смешарики». (0+)  
**23.10** «Три кота». (0+)  
**01.00** «Турбозавры». (0+)  
**03.00** «Лапы, морды и хвосты». (0+)  
**03.25** «Йоко». (0+)

## ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

**05.00, 01.05** День Патриарха. (0+)  
**05.15** Новый Завет вслух. (0+)  
**05.30, 22.50** Лица Церкви. (6+)  
**05.45** Общее дело. Возрождение храмов Севера. Специальный проект телеканала СПАС. (0+)  
**06.00** «Парсуна» с Владимиром Легойдой. (12+)  
**07.00, 17.30, 21.30, 02.45** Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)  
**07.45, 19.00, 01.50** Завет. (6+)  
**08.45** Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)  
**09.20, 14.30** Монастырская кухня. (0+)

**09.50, 22.15** Реакция. (12+)  
**10.25** «ОСЕННЯЯ ИСТОРИЯ». 1 серия. (0+)  
**11.55** Собор Крымских святых. Цикл: День Ангела. (12+)  
**13.00, 20.00, 03.30** Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)  
**15.00** Байкал - дар Божий. Крестный ход по берегам великого озера. (12+)  
**15.15** «ОСЕННЯЯ ИСТОРИЯ». 2 серия. (0+)  
**17.00, 17.55** «ДНИ ХИРУРГА МИШКИНА». 3 серия. (0+)  
**23.05** Русские. (12+)  
**23.55** Вера в большом городе. (16+)  
**01.20** Патриарх Илия II. Цикл: Старцы. (12+)  
**04.45** «Тайны сказок» с Анной Ковальчук. (0+)

## Православный календарь

19 марта  
Седмица 3-я Великого поста. Глас 6.  
Мч. 42 во Амморее.



Прп. Иова, в схиме Иисуса, Анзерского. Прмчч. Конона и сына его Конона. Обретение Честного Креста и гвоздей св. равноап. царицею Еленой во Иерусалиме. Прп. Аркадия Кипрского. Прп. Фридолина Зекингенского. Икон Божией Матери: Ченстоховской, «Благодатное Небо» и Шестоковской.

Постный день.  
«...Что ни запечатлеешь именем Божиим, все выйдет счастливо. Если оно изгоняет демонов, устраняет болезни, то тем более облегчает совершение дел».  
Свт. Иоанн Златоуст

# Судоку

	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			

ОТВЕТЫ ОТВЕТЫ ОТВЕТЫ

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

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

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

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.

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

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

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

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

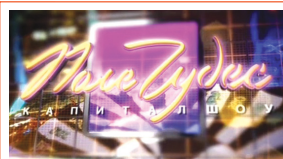
		3	8	5				
8	9					5	6	7
	5			4		9		
2						8	5	
3			5	8	7			2
	4	8						9
		5		1			8	
4	3	6				2	5	
			3	5	6			

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



1

ПЕРВЫЙ

19.40 Поле чудес.  
(16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»  
09.00 Новости  
09.25 «Горячий лёд». Фигурное катание. Чемпионат мира-2020. Мужчины. Короткая программа. Пары. Произвольная программа. (0+)  
12.00 Новости (с субтитрами)  
12.15 Время покажет. (16+)  
15.00 Новости (с субтитрами)  
15.15 Давай поженимся! (16+)  
16.00 Мужское / Женское. (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
18.35 «Человек и закон». (16+)  
19.40 Поле чудес. (16+)  
21.00 Время  
21.30 «Голос. Дети». Новый сезон. (0+)  
23.20 Вечерний Ургант. (16+)  
00.15 «Съесть слона». (12+)  
01.30 «Горячий лёд». Фигурное катание. Чемпионат мира-2020. Прямой эфир из Канады

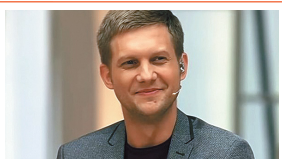
ТВЦ

ТВЦ

06.00 «Настроение»  
08.10 «Ералаш». (6+)  
08.20 «ВО БОРУ БРУСНИКА». (12+)  
11.30 События  
11.50 «ХРАБРЫЕ ЖЁНЫ». (12+)  
13.40 «Мой герой». (12+)  
14.30 События  
14.50 Город новостей  
15.10 «ОДНОКЛАССНИКИ СМЕРТИ». (12+)  
17.50 События  
18.20 «ОДНОКЛАССНИКИ СМЕРТИ». (12+)  
20.00 «ОХОТНИЦА». (12+)  
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой  
23.10 «Список Фурцевой: чёрная метка». (12+)  
00.05 «Я ОБЪЯВЛЯЮ ВАМ ВОЙНУ». (12+)  
01.40 «Проклятые сокровища». (12+)  
02.20 «В центре событий» с Анной Прохоровой. (16+)  
03.20 Петровка, 38. (16+)  
03.35 «ВНИМАНИЕ! ВСЕМ ПОСТАМ...» (0+)  
04.55 «Смех с доставкой на дом». (6+)

РОССИЯ 1

РОССИЯ

11.45 Судьба человека.  
(12+)

05.00 Утро России  
09.00 Вести  
09.25 Утро России  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 Вести  
11.25 Вести. Местное время  
11.45 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)  
12.50 «60 минут». (12+)  
14.00 Вести  
14.25 Вести. Местное время  
14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)  
17.00 Вести. Местное время  
17.25 «60 минут». (12+)  
18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)  
20.00 Вести  
20.45 Вести. Местное время  
21.00 Юморина. (16+)  
23.25 «ОДИНОЧЕСТВО». (12+)  
Юная Арина не задумывалась о том, существует ли любовь с первого взгляда, она просто влюбилась. Внезапно, взаимно и навсегда. Свадьбу решили сыграть сразу после возвращения жениха Сергея из экспедиции...

ЗВЕЗДА

ЗВЕЗДА

05.20 «НА ВОЙНЕ КАК НА ВОЙНЕ». (12+)  
07.20 «Польский след». (12+)  
08.00 Новости дня  
08.20 «Польский след». (12+)  
10.00 Военные новости  
10.05 «Подводная война». (12+)  
13.00 Новости дня  
13.20 «Подводная война». (12+)  
14.00 Военные новости  
14.05 «Подводная война». (12+)  
18.00 Новости дня  
18.50 «Сделано в СССР». (6+)  
19.05 «КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ЩУКИ». (12+)  
21.15 Новости дня  
21.30 «ОТЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)  
23.10 Десять фотографий. (6+)  
00.00 «ЖЕНЩИН ОБИЖАТЬ НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ». (0+)  
01.40 «РАЗВЕДЧИКИ». (12+)  
02.55 «НА ВОЙНЕ КАК НА ВОЙНЕ». (12+)  
04.20 «Нормандия-Неман. В небесах мы летали одних...» (12+)  
05.10 «Сделано в СССР». (6+)

5

5-Й КАНАЛ



01.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

05.00 «Известия»  
05.30 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)  
09.00 «Известия»  
09.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)  
13.00 «Известия»  
13.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)  
17.45 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2». (16+)  
Убийца нападает с ножом на Веру, регистратора поликлиники. Ветров пытается Веру спасти, убийца оглушает Ветрова ударом по голове. В убийстве Веры обвиняют Ветрова - все улики против него. Великолепная пятёрка готова на силовое освобождение Ветрова, но Голованов приказывает действовать исключительно по закону - надо приложить все усилия, чтобы найти настоящего убийцу!  
18.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА». (16+)  
19.20 «О.45 «СЛЕД». (16+)  
23.45 Светская хроника. (16+)  
01.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

ОТР

ОТР

05.10 08.40 09.55 «Среда обитания». (12+)  
05.20 09.15 «Календарь». (12+)  
06.00 18.30 «Гамбургский счёт». (12+)  
06.25 «За строчкой архивной...» (12+)  
06.50 «Крот и музыка». (0+)  
07.00 09.00 11.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 20.00 22.00 Новости  
07.15 22.05 «За дело!» (12+)  
08.00 17.05 «Петербург. Портреты. Исаак Шварц». (12+)  
10.05 11.05 23.15 «ТАЙНЫ АВРОРЫ ТИГАРДЕН». (16+)  
11.30 «Фигура речи». (12+)  
12.05 13.20 19.00 20.30 «ОТ-Ражение»  
15.15 «ТРОЕ ПРОТИВ ВСЕХ». (12+)  
16.50 «Медосмотр». (12+)  
17.45 «Большая страна: люди». (12+)  
18.05 «Служу Отчизне!» (12+)  
22.45 «Имею право!» (12+)  
00.40 Концерт «Магия трёх роялей». (12+)  
02.10 «СНЕЖНЫЙ АНГЕЛ». (12+)

НТВ

НТВ



23.50 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)

05.10 «МОСКВА: ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». (16+)  
06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)  
08.00 10.00 13.00 16.00 19.00 Сегодня  
08.20 «МОСКВА: ТРИ ВОКЗАЛА». (16+)  
09.20 10.20 02.55 «МОРСКИЕ ДЬВЯВЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ». (16+)  
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие  
14.00 Место встречи  
16.15 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»  
16.25 Следствие вели... (16+)  
17.15 Жди меня. (12+)  
18.15 19.40 «ПЁС». (16+)  
21.00 «ПРОСПЕКТ ОБОРОНЫ». (16+)  
23.15 ЧП. Расследование. (16+)  
23.50 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)  
01.05 «Вакцина от жира». (12+)  
02.05 Квартирный вопрос. (0+)

РЕН

РЕН

05.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)  
06.00 09.00 15.00 «Документальный проект». (16+)  
07.00 «С бодрым утром!» (16+)  
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)  
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)  
12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)  
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)  
14.00 04.15 «Невероятно интересные истории». (16+)  
17.00 «Тайны Чапман». (16+)  
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
20.00 21.00 Документальный спецпроект. (16+)  
23.00 «Исходный код». (16+)  
00.50 «БЕЗБАШЕННЫЕ». (16+)  
02.30 «ЖЕНА АСТРОНАВТА». (16+)

РОССИЯ К

РОССИЯ К

Культура



20.45 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРОГО Я ЛЮБЛЮ»

06.30 07.00 07.30 10.00 15.00 19.30 23.00 Новости культуры  
06.35 Пешком...  
07.05 Правила жизни  
07.35 13.40 «Нотр-Дам-де-Пари»  
08.30 Эпизоды  
09.10 «РОЖДЕННАЯ ЗВЕЗДОЙ»  
10.15 Шедевры старого кино  
11.50 Открытая книга  
12.15 «Красивая планета»  
12.30 Черные дыры. Белые пятна  
13.10 «Дворянские деньги»  
14.30 «Король Лир» Питера Брука  
15.10 Письма из провинции  
15.40 Энигма  
16.25 «Запечатленное время»  
16.55 XIII Зимний международный фестиваль искусств Юрия Башмета  
18.45 Царская ложа  
19.45 Линия жизни  
20.45 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРОГО Я ЛЮБЛЮ»  
22.20 «Эдита Пьеха»  
23.20 «2 Верник 2»  
00.10 «ПРОСТОЙ КАРАНДАШ»

ТВ-3

ТВ-3

06.00 «Мультфильмы». (0+)  
09.20 «Слепая». (16+)  
11.00 Гадалка. (16+)  
11.30 Новый день. (12+)  
12.00 Не ври мне. (12+)  
15.00 Мистические истории. (16+)  
16.00 Гадалка. (16+)  
17.00 «Очевидцы». (16+)  
17.30 «Слепая». (16+)  
19.30 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+)  
21.30 «РОБИН ГУД». (16+)  
Робин, лучник из армии убитого короля Ричарда Льюинное Сердце, возвращается домой. Вместе с группой товарищей-единомышленников он едет через леса к побережью, чтобы переправиться на родной берег. Тем временем по той же дороге следует рыцарь, везущий на родину корону погибшего правителя, предназначенную следующему королю Англии, Иоанну Безземельному. Внезапно он становится жертвой нападения, но подоспевший отряд Робина успевает отбить корону  
00.15 «БАЙБАЙМЭН». (16+)  
02.15 Психосоматика. (16+)  
03.00 «ЧТЕЦ». (12+)

СТС

СТС



21.00 «НЕСНОСНЫЕ БОССЫ». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)  
06.15 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)  
06.35 «Охотники на троллей». (6+)  
07.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)  
08.00 «КОРНИ». (16+)  
09.05 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-4». (16+)  
11.35 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)  
21.00 «НЕСНОСНЫЕ БОССЫ». (16+)  
22.55 «Дело было вечером». (16+)  
00.00 «НЕСНОСНЫЕ БОССЫ-2». (18+)  
Лучшие друзья Ник, Курт и Дейл решили открыть свой бизнес и стать боссами. Они нашли инвестора, но всё оказывается не так просто...  
02.00 «КОРОЛЬ РАЛЬФ». (12+)  
03.35 «Шоу выходного дня». (16+)  
04.20 «Сказка сказывается». (0+)  
04.40 «Скоро будет дождь». (0+)  
05.00 «Рикки-Тикки-Тави». (0+)

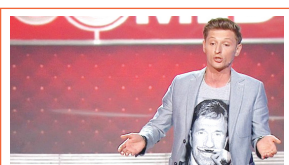
ДОМАШНИЙ

ДОМАШНИЙ

06.30 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)  
07.20 «По делам несовершеннолетних». (16+)  
08.20 «Давай разведёмся!» (16+)  
09.25 «Тест на отцовство». (16+)  
11.30 «Реальная мистика». (16+)  
12.35 02.10 «Понять. Простить». (16+)  
14.30 «Порча». (16+)  
15.00 «О ЧЁМ НЕ РАССКАЖЕТ РЕКА». (16+)  
19.00 «МАМА МОЕЙ ДОЧЕРИ». (16+)  
23.10 «Про здоровье». (16+)  
23.25 «НЕ ТОРОПИ ЛЮБОВЬ». (16+)  
У пышненькой тридцатилетней Кати - трагедия. Любимый человек оказался обыкновенным бабником. Подруги решают ей помочь - найти по Интернету выгодного жениха  
01.40 «Порча». (16+)  
03.35 «Реальная мистика». (16+)  
04.30 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)



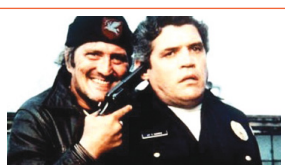
ТНТ-СПБ



21.00 Комеди Клаб.  
(16+)

07.00 ТНТ. Gold. (16+)  
09.00 Дом-2. Lite. (16+)  
10.15 Дом-2. Остров любви.  
(16+)  
11.30 Бородина против Бузо-  
вой. (16+)  
12.30 Дом-2. Спаси свою  
любви. (16+)  
13.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦА-  
НЫ». (16+)  
15.00 «УНИВЕР». (16+)  
18.00 Однажды в России.  
(16+)  
20.30 Нам надо серьезно по-  
говорить. (16+)  
21.00 Комеди Клаб. (16+)  
22.00 Comedy Баттл.  
(16+)  
23.00 Дом-2. Город любви.  
(16+)  
00.05 Дом-2. После заката.  
(16+)  
01.05 «Такое кино!» (16+)  
01.35 «Stand Up». (16+)  
04.05 «Открытый микро-  
фон». (16+)  
05.20 «Открытый микрофон.  
Дайджест». (16+)  
06.10 ТНТ. Best. (16+)

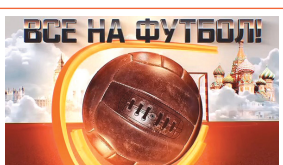
ЧЕ



17.30 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ  
АКАДЕМИЯ». (16+)

06.00 «Улетное видео». (16+)  
06.10 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)  
08.00 «Дорожные войны». (16+)  
09.20 «Дорожные войны  
2.0». (16+)  
10.30 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКА-  
ДЕМИЯ-4». (16+)  
12.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКА-  
ДЕМИЯ-5». (16+)  
14.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКА-  
ДЕМИЯ-6». (16+)  
15.50 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКА-  
ДЕМИЯ-7». (16+)  
17.30 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКА-  
ДЕМИЯ». (16+)  
19.30 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ  
АКАДЕМИЯ-2: ИХ  
ПЕРВОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)  
21.15 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКА-  
ДЕМИЯ-3: ПОВТОР-  
НОЕ ОБУЧЕНИЕ». (16+)  
23.00 «ЧЕЛОВЕК С ЖЕЛЕЗ-  
НЫМИ КУЛАКАМИ». (18+)  
01.00 «ДЖЕК СТОУН». (18+)  
02.40 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)

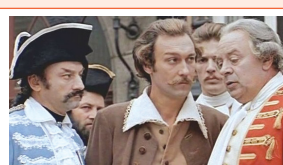
МАТЧ!



20.25 Все на футбол!  
(12+)

07.00 08.30 10.35 13.30 17.05  
20.20 Новости  
07.05 10.40 17.10 23.45 Все  
на Матч!  
08.35 Баскетбол. ЦСКА -  
«Виллербанн». (0+)  
11.10 Футбол. «Байер» -  
«Рейнджерс». (0+)  
13.10 Специальный обзор.  
(12+)  
13.35 14.20 Все на футбол!  
14.00 Футбол. Лига чемпио-  
нов. Жеребьевка 1/4  
финала  
15.00 Футбол. Лига Евро-  
пы. Жеребьевка 1/4  
финала  
15.20 18.10 Биатлон  
20.25 Все на футбол! (12+)  
21.25 «Жизнь после спорта».  
(12+)  
21.55 Гандбол. Россия -  
Сербия  
00.30 «Точная ставка». (16+)  
00.50 Смешанные единобор-  
ства. (16+)  
02.50 Спортивная гимнасти-  
ка. (0+)  
04.00 Футбол. «Осасуна» -  
«Атлетико». (0+)

СПБ



15.20 «ТОТ САМЫЙ  
МЮНХГАУЗЕН». (12+)

06.00 07.00 08.00 09.00 10.00  
11.00 13.00 15.00 18.00  
«Новости». (16+)  
06.10 «Свет неугасимый». (12+)  
06.45 Вектор успеха. (12+)  
06.55 07.05 08.05 09.05 Утро в  
Петербурге. (16+)  
10.05 11.15 «УХОДЯЩАЯ НА-  
ТУРА». (16+)  
12.35 13.15 «Владимир Маш-  
ков. Один по лезвию  
ножа». (16+)  
13.10 15.10 Новости спорта.  
(12+)  
14.00 Улица Правды. (16+)  
15.20 «ТОТ САМЫЙ МЮНХ-  
ГАУЗЕН». (12+)  
18.20 Бизнес-Петербург. (12+)  
18.25 «Планета Фурманов». (12+)  
19.30 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (16+)  
21.25 Азбука петербуржца.  
(6+)  
21.30 Зона Особого Внимания.  
(16+)  
22.00 Пульс города. (12+)  
23.00 Время суток. (16+)  
23.30 «ГАРАЖИ». (12+)  
02.30 «ИЩЕЙКИ С БРОД-  
ВЕЯ». (16+)

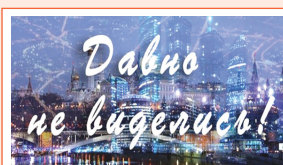
ЛЕН ТВ 24 ЛЕНТВ24



22.40 «НЕЧАЯННЫЕ ПИСЬМА».  
(12+)

06.00 07.00 12.00 13.00 14.00  
15.00 16.00 17.00 18.00  
19.00 20.00 21.00 22.00  
«Новости». (6+)  
06.20 13.15 16.15 19.20 00.45  
«Студия 1». (6+)  
06.50 07.20 19.45 22.20 01.15  
«Спорт». (6+)  
06.55 07.25 13.55 19.55 22.30  
01.25 «Экономика». (6+)  
07.30 Простые решения. (12+)  
11.00 04.40 «Медицинская  
правда». (16+)  
11.30 12.02 «Блеск и слава  
Древнего Рима». (12+)  
12.20 «В мире звезд». (12+)  
14.02 15.02 05.10 «БЕССМЕР-  
ТНИК». (16+)  
15.45 «Лица в истории». (12+)  
16.55 19.50 22.25 01.20 «По-  
литика». (6+)  
17.02 «Анне Вески». (16+)  
17.55 18.02 «ТЫ НЕ ОДИН».  
(16+)  
20.02 21.02 03.15 «КОМУ Я  
ДОЛЖЕН - ВСЕМ ПРО-  
ЩАЮ». (12+)  
21.30 «Под лёд». (16+)  
22.40 «НЕЧАЯННЫЕ ПИСЬ-  
МА». (12+)  
00.10 «С миру по нитке». (12+)

78 78 КАНАЛ



21.20 «Давно не виделись».  
(12+)

06.00 06.30 07.00 07.30 08.00  
08.30 09.00 09.30 10.00  
10.30 11.00 11.30 12.00  
13.00 18.00 21.00 «Из-  
вестия 78». (12+)  
06.10 06.35 07.10 07.35 08.10  
08.35 09.10 09.35 10.10  
10.35 11.10 11.35 «По-  
лезное утро». (12+)  
12.15 13.15 «Семейная про-  
грамма». (12+)  
14.00 17.00 «Происшествия».  
(16+)  
14.30 «Сделано в СССР».  
(12+)  
15.00 «Середина дня».  
(12+)  
16.00 «Эликсир молодости».  
(12+)  
17.30 22.10 «Земля. Террито-  
рия загадок». (12+)  
18.10 «Легенды советского  
сыска». (12+)  
19.15 «Открытая студия. Не-  
деля». (12+)  
21.20 «Давно не виделись».  
(12+)  
02.10 «Ночное вещание».  
(16+)

## НАШ ДЕТЕКТИВ – ЛОГИЧЕСКАЯ ЗАДАЧА

Уважаемые читате-  
ли, мы предлагаем  
вашему вниманию  
детектив-загадку.  
Внимательно прочи-  
тав его, вы сможете  
сами найти реше-  
ние. Для этого вам  
предстоит включить  
свою смекалку на  
полную.

Ну, пожалуйста-  
пожалуйста-по-  
жалуйста, – Ри-  
точка с надеждой посмо-  
трела на Илью Сергеевича.  
– Неужели этот хлыщ так  
хорош? – не скрывая рев-  
ности, мужчина впери-  
лся в фотографию загорело-  
го, белозубого красавца  
на глянцевом буклете.  
– Он великолепен, – Ри-  
точка закатила глаза и  
мечтательно посмотрела  
куда-то в район потолоч-  
ного плintуса.  
Илья Сергеевич просле-  
дил за ее взглядом, но,  
не обнаружив там ничего  
интересного, кроме за-  
бытого после новогодних  
праздников гвоздика, на  
который вешали гирлянду,  
вновь посмотрел на  
буклет.  
– Что, говоришь, это бу-  
дет за лекция? – как бы  
между прочим поинтере-

# Как связаться с Луной?



совался мужчина у взвол-  
нованной Риточки.  
– Это не лекция, а семи-  
нар-инициация «Новый  
формат женского начала».  
– Э-э-э, м-м-м...  
Илья, ну ты все  
равно не пой-  
мешь. Ты поли-  
цейский, каждый день ло-  
вишь преступников. Твоя  
душа как... кокос.  
– Ну да. Внутри море удо-  
вольствия, но пока добе-  
решься, ногти обломаешь.

А этот, – Илья Сер-  
геевич кивнул на  
буклет, – видимо,  
клубничка.  
– Ну-у-у, – протянула Ри-  
точка и искоса глянула на  
радостное фото. – Вениа-  
мин открыт миру и готов  
делиться знаниями. Ты  
только посмотри, посмо-  
три, – Риточка схватила  
буклет с журнального сто-  
лика и развернула: – Ве-  
ниамин совсем недавно  
вернулся из Африки, где  
изучал этническую техни-

ку рисования хандигирим  
в тамошнем племени Туата  
де Дананн.  
«Женщины пле-  
мени на-  
зависимы, так тонко  
чувствуют цикличность  
бытия, – с рвением ци-  
тировала Риточка, –  
что их слияние с приро-  
дой и ее энергетическими  
потоками чувствуется на  
уровне альфа-материи.  
Способность зачинать,  
вынашивать и рожать де-  
тей помогает легко на-  
строиться на ритмы Луны  
и наполняться силой. В  
этом мудрость тела и си-  
ла души каждой женщи-  
ны. На своих семинарах  
я помогу женщинам вер-  
нуться к их истинной при-  
роде, раскрыть свое жен-  
ское начало, научу слы-  
шать себя, чувствовать  
свой природный ритм,  
научу восстанавливать  
связь с Луной и Землей,  
наполнять себя силой че-  
рез кисти и краски из да-  
ров дикой африканской  
природы».  
– Нет, ты понимаешь?  
Понимаешь? – все больше

распалялась женщина, – я  
сумею прийти к себе, най-  
ду свой путь, стану счаст-  
ливой.  
Уф, – облегченно  
выдохнул Илья  
Сергеевич, – я уж  
думал, ты всерьез увле-  
клась этой ересью.  
Риточка посмотрела  
на любимого мужчину с  
хитринкой, еле скрывая  
улыбку:  
– Нет, ну то есть ты не хо-  
чешь, чтобы я гармони-  
зировала свои циклы и свя-  
залась с Луной?

– Предлагаю по чайку  
и киношечку хорошую, –  
кивнул Илья Сергеевич.  
Спироженой? – за-  
катила глаза жен-  
щина.  
– Ну а как еще с Луной  
люди связываются? Ко-  
нечно!  
– Илья, ты пока чай зава-  
ривай, а я Наташке позвоню,  
расскажу про этого шарла-  
тана, а то она ведь всерьез  
на его семинар собралась.  
Уже и кисти купила, и бума-  
гу для акварели, глупышка.  
Любовь АНИНА



Почему Илья Сергеевич и Риточка уверены,  
что Вениамин шарлатан?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 10: следователь подозревает,  
что ограбление было инсценировано, и для этого есть  
причины. Во-первых, фиалки на окнах – если грабитель  
искал кольцо даже в банках с крупными, почему поща-  
дил цветы? А сама хозяйка, по всему видно, относилась  
к ним с трепетом. Рана на виске потерпевшей тоже  
свидетельствует о том, что хоть боковым зрением,  
но увидеть нападавшего она должна была. Ну и хлоро-  
форм – это летучее вещество, сохранить свой запах на  
протяжении стольких часов оно не могло. Да и зачем бы  
грабитель стал укладывать жертву на диван, а тряпку  
нести на кухню?



## КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000	TV1000 РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
<b>06.10</b> «ПОСЛЕДНИЙ КИНОГЕРОЙ». (12+) <b>08.35</b> «ГОСПОЖА БОВАРИ». (16+) <b>10.40</b> «ЧЕЛОВЕК-ПАУК». (12+) <b>12.55</b> «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-2». (12+) <b>15.10</b> «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-3». (12+) <b>17.50</b> «ПОСЛЕДНИЙ КИНОГЕРОЙ». (12+) <b>20.10</b> «ТАЙНОЕ ОКНО». (12+) США, 2004 г. В ролях: Джонни Депп, Джон Туртурро, Мария Белло, Тимоти Хаттон <b>21.55</b> «ПРОЩАЙ, ДЕТКА, ПРОЩАЙ!». (16+) <b>00.00</b> «ТОНЯ ПРОТИВ ВСЕХ». (18+) <b>02.10</b> «АНАКОНДА». (16+) <b>04.00</b> «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)	<b>06.15</b> «ТЕРРИТОРИЯ». (12+) <b>09.30</b> «ПОМНЮ - НЕ ПОМНЮ!». (12+) <b>11.10</b> «ЭЛАСТИКО». (16+) <b>12.45</b> «БОЙ С ТЕНЬЮ 3D: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+) <b>15.00</b> «ЛЕГЕНДА № 17». (12+) <b>17.25</b> «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ!». (16+) <b>19.00, 19.55</b> «МЕТОД ЛАВРОВОЙ». (16+) <b>20.50</b> «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+) <b>22.25</b> «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ!». (16+) <b>23.55</b> «ДУХLESS-2». (16+) <b>01.55</b> «КОД АПОКАЛИПСИСА». (16+) <b>03.50</b> «ПРИЗРАК». (6+) <b>05.45</b> «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ!». (16+)	<b>05.40</b> «СУЕТА СУЕТ». (12+) <b>07.20</b> «СВАТЫ». (16+) <b>11.00</b> Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ!». (16+) <b>13.25</b> «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (12+) <b>16.00</b> «КАРНАВАЛЬНАЯ НОЧЬ». (12+) <b>17.25</b> «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (6+) СССР, 1977 г. <b>20.25</b> «САМАЯ ОБЯТЕЛЬНО-НАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (12+) <b>22.00</b> Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ!». (16+) <b>00.25</b> «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (6+) <b>02.00</b> «ОСЕННИЙ МАРАФОН». (12+) <b>03.30</b> «НАШ ОБЩИЙ ДРУГ». (12+)	<b>06.00</b> Голливуд за кадром. (16+) <b>06.30, 07.15, 15.25, 16.10</b> Проект Подиум. (16+) <b>08.00, 14.20, 18.35</b> Правила моей кухни. (16+) <b>09.05, 16.55</b> Холостяк. (16+) <b>10.30</b> «БОЛЬШОЙ ПАПА». (16+) <b>12.05, 12.50</b> «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ!». (16+) <b>13.35, 17.50</b> Проект Подиум. Все звезды. (16+) <b>20.00</b> «50 ПЕРВЫХ ПОЦЕЛУЕВ». (16+) <b>21.40</b> «ПОЧТИ СЕМНАДЦАТЬ». (16+) <b>23.25</b> «КОРОЛЬ-РЫБАК». (18+) <b>01.45</b> «ХОЛЛЕРЫ!». (16+) <b>03.15</b> «ЛЮБОВНИКИ!». (16+) <b>05.05</b> Четыре свадьбы. (16+)	

Иллюзион+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	РОДНОЕ КИНО
<b>01.00</b> «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+) <b>02.40</b> «ГЕРЦОГИНЯ». (16+) <b>04.20</b> «ЗАЩИТНЕГ». (16+) <b>06.05</b> «РОКОВАЯ СТРАСТЬ». (16+) <b>07.55</b> «ПРИРОЖДЁННЫЙ ГОНЧИК». (16+) <b>09.30</b> «ЧЕТВЕРО ПОХОРОН И ОДНА СВАДЬБА». (16+) <b>11.05</b> «В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (16+) <b>12.30</b> «ТЫ НЕ ТЫ!». (16+) <b>14.10</b> «ВСЁ САМОЕ ЛУЧШЕЕ». (16+) <b>15.45</b> «СПОКОЙНОЙ НОЧИ». (16+) <b>17.10</b> «БЛИЗНЕЦЫ!». (16+) <b>18.55</b> «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ». (12+) <b>20.30</b> «ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ». (12+) <b>22.20</b> «ЛИМБ». (16+) <b>23.50</b> «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+)	<b>07.15</b> «ВОРОШИЛОВСКИЙ СРЕЛОК». (16+) <b>08.55</b> «ПРОЦЕНТЫ». (16+) <b>09.15</b> «ПРОДАЕТСЯ ДАЧА». (16+) <b>11.10</b> «ПЕРВЫЕ НА ЛУНЕ». (16+) <b>12.30</b> «ГЕРОЙ». (16+) <b>14.00</b> «ИМПОРТОЗАМЕЩЕНИЕ». (16+) <b>14.35</b> «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+) <b>16.30</b> «КОШМАР НА КУРОРТЕ». (16+) <b>17.05</b> «ИГРА». (16+) <b>18.50</b> «МЕТАФОРА». (16+) <b>19.05</b> «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ». (16+) <b>20.40</b> «КОРОБОЧКА». (16+) <b>21.00</b> «ПОЛНЫЙ КОНТАКТ». (16+) <b>22.30</b> «КАРП ОТМОРОЖЕННЫЙ». (16+)	<b>01.00</b> «ТЕОРИЯ ХАОСА». (12+) <b>02.55</b> «ДИКАЯ ШТУЧКА». (16+) <b>04.45</b> «ВУЛКАН СТРАСТЕЙ». (12+) <b>06.25</b> «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АЛАДДИНА». (6+) <b>08.30</b> «ЛЕГКО НА ПОМИНЕ». (12+) <b>10.05</b> «ВАМПИРСКИЙ ЗАСОС». (16+) <b>11.40</b> «ДЖУМАНДЖИ». (6+) <b>13.40</b> «ЛЮБОВЬ С УВЕДОМЛЕНИЕМ». (16+) <b>15.35</b> «ДЕВУШКА ИЗ ДЖЕРСИ». (16+) <b>17.35</b> «ПОМОГИТЕ СТАТЬ ОТЦОМ». (16+) <b>19.30</b> «СОСЕДКА». (16+) <b>21.30</b> «НЕУДОВЛЕТВОРЕННОЕ СЕКСУАЛЬНОЕ НАПРЯЖЕНИЕ». (18+) <b>23.15</b> «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ СПИШКОМ МАЛО ЗНАЛ». (16+)	<b>00.30</b> «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-2». (12+) <b>02.20</b> «СЕСТРЫ!». (16+) <b>04.15</b> «ДАУН ХАУС». (16+) <b>05.45, 07.05</b> «ТРУФФАЛЬДИНО ИЗ БЕРГАМО». (12+) <b>08.25</b> «КЛАССИКИ». (16+) <b>10.25, 11.45</b> «ПРОПАВШАЯ ЭКСПЕДИЦИЯ». (6+) <b>13.00</b> «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (12+) <b>15.25</b> «ДЕЖА ВЮ». (12+) <b>17.30</b> «УСАТЫЙ НЯНЬ». (6+) <b>19.00</b> «МАМА НЕ ГОРИЮ!». (18+) Комедия, криминал, Россия, 1997 г. <b>20.35</b> «МАМА НЕ ГОРИЮ-2». (16+) <b>22.40</b> «МЕНЯ ЗОВУТ АРЛЕКИНО». (16+) Драма, криминал, СССР, 1988 г.

## супер

СУПЕР	ФЕНИКС+КИНО	СТС LOVE	TV 21 ВЕК
<b>06.00</b> «ОСТРОВ». (16+) <b>07.55</b> Прогнозик погоды. (0+) <b>08.00</b> «ОСТРОВ». (16+) <b>09.00</b> «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+) <b>11.00</b> «ФИТНЕС». (16+) <b>13.00</b> «ГРАНД». (16+) <b>16.00</b> «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+) <b>19.25</b> Прогнозик погоды. (0+) <b>19.30</b> «ДЕОФЧОНКИ». (16+) <b>20.00</b> «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+) <b>22.30</b> «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+) Комедия, Россия, 2014 г. <b>00.00</b> «ИДЕАЛЬНЫЕ НЕЗНАКОМЦЫ». (16+) <b>02.00</b> «ОСТРОВ». (16+)	<b>08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00</b> «ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ». (16+) <b>10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00</b> «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+) <b>12.00, 13.00, 20.00, 21.00</b> «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+) <b>14.00, 22.00, 06.00</b> «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+) <b>15.00, 23.00</b> «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+) <b>04.00</b> «ДВОЕ ИЗ ЛАРЦА-2». (16+) <b>05.00</b> «ГАЛИНА». (16+) <b>07.00</b> «ДЕВИЧНИК». (16+)	<b>06.00</b> «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+) <b>08.00</b> «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+) <b>15.00</b> «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+) <b>18.40</b> «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (12+) <b>23.00</b> Сердца за любовь. (16+) <b>00.25</b> Лавлаваг. (16+) <b>02.05</b> Даёшь молодёжь! (16+) <b>04.05</b> «РАНЕТИКИ». (16+) <b>04.55</b> Ералаш. (0+) <b>05.20</b> «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)	<b>10.00, 18.00, 02.00</b> «ФОРТИТЬЮД». (18+) <b>10.55, 18.55, 02.55</b> «ДЖЕК И ДЖИЛЛ: ЛЮБОВЬ НА ЧЕМОДАНАХ». (12+) <b>12.20, 20.20, 04.20</b> «НА ГРАНИ СОМНЕНИЯ». (16+) Триллер, Великобритания, 2011 г. <b>14.15, 22.15, 06.15</b> «БАЛ!». (12+) Мюзикл, Франция, Италия, Алжир, 1983 г. <b>16.10, 00.10, 08.10</b> «88 МИНУТ». (16+) Драма, Германия, США, Канада, 2007 г.

## УВЛЕЧЕНИЯ


Усадьба	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
<b>10.05</b> Детская мастерская. (12+) <b>10.20</b> Не просто суп! (12+) <b>10.35</b> Высший сорт. (12+) <b>10.50</b> Сравнительный анализ. (12+) <b>11.25, 15.30</b> Постное меню. (12+) <b>11.35</b> Букет на обед. (12+) <b>11.50</b> Дачный эксклюзив. (12+) <b>12.25</b> Самогон. (16+) <b>12.40</b> Закуски. (12+) <b>12.55, 17.00, 20.50</b> История одной культуры. (12+) <b>13.25</b> Садовый доктор. (12+) <b>13.40</b> Мультиварка. (12+) <b>14.00, 18.00</b> Огород круглый год. (12+) <b>14.15</b> Совет. (12+) <b>14.30</b> Цветники. (12+) <b>15.00</b> Городские дачники. (12+) <b>15.45</b> Фитоаптека. (12+) <b>16.15</b> Керамика. (12+) <b>16.30</b> Топ-10. (12+) <b>17.30</b> Домашняя экспертиза. (12+) <b>18.20</b> Деревянная Россия. (12+) <b>18.50</b> Дачные радости. (12+) <b>19.20</b> Обнови свой сад. (12+) <b>19.50</b> Домоводство. (12+) <b>20.05</b> Моя крепость. (12+) <b>20.35</b> Забытые ремесла. (12+) <b>21.25</b> Дачная энциклопедия. (12+) <b>21.55</b> Приглашайте в гости. (12+) <b>22.15</b> Бани - женского рода. (12+) <b>22.35</b> Мастер-садовод. (12+) <b>23.05</b> Новые Робинзоны. (12+)	<b>06.00</b> Прибалтийский лосось. (16+) <b>06.30</b> Горная охота в Болгарии. (16+) <b>06.55</b> Рыболовная школа для взрослых. (12+) <b>07.25, 11.30, 15.35, 19.35, 23.30</b> Фотоохота с Евгением Полонским. (16+) <b>08.00, 12.00, 16.05, 20.10, 00.00</b> Охота с луком. (16+) <b>08.30</b> Охота по-фински. (12+) <b>09.00</b> Россия заповедная. (16+) <b>09.30</b> Сезон охоты. (16+) <b>10.00</b> Рыболовная Россия. (16+) <b>10.30</b> Профессиональная рыболовная лига-2019. (12+) <b>10.55, 14.00, 19.05, 23.00</b> Рыбалка с Нормундом Грабовским. (12+) <b>12.30</b> Секреты «трудных» водоёмов. (12+) <b>13.00</b> Стратегия охоты с Сергеем Астаховым. (12+) <b>13.30</b> Морская охота. (16+) <b>14.30, 18.35, 22.30</b> На охотничьей тропе. (16+) <b>15.00</b> На рыбалку с охотой. (12+) <b>16.35</b> Азбука поплавочной ловли с Александром Дунаевым. (12+) <b>17.05</b> Сам себе охотник. (16+) <b>17.35</b> Мир рыболова. (12+) <b>18.55</b> Ледовые тропы рыбалки. (16+) <b>20.40</b> Поймай и снимай. (16+) <b>21.05</b> Клёвая Канада. (12+) <b>22.00</b> Донка против фидера. (16+) <b>00.30</b> Охота в Белоруссии. (16+)	<b>00.00, 13.30</b> Наперекор мифам с доктором Холи. (12+) <b>00.30, 10.00, 18.30</b> Фитнес-бикини. (12+) <b>01.30, 11.00, 19.30</b> Табата-Хард. (12+) <b>02.00, 11.30, 20.00</b> Пилатес Intensive. (12+) <b>02.30, 12.30, 20.30</b> Zumba. (12+) Самая популярная танцевальная фитнес-программа эксклюзивно на телеканале «ЖИВИ!» Сертифицированные тренеры высшей категории научат вас снимать стресс, заряжаться позитивом и терять вес под зажигательные ритмы Zumba. <b>03.00, 13.00, 21.00</b> Боди-балет. (12+) <b>03.30, 14.00, 21.30</b> Умный фитнес. (12+) <b>04.00, 06.00, 08.00</b> Мистер Драйв. (12+) <b>04.15, 06.15, 08.15</b> Утренний заряд с Димой Брагинным. (12+) <b>04.30, 06.30, 08.30</b> Блогеры: инструкция по применению. (16+) <b>04.45, 06.45, 08.45</b> Худеем вкусно. (6+) <b>05.00, 07.00, 09.00</b> ЙогаУтро. (6+) <b>05.30, 07.30, 09.30, 17.30</b> «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+) <b>12.00, 23.30</b> Первокласный фитнес. (6+) <b>14.30, 22.00</b> Дыхание стретчинга. (12+) <b>15.00, 22.30</b> Пилатес изнутри. (6+) <b>16.00</b> Худеем с Мариной Корпан. (12+) <b>16.30</b> ЙогаЛетс. (12+) <b>18.00</b> ЙогаВечер. (6+)

## ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР	ПЯТНИЦА	Ю	РЕТРО
<b>06.00</b> Наше кино. История большой любви. (12+) <b>06.40</b> «ЗАКОН И ПОРЯДОК. ПРЕСТУПНЫЙ УМЫСЕЛ». (16+) <b>08.30, 10.20</b> «НОВАЯ ЖИЗНЬ СЫЩИКА ГУРОВА. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+) <b>10.00, 13.00, 16.00, 19.00</b> Новости <b>10.10</b> В гостях у цифры. (12+) <b>13.15</b> Дела судебные. Деньги верните! (16+) <b>14.10</b> Дела судебные. Битва за будущее. (16+) <b>15.05</b> Дела судебные. Новые истории. (16+) <b>16.20</b> Приговор! (16+) <b>17.15</b> «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+) <b>18.20</b> Всемирные игры разума. (12+) <b>19.15</b> Шоу «Слабое звено». (12+) <b>20.10</b> «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ». (12+) Военный фильм, драма, СССР, 1972 г. <b>00.10</b> Телеигра «Игра в кино». (12+) <b>00.55</b> Ночной экспресс. (12+) <b>02.00</b> «ЕДИНСТВЕННЫЙ МУЖЧИНА». (16+) <b>05.25</b> Мультфильмы. (0+)	<b>05.00</b> На ножках. (16+) <b>06.50</b> Школа доктора Комаровского. (12+) <b>07.30</b> Утро Пятницы. (16+) <b>08.30</b> «ДОКТОР ХАУС». (16+) <b>11.00</b> На ножках. (16+) <b>13.00</b> Адская кухня. (16+) <b>16.00</b> Орел и решка. Ивлеева VS Бедняков. (16+) Долгожданное возвращение Насти и Андрея! Новый сезон отчаянных путешественников, искромётного юмора и самых полезных советов от опытных телепутешественников. <b>17.00</b> Орел и решка. Кругосветка. (16+) <b>18.00</b> Орел и решка. Чудеса света. (16+) <b>19.00</b> Орел и решка. Неизданное. (16+) <b>20.00</b> «ФЭМБО. ПЕРВАЯ КРОВЬ». (16+) США, 1982 г. В ролях: Сильвестр Сталлоне, Ричард Кренна, Брайан Деннехи <b>22.00</b> «ФЭМБО. ПЕРВАЯ КРОВЬ-2». (16+) США, Мексика, 1985 г. <b>23.50</b> «ФЭМБО-3». (16+) США, 1988 г. <b>01.40</b> Пятница News. (16+) <b>02.10</b> «СОТНЯ»	<b>05.40</b> Папа попал. (12+) <b>09.05</b> Невеста для папы. (16+) <b>11.15</b> Мастершеф. (16+) <b>15.20</b> Моя свекровь - монстр. (16+) <b>17.30</b> Измены. (16+) Ирина Минеева и Татьяна Виноградова объявляют изменам войну. Проведут расследования и помогут узнать правду. А что делать дальше - решать тебе! <b>20.40</b> Мастершеф. (16+) <b>00.55</b> «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+) <b>02.35</b> Я стесняюсь своего тела. (16+) Как изменить свою жизнь к лучшему? Можно ли перестать стыдиться болезни, которая портит вашу жизнь? И, в конце концов, реально ли от нее избавиться? Истории больного от прибытия в клинику до обследований и операций. Из заложников своего тела пациенты проекта превратятся в уверенных людей, не стесняющихся самих себя. <b>04.00</b> Папа попал. (12+)	<b>06.00, 22.20</b> Сыны России: Поверх барьеров. Илья Мечников. (12+) <b>06.30, 22.55</b> «713-Й ПРОСИТ ПОСАДКУ». (16+) <b>07.45</b> «ДОЧКИ-МАТЕРИ». (12+) <b>09.35</b> «Тайна запечного сверчка». Мультфильм. (6+) <b>10.00</b> «Золушка». Мультфильм. (0+) <b>10.20</b> «Когда-то давно». Мультфильм. (6+) <b>10.40, 03.45</b> «ПОСЕТИТЕЛЬ МУЗЕЯ». (12+) <b>13.10</b> «Сегодня День рождения». Мультфильм. (0+) <b>13.30</b> «Муравишка-хвастунишка». Мультфильм. (0+) <b>13.50</b> «Дело №...» Мультфильм. (6+) <b>14.10, 02.00</b> Сыны России: Шестое чувство Александра Лодыгина. (12+) <b>14.45, 02.30</b> «ГОНЩИКИ». (12+) <b>16.15</b> «ПУТЕШЕСТВИЕ С АНИТОЙ». (16+) <b>18.05</b> Сыны России: Я - наш человек. Джон Кописки. (12+) <b>19.00</b> «ПОСЛЕ СВАДЬБЫ». (12+) <b>20.50</b> «НЕ ГОВОРИ О ВСЕХ ЭТИХ ЖЕНЩИНАХ». (16+) <b>00.20</b> «ЛЕДИ ИСЧЕЗАЕТ». (16+) <b>05.55</b> Мультфильм. (6+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC
<b>00.00</b> Час истины. (12+) <b>01.00, 01.10</b> Время Победы. (12+) <b>01.15</b> По законам чести. Из истории дуэлей. (12+) <b>01.30</b> Российские военные в начале XX века. (12+) <b>02.00</b> «НАПОЛЕОН». (16+) <b>04.00</b> Цивилизации. (12+) <b>05.05, 13.55, 22.50</b> Историограф. (12+) <b>05.55</b> Диверсанты. (12+) <b>06.50</b> Антагонисты. Соперники в искусстве. (12+) <b>07.55</b> Древние цивилизации. (12+) <b>08.50</b> Семь дней истории. (12+) <b>09.00</b> Апокалипсис. Нескончаемая война 1918-1926. (16+) <b>09.55</b> Обыкновенная История. (6+) <b>10.05</b> Наследие цивилизаций. Древняя Азия. (12+) <b>11.00</b> Три города, покорившие мир. Амстердам, Лондон, Нью-Йорк. (12+) <b>12.00</b> Тайны соборов. (12+) <b>14.45</b> Тайны викингов. (12+) <b>16.00</b> Историада. (12+) <b>17.00</b> Рельсовая война. (12+) <b>17.30</b> Семь дней истории. (12+) <b>17.40</b> Истории искусств. Душа памятников. (12+) <b>18.40</b> На пути к Великой Победе. (12+) <b>19.10</b> Майя. Рождение легенды. (12+) <b>20.00</b> «ДЕЗЕРТИРЫ». (16+) <b>21.55, 22.25</b> Загадочные города. (12+) <b>23.40</b> История Отечества в портретах. (12+)	<b>06.15</b> Невероятные изобретения. (12+) <b>06.40</b> Запретная история. (12+) <b>07.35</b> Джон Кеннеди: становление столетия. (12+) <b>08.25, 09.25</b> Моя жизнь в гитлеровской Германии. (12+) <b>10.20, 11.10</b> В поисках «Восточного экспресса». (12+) <b>12.00</b> Безумцы с «Батавии». (16+) <b>13.00, 14.05, 15.05</b> Тайны шести жен. (16+) <b>16.10, 17.00</b> В поисках «Американского экспресса». (12+) <b>17.50</b> Родовые проклятия. (12+) <b>18.15</b> Настоящая игра престолов. (16+) <b>19.05</b> Тайная война. (12+) <b>20.05</b> Запретная история. (12+) <b>20.55</b> Свидетели резни: Нанкин 1937. (12+) <b>22.00</b> Хит-парад военной техники Документальный сериал, Великобритания, 2015 г. <b>23.05</b> Че Гевара: под маской мифа. (12+) Документальный фильм, Франция, 2017 г. <b>00.05</b> Запретная история. (12+) <b>01.55</b> Тайная война. (12+) <b>01.55</b> Свидетели резни: Нанкин 1937. (12+) <b>02.55</b> Хит-парад военной техники <b>03.55, 04.40</b> Музейные тайны. (12+) Сериал, США, 2016 г. <b>05.20</b> Невероятные изобретения. (12+)	<b>06.00</b> Панорама 360 градусов: Разрушение объектов всемирного наследия. (16+) <b>06.30</b> Осушить океан: корабли-призраки Атлантики. (16+) <b>07.20</b> Хозяева гор. (16+) <b>08.10</b> Тайвань-миру. (16+) <b>09.05</b> Расследование авиакатастроф. (16+) <b>09.50, 10.50</b> Мегазаводы. (16+) <b>11.40, 12.30</b> Авто - SOS. (16+) <b>13.20</b> Затерянные сокровища Майя. (16+) <b>14.15, 14.40</b> Горячие границы: Латинская Америка. (16+) <b>15.05, 15.55</b> Расследования авиакатастроф. (16+) <b>16.50</b> Поймать контрабандиста: Аэропорт Кеннеди. (16+) <b>17.45</b> Экстремальное путешествие: Вторая мировая война. (16+) <b>18.35</b> Расследование авиакатастроф. (16+) <b>19.25</b> Скрытые жемчужины Турции. (16+) <b>20.15, 02.50</b> Расследование авиакатастроф. (16+) <b>21.05</b> Поймать контрабандиста: Аэропорт Кеннеди. (16+) <b>22.00, 01.20, 03.35</b> Игры разума. (16+) <b>22.50</b> Сборник «Игр разума». (16+) <b>23.40, 00.30</b> Эвакуация Земли. (16+) <b>02.05</b> Авто - SOS. (16+) <b>04.20, 04.45</b> Самые удивительные фотографии National Geographic. (16+) <b>05.10, 05.35</b> Научные глупости. (16+)

 ANIMAL PLANET	Discovery DISCOVERY CHANNEL	TLC
<b>06.00</b> Аквариумный бизнес. (12+) <b>06.50</b> Волки и воины. (12+) <b>07.40</b> Введение в собаководение: спецвыпуск. (12+) <b>08.30</b> Скорая помощь для животных. (16+) <b>09.20</b> Неизведанный Индокитай. (12+) <b>10.10</b> Планета мутантов. (12+) <b>11.00, 11.50</b> Скорость жизни. (12+) <b>12.40</b> Волки и воины. (12+) <b>13.35</b> Скорая помощь для животных. (16+) <b>14.30</b> Введение в собаководение: спецвыпуск. (12+) <b>15.25</b> На свободу с питбулем. (16+) <b>16.20, 17.15, 18.10</b> Центр реабилитации Аманды. (12+) <b>19.05</b> Неизведанный Индокитай. (12+) <b>20.00</b> Священная треска. (12+) <b>21.30</b> Секреты природы. (12+) <b>21.55</b> Зоопарк. (12+) <b>22.50</b> Плохой пёс. (12+) <b>23.45</b> Я живой. (16+) <b>00.40</b> Правосудие Техаса. (16+) <b>01.30</b> Зоопарк. (12+) <b>02.15</b> Неизведанный Индокитай. (12+) <b>03.00</b> Живой или вымерший. (16+) <b>03.45</b> На свободу с питбулем. (16+) <b>04.30</b> Плохой пёс. (12+) <b>05.15</b> Я живой. (16+)	<b>06.00</b> Человек против медведя. (12+) <b>06.50, 13.45, 20.10</b> Махинаторы. (12+) <b>07.40, 03.00</b> Как работают машины. (12+) <b>08.30</b> Мятежный гараж. (12+) <b>09.22, 09.48</b> Охотники за реликвиями. (16+) <b>10.14, 04.30</b> Голые и напуганные. (16+) <b>11.06, 05.15</b> Золотая лихорадка. (16+) <b>11.58</b> Золотая лихорадка: бурные воды. (16+) <b>12.50</b> Как устроена Вселенная: Марс. (12+) <b>14.40, 15.05</b> Как это сделано? (16+) <b>15.35, 16.00, 00.40, 01.05</b> В погоне за классикой. (12+) <b>16.30, 16.55, 02.15, 02.40</b> Гаражное золото. (12+) <b>17.25, 03.45</b> Рыбалка голыми руками. (12+) <b>18.20</b> Дальнобойщик в Америке. (12+) <b>19.15</b> Ручная работа. (12+) <b>19.40</b> Как это устроено? (12+) <b>21.05, 21.30</b> Охотники за реликвиями. (12+) <b>22.00</b> Аляска: семья из леса. (16+) <b>22.55</b> Аляска: последний рубеж. (16+) <b>23.50</b> Голые и напуганные XL. (16+) <b>01.30</b> Экспедиция Мунго: Обезьяночеловек из Индии. (16+)	<b>06.00</b> Мастер макияжа. (12+) <b>06.25, 06.50</b> Охотники за островами. (12+) <b>07.15</b> Чемпионат юных пекарей. (12+) <b>08.10, 08.35</b> Игра вслепую. (12+) <b>09.05, 09.30</b> Охотники за островами. (12+) <b>10.00</b> Я ешу 300 кг. (16+) <b>11.50, 12.15</b> Экстремальные способы экономии. (16+) <b>12.45</b> Коронованные детки. (16+) <b>13.40</b> Чемпионат юных пекарей. (12+) <b>14.35, 15.00, 15.30, 15.55</b> Джек-пот: мы покупаем дом! (12+) <b>16.25</b> Сестры Даггар: пополнение. (12+) <b>17.20</b> Коронованные детки. (16+) <b>18.15, 18.40</b> Экстремальные способы экономии. (16+) <b>19.10, 19.35</b> Игра вслепую. (12+) <b>20.05, 20.30, 05.13, 05.36</b> Охотники за островами. (12+) <b>21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 04.01</b> Игра вслепую. (12+) <b>23.00, 02.27</b> Спасите мои ноги. (18+) <b>23.55</b> Монстры внутри меня. (16+) <b>00.50</b> Моя полная жизнь. (16+) <b>01.40</b> Меня зовут Джас. (18+) <b>03.14</b> Монстры внутри меня. (16+) <b>04.26, 04.49</b> Экстремальные способы экономии. (16+)



## СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT 1
<b>06.00</b> Гандбол. Кубок России. Мужчины. «Финал 4-х». Финал. (0+)	<b>01.00, 02.30, 08.00</b> Теннис. (6+)
<b>07.35, 09.45, 12.50, 15.35</b> Новости	<b>04.00</b> Теннис. WTA Premier Mandatory. Индиан-Уэллс. Прямая трансляция. (6+)
<b>07.40, 03.30</b> Бильярд. Кубок чемпионов «Свободная пирамида». (0+)	<b>06.00</b> Теннис. АТР «Мастерс». Индиан-Уэллс. 1/4 финала. Прямая трансляция. (6+)
<b>09.55, 17.25</b> Прыжки в воду. «Мировая серия». Прямая трансляция из Казани	<b>09.00, 09.45, 10.30, 11.15, 13.30, 14.30</b> Велоспорт. (12+)
<b>11.50</b> Прыжки с трамплина. Кубок мира. Женщины. Квалификация. (0+)	<b>12.00, 12.30</b> Олимпийские игры. Тележурнал. (12+)
<b>12.55</b> Страна смотрит спорт. (12+)	<b>14.00</b> Футбол. Лига чемпионов. Жеребьевка. Прямая трансляция. (6+)
<b>13.25</b> В Россию с любовью. (12+)	<b>15.00</b> Футбол. Лига Европы. Жеребьевка. Прямая трансляция. (6+)
<b>13.45, 19.45</b> Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)	<b>15.30, 18.15</b> Баттлон. Кубок мира. Осло. Прямая трансляция. (6+)
<b>15.40, 02.05</b> Смешанные единоборства. Бой по правилам TNA. (16+)	<b>16.30</b> Прыжки на лыжах с трамплина. Чемпионат мира по полетам. Планица. Прямая трансляция. (12+)
<b>17.05</b> Между небом и землей. (12+)	<b>19.50, 20.45</b> Лыжные гонки. Кубок мира. Кэнмор. Прямая трансляция. (6+)
<b>21.35</b> Баскетбол. Кубок Европы. 1/4 финала. (0+)	<b>22.05</b> Автогонки. World Endurance. «1000 миль Себринга». Прямая трансляция. (12+)
<b>23.25</b> Лев Яшин - номер один. (12+)	
<b>00.25</b> Гандбол. Олимпийский квалификационный турнир. Женщины. (0+)	

## МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ
<b>05.00, 08.25, 13.25, 18.00</b> PRO-новости. (16+)	<b>15.00</b> Битва фанклубов. (16+)
<b>05.25, 11.30, 17.10</b> 10 самых горячих клипов дня. (16+)	<b>16.00</b> Русские хиты. Чемпионы пятницы. (16+)
<b>06.05</b> Каждое утро. (16+)	<b>19.30</b> Русский чарт. (16+)
<b>09.00</b> Золотая дюжина. (16+)	<b>20.35</b> Белые ночи Санкт-Петербурга-2019. Лучшие выступления. (16+)
<b>10.00</b> Победитель «Битвы фанклубов». (16+)	Грандиозный фестиваль популярной музыки в Серверной столице.
<b>10.30</b> Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)	<b>23.50</b> DFM - dance chart. (16+)
<b>12.20, 18.30, 22.45</b> Место под Солнцем. (16+)	<b>00.50</b> Неспиннер. (16+)
<b>14.00</b> МУЗ-ТВ чарт. (16+)	<b>03.00</b> Золотая лихорадка. (16+)

## ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
<b>08.15</b> «Робокор Поли». Уроки безопасности с Эмбер. (0+)	<b>05.00</b> «Мини-Мопетты». (0+)	<b>05.00</b> «Ранние пташки». «Моланг». «Смешарики. Новые приключения». «Домики». (0+)
<b>08.20</b> «Хейдораблз». (0+)	<b>05.25</b> «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)	<b>06.55</b> «Чик-зарядка». (0+)
<b>08.25, 13.00, 21.00</b> «Барбоскины». (0+)	<b>05.50</b> «Аладдин» (субтитры). (0+)	<b>07.00</b> «С добрым утром, малыши!» (0+)
<b>09.00</b> «Ангел Бэби». (0+)	<b>06.15, 12.00</b> «Русалочка» (субтитры). (6+)	<b>07.30</b> «Чик-зарядка». (0+)
<b>09.20</b> «Хомячок Фрош. Друзья в поисках клада». (0+)	<b>06.40</b> «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)	<b>07.35</b> «Маджикки». (0+)
<b>09.30, 15.25</b> «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)	<b>07.10, 14.40</b> «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	<b>08.05</b> «Бинг». (0+)
<b>10.00, 14.00, 17.25, 22.00</b> «Фиксики». (0+)	<b>07.35</b> «Рapunцель: История продолжается». (6+)	<b>08.40</b> «Царевны». (0+)
<b>10.30, 20.00</b> «Лунтик и его друзья». (0+)	<b>08.10</b> «Пёс Пэт». (6+)	<b>09.20</b> «Студия Каляки-Малыки». (0+)
<b>11.00</b> «Сказочный патруль». (0+)	<b>08.25</b> «Хранитель Лев». (0+)	<b>09.45</b> «Радужный мир Руби». (0+)
<b>11.35, 19.30</b> «Ми-Ми-Мишки». (0+)	<b>08.55</b> «Герои в масках». (0+)	<b>10.15</b> «Четверо в кубе». (0+)
<b>12.00, 16.00</b> «Время малышей». (0+)	<b>09.25</b> «ПУПС». (0+)	<b>11.00</b> «Робокор Поли и его друзья». (0+)
<b>13.35, 20.30</b> «Маша и Медведь». (0+)	<b>10.00</b> «Дружные мопсы». (0+)	<b>11.40</b> «Роботы-поезда». (0+)
<b>14.30</b> «Смешарики». (0+)	<b>10.30</b> «Блуди». (0+)	<b>12.15</b> «Гормити». (6+)
<b>15.00</b> «Нильс». (0+)	<b>11.00</b> «София Прекрасная». (0+)	<b>12.40</b> «Трансформеры. Боты-спасатели. Академия». (0+)
<b>17.00</b> «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)	<b>11.25</b> «Елена - принцесса Авалора». (0+)	<b>13.05</b> «Трансформеры. Киберверселенная». (6+)
<b>18.00</b> «Роботы-поезда». (0+)	<b>12.30</b> «Принцесса и лягушка». (0+)	<b>13.25</b> «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)
<b>18.30</b> «Мальшарик». (0+)	<b>19.30</b> «Золушка-3: Злые чары». (0+)	<b>13.30</b> «Приключения Ам Няма». (0+)
<b>19.00</b> «Четверо в кубе». (0+)	<b>20.55</b> «Мэри и ведьмин цветок». (6+)	<b>14.00</b> «Навигатор. У нас гости!» (0+)
<b>20.55</b> «Машины сказки». (0+)	<b>23.05</b> «ПРИНЦЕССА». (6+)	Актриса озвучивания и дубляжа, певица, битбоксер и любительница книг! В гостях у Яны и Ани - Василиса Савкина!
<b>21.20</b> «Лео и Тиг». (0+)	<b>01.00</b> «МАПЕТТЫ». (6+)	<b>14.10</b> «Смурфики». (0+)
<b>22.30</b> «Смешарики. Пин-код». (0+)	<b>02.40</b> «Геркулес». (12+)	<b>14.35</b> «Как устроен город». (0+)
	<b>04.15</b> Музыка на Канале Disney. (6+)	<b>14.40</b> «Фиксики». (0+)
<b>08.52, 10.54, 11.49, 19.52</b> Вредные советы от полезных детей. (6+)	<b>05.00</b> «В мире малышей». (0+)	<b>15.40</b> «Вкусняшки шоу». (0+)
<b>09.00, 09.32, 09.49, 14.40, 22.50, 23.10</b> Мультфильмы. (6+)	<b>06.10</b> «Даша - путешественница». (0+)	<b>16.00</b> «Бурёнка Даша». (0+)
<b>09.24, 09.40, 14.30, 15.10, 22.30, 23.00, 23.20</b> Мультфильмы. (0+)	<b>07.00</b> «Доктор Малышкина». (0+)	<b>16.10</b> «Клуб Винкс». (6+)
<b>10.05, 11.00</b> «КОСМО». (6+)	<b>07.05</b> «Царевны». (0+)	<b>16.30</b> «Фееринки». (6+)
<b>10.32, 11.28</b> «СЕМЬ ГНОМОВ И Я». (6+)	<b>09.00</b> «Тима и Тома». (0+)	<b>17.10</b> «Оранжевая корова». (0+)
<b>12.00, 15.30, 20.00, 23.30</b> «Смешарики. Пин-код». (6+)	<b>10.00</b> «Давайте рисовать!» (0+)	<b>17.35</b> «Пластилинка». (0+)
<b>12.30, 16.00, 18.00, 21.25</b> Мастерская «Умелые ручки». (6+)	<b>10.25, 03.25</b> «Йоко». (0+)	<b>17.40</b> «Суперкрылья. Подзарядка». (0+)
<b>12.45, 16.15, 18.15, 21.40</b> Проще простого! (6+)	<b>11.55</b> «Весёлый алфавит». (0+)	<b>18.10</b> «Рев и заводная команда». (0+)
<b>13.00, 16.30, 18.30, 21.55</b> Готовим с папой. (6+)	<b>12.00</b> «Непоседа Зу». (0+)	<b>18.35</b> «Ми-Ми-Мишки». (0+)
<b>13.19, 16.49, 18.49, 22.14</b> Открытки. (6+)	<b>13.55</b> «Мой музей». (0+)	<b>20.00</b> «44 котёнка». (0+)
<b>13.35, 17.05, 20.30</b> «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)	<b>14.00</b> «Летающие звери». (0+)	<b>20.30</b> «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
<b>13.51, 17.21, 20.45</b> «Тайна Сукаревой башни». (6+)	<b>15.55</b> «Космическое путешествие». (0+)	<b>20.45</b> «Три кота». (0+)
<b>14.07, 17.35, 21.01</b> «Октонавты». (0+)	<b>16.00</b> «Три кота». (0+)	<b>22.30</b> «Дикие скричеры!» (6+)
<b>15.20</b> «Про Буку». (12+)	<b>17.05</b> «История изобретений». (0+)	<b>22.50</b> «Инфинити Надю». (6+)
<b>19.05</b> Взрослая детская кухня. (6+)	<b>17.50</b> «Доктор Малышкина». (0+)	<b>23.15</b> «Элвин и бурундуки». (6+)
	<b>18.00</b> «Фиксики». (0+)	<b>01.00</b> «Даша и друзья: приключения в городе». (6+)
	<b>19.00, 04.40</b> «ТриО!» (0+)	<b>02.10</b> «Секреты маленького шефа». (0+)
	<b>19.20</b> «Поезд динозавров». (0+)	<b>02.35</b> «Подружки-супергерои». (6+)
	<b>21.00</b> «Пластилинка». (0+)	<b>03.40</b> «Кокоша - маленький дракон». (0+)
	<b>21.05</b> «Оранжевая корова». (0+)	
	<b>23.10</b> «Три кота». (0+)	
	<b>01.00</b> «Смешарики». (0+)	
	<b>03.00</b> «Букварий». (0+)	

## ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	12.05
<b>05.00, 00.50</b> День Патриарха. (0+)	Русские. (12+)
<b>05.15</b> Новый Завет вслух. (0+)	<b>13.00, 20.00</b> Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
<b>05.30</b> Знак равенства. (16+)	<b>15.00</b> «ПИРОГОВ». (0+)
<b>05.45</b> Лица Церкви. (6+)	СССР, 1947 г.
<b>06.00</b> Пилигрим. (6+)	<b>17.00, 17.55</b> «НА ПРИВЯЗИ У ВЗЛЕТНОЙ ПОЛОСЫ». (0+)
<b>06.30</b> В поисках Бога. (12+)	СССР, 1989 г. В ролях: Татьяна Назарова, Константин Шафоренко
<b>07.00, 17.30, 21.30, 02.00</b> Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)	<b>22.50</b> «Наши любимые песни». Концерт. (12+)
<b>07.45, 19.00, 01.05</b> Завет. (6+)	<b>23.50</b> Res Publica (субтитры). (16+)
<b>08.45</b> Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)	<b>02.45</b> Прямая линия жизни. (0+)
<b>09.20, 14.30</b> Монастырская кухня. (0+)	<b>03.50</b> «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
<b>09.50, 22.15</b> Реакция. (12+)	<b>04.45</b> «Тайны сказок» с Анной Ковальчук. (0+)
<b>10.25</b> «ОСЕННЯЯ ИСТОРИЯ». 2 серия. (0+)	

## Православный календарь

20 марта

Седмица 3-я Великого поста. Глас 6. Сщмч., в Херсонесе епископствовавших: Василия, Ефрема, Капитона, Евгения, Еферия, Елпидия, Агафодора.



Прп. Павла Препростого. Свт. Павла исп., еп. Прусидского. Прп. Емилиана Итальянского. Сщмч. Николая пресвитера. Прмч. Нила, прмцц. Матроны, Марии, Евдокии, Екатерины, Антонины, На-

дежды, Ксении и Анны. Иконы Божией Матери «Споручница грешных» в Корце (Ровенск. обл.), в Одрине (Орловск. обл.) и в Москве.

Постный день.

«Плод благого делания есть любовь и смирение, от которых рождается покой и мир совести».

Прп. Макарий Оптинский

## ПОХУДЕЙКА

Продукты, как ни удивительно, с одними «собратьями» могут находить общий язык, а других буквально «не переваривают».

О того и усвояемость пищи может меняться – в зависимости от того, насколько дружелюбны друг к другу продукты, попавшие в наш организм одновременно.

### Белки + крахмалы: дружба противоречивая

Белки и крахмалы не могут перевариваться нашим организмом в одно и то же время. Белки перевариваются в кислой среде, а крахмалы – в щелочной. Поэтому мясо, рыбу и яйца лучше не объединять в одном приеме пищи с картошкой, хлебом, кашами. Дружбу макарон с сыром и булочки с молоком тоже крепкой не назовешь.

### Белки + овощи: дружба надёжная

Зелень и овощи повышают усвояемость мясных изделий практически на 100 %. В то время как другие гарниры снижают его усвояемость до 80 %, а значит, понижается количество белка, которое наш организм усвоит.

# Есть ли дружба между продуктами?

### Кисломолочка + овощи: дружба верная

Кисломолочка (кефир, йогурт, мягкие сыры) содержит полезные для нашего организма бактерии – пробиотики. А овощи содержат пребиотики – пищевые волокна, неперевариваемые компоненты пищи, которые необходимы пробиотикам для питания. Поэтому кисломолочные продукты так любят соседство с овощами.



### Жиры + овощи + зелень: дружба полезная

Жиры лучше всего сочетаются со свежими овощами и зеленью. А если учесть, что жирорастворимые витамины А, Д, Е, К усваиваются только при наличии жиров, эта дружба становится очень полезной для нашего организма. Кроме того, овощи и зелень не дают лишнему жиру откладываться на нашей талии. Салат из овощей и зелени, сдобренный растительным маслом, – идеальное дружеское блюдо.

### Фрукт + фрукт: дружба единоличная

Фрукты не умеют дружить с другими продуктами. Они быстро усваиваются и не любят никаких задержек. А если к ним добавляется более «тяжеловесный» компаньон, например, мясо, которое требует длительного переваривания, фрукты непременно устроят недовольство брожения.

Если у вас хороший аппетит, лучше съесть двойную порцию рыбы или макарон, чем их между собой смешать. «Недружественные» продукты могут лишить ваш организм энергии на весь день.

## Мнение специалиста

### Каждой пище своё время

На наши вопросы отвечает диетолог, главврач клиники «Питание и здоровье», ведущий специалист консервативного лечения ожирения в Центре коррекции веса ГКБ № 29 им. Н.Э. Баумана Дарья Русакова.



– Говорят, что жидкость разбавляет желудочный сок. Поэтому чай, кофе и другие напитки желательно употреблять сразу после еды. Так ли это?

– На качество пищеварения влияют вид еды, наличие термообработки, время приема пищи, ее количество, возраст человека, а также индивидуальные особенности желудочно-кишечного тракта, состояние здоровья пищеварительных органов. Жидкость действительно разбавляет желудочный сок, но переваривание и всасывание больше зависит от качества пережевывания пищи. Процесс пищеварения в полости желудка занимает обычно 3-4 часа, а жидкость должна поступать в организм регулярно, вы же не можете не пить три часа до и три часа после каждого приема пищи.

– Так ли важно употреблять углеводы утром, а белковую пищу вечером?

– Для нормальной жизнедеятельности важно, чтобы белки, жиры и углеводы поступали регулярно и своевременно: завтрак – белки, жиры, простые и сложные углеводы; обед – белки, жиры, сложные углеводы; ужин – белки и углеводы в виде овощей; перекусы – белки, сложные углеводы.

Татьяна МИХАЛЁВА



ПЕРВЫЙ



21.20 «Клуб Веселых и Находчивых». (16+)

06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»  
09.00 Умницы и умники. (12+)  
09.45 Слово пастыря. (0+)  
10.00 Новости (с субтитрами)  
10.15 «Горячий лёд». Фигурное катание. Чемпионат мира-2020. Танцы. Женщины. Произвольная программа. (0+)  
12.00 Новости (с субтитрами)  
12.15 «Модный приговор». К юбилею Надежды Бабкиной. (6+)  
13.15 «Надежда Бабкина. «Если в омут, то с головой!» (12+)  
14.15 Юбилейный концерт Надежды Бабкиной. (12+)  
16.15 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)  
17.50 Сегодня вечером. (16+)  
21.00 Время  
21.20 «Клуб Веселых и Находчивых». Высшая лига. (16+)  
23.20 Большая игра. (16+)  
00.30 «Горячий лёд». Фигурное катание

ТВЦ

05.20 «ОДИН ИЗ НАС». (12+)  
07.15 Православная энциклопедия. (6+)  
07.45 «ОХОТНИЦА». (12+)  
09.40 «Георг Отс. Публика ждет...» (12+)  
10.45 «МАКСИМ ПЕРЕПЕЛИЦА». (0+)  
11.30 14.30 23.45 События  
11.45 «МАКСИМ ПЕРЕПЕЛИЦА». (0+)  
12.55 14.45 «ПРИЗРАКИ ЗАМОСКВОРЕЧЬЯ». (12+)  
17.05 «ЖЕНЩИНА НАВОДИТ ПОРЯДОК». (12+)  
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым  
22.15 «Право знать!» (16+)  
23.55 «Дикие деньги». (16+)  
00.50 «Прощание. Япончик». (16+)  
01.35 «Советские мафии». (16+)  
02.15 Специальный репортаж. (16+)  
02.45 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым. (16+)  
03.50 «Право знать!». (16+)  
05.05 Петровка, 38. (16+)  
05.15 «Осторожно, мошенники!» (16+)

РОССИЯ 1



09.30 Пятеро на одного

05.00 Утро России. Суббота  
08.00 Вести. Местное время  
08.20 Местное время. Суббота  
08.35 По секрету всему свету  
09.30 Пятеро на одного  
10.20 Сто к одному  
11.10 Смеяться разрешается  
13.45 «ДОЛГИ СОВЕСТИ». (12+)  
Таня влюблена и счастлива. Её избранник Геннадий - обаятельный молодой человек из обеспеченной семьи. Однако идиллия заканчивается, как только девушка сообщает ему, что ждёт ребёнка  
18.00 Привет, Андрей! (12+)  
20.00 Вести в субботу  
20.40 «РАДИ ТВОЕГО СЧАСТЬЯ». (12+)  
00.50 «ДАША». (12+)  
Воспитанница провинциального детского дома Даша становится жертвой богатого мошенника Богданова. Чтобы уберечь своё имущество от конфискации, он выдает Дашу за внебрачную дочь, которую он разыскал...

ЗВЕЗДА

05.25 «ШАГ НАВСТРЕЧУ: НЕСКОЛЬКО ИСТОРИЙ ВЕСЕЛЫХ И ГРУСТНЫХ...» (12+)  
06.45 08.15 «ТРЕМБИТА». (0+)  
08.00 13.00 18.00 Новости дня  
09.00 «Легенды цирка». (6+)  
09.30 «Легенды кино». (6+)  
10.15 «Загадки века». (12+)  
11.05 «Улика из прошлого». (16+)  
11.55 «Не факт!» (6+)  
12.30 Круиз-контроль. (6+)  
13.20 «Специальный репортаж». (12+)  
13.35 «СССР. Знак качества». (12+)  
14.30 «Морской бой». (6+)  
15.30 «Зоя Воскресенская». (12+)  
16.30 18.25 «СЛУШАТЬ В ОТСЕКАХ». (12+)  
18.10 «Задело!» с Николаем Петровым  
19.55 «ОБЪЯВЛЕННЫ В РОЗЫСК». (16+)  
23.55 «СПИРАЛЬ». (16+)  
01.45 «МЕХАНИК». (16+)  
03.15 «ЖЕНЩИН ОБИЖАТЬ НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ». (0+)

5-Й КАНАЛ



01.00 «ПОЗДНЕЕ РАСКАЗЫВАНИЕ». (16+)

05.00 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)  
09.05 «Моя правда». (16+)  
10.10 «СЛЕД». (16+)  
Самый знаменитый из отечественных сериалов рассказывает о работе вымышленной организации - Федеральной экспертной службы. Команда профессионалов под руководством полковника Галины Rogozinoй расследует самые загадочные преступления  
00.00 Известия. Главное  
01.00 «ПОЗДНЕЕ РАСКАЗЫВАНИЕ». (16+)  
Семья Милы и Кости держится исключительно благодаря двум дочерям, Лике и Кире. Мила давно сняла со счетов мужа, который не может обеспечить семью, отдав предпочтение предпринимчивому любовнику Томашу. А вот жизнь Анны и ее сына Сергея подчинена ожиданию чуда - несмотря на то, что ее муж уже несколько лет числится пропавшим без вести, Анна все еще верит, что он вернется из Афганистана

ОТР

06.30 «Фигура речи». (12+)  
07.00 «Служу Отчизне!» (12+)  
07.30 01.45 «За строчкой архивной...» (12+)  
08.00 16.30 «Книжные аллеи». (12+)  
08.30 17.00 04.35 «Домашние животные». (12+)  
09.00 «Новости Совета Федерации». (12+)  
09.10 Моменты судьбы. (6+)  
09.30 «ТАЙНЫ АВРОРЫ ТИГАРДЕН». (16+)  
11.00 13.00 15.00 19.00 Новости  
11.05 23.20 03.40 «Вертинский». (12+)  
12.00 Большая страна. (12+)  
13.05 Дом «Э». (12+)  
13.30 15.05 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)  
16.20 Среда обитания. (12+)  
17.30 Концерт «Магия трёх роялей». (12+)  
19.20 «Вспомнить всё». (12+)  
19.45 «Культурный обмен». (12+)  
20.30 «КОРСИКАНЕЦ». (12+)  
22.05 «Звук». (12+)  
00.15 «БЕЗ СВИДЕТЕЛЕЙ». (12+)  
02.10 «КУРОРТНЫЙ ТУЗ». (16+)

НТВ



11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым. (12+)

05.35 «Я СЧИТАЮ: РАЗ, ДВА, ТРИ, ЧЕТЫРЕ, ПЯТЬ...» (16+)  
07.25 Смотр. (0+)  
08.00 10.00 16.00 Сегодня  
08.20 Готовим с Алексеем Зиминым. (0+)  
08.45 Доктор Свет. (16+)  
09.25 Едим дома. (0+)  
10.20 Главная дорога. (16+)  
11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым. (12+)  
12.00 Квартирный вопрос. (0+)  
13.05 НашПотребНадзор. (16+)  
14.00 Поедем, поедим! (0+)  
15.00 Своя игра. (0+)  
16.20 Следствие вели... (16+)  
17.50 Ты не поверишь! (16+)  
19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым  
21.00 Секрет на миллион. (16+)  
23.00 «Международная пирамида» с Тиграном Кеосаяном. (16+)  
23.50 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)  
01.40 Дачный ответ. (0+)  
02.35 «УЛЬТИМАТУМ». (16+)

РЕН

05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)  
07.20 «КУДРЯШКА СЮ». (12+)  
09.15 «Минтранс». (16+)  
10.15 «Самая полезная программа». (16+)  
11.15 «Военная тайна». (16+)  
15.20 Засекреченные списки. (16+)  
17.20 «НЕВЕРОЯТНЫЙ ХАЛК». (16+)  
19.30 «МСТИТЕЛИ: ВОЙНА БЕСКОНЕЧНОСТИ». (16+)  
22.30 «ЗЕМЛЯ БУДУЩЕГО». (12+)  
В руки к молодой девушке попадает загадочный предмет, открывающий доступ в параллельную реальность. Она вынуждена обратиться за помощью к циничному гению-изобретателю Фрэнку. Кейси должна убедить бывшего вундеркинда раскрыть ей тайну загадочного места, находящегося вне привычной реальности  
00.50 «ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА». (18+)  
02.30 «Тайны Чапман». (16+)

РОССИЯ К



17.15 «ХОЖДЕНИЕ ЗА ТРИ МОРЯ»

06.30 Библейский сюжет  
07.05 «Мультфильмы»  
07.40 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРОГО Я ЛЮБЛЮ»  
09.10 00.35 Телескоп  
09.40 «Русская Атлантида»  
10.10 «ПОСОЛ СОВЕТСКОГО СОЮЗА»  
В годы Великой Отечественной войны Елена Кольцова, советский посол в нейтральной скандинавской стране, ведёт напряжённую работу - разоблачая провокации гитлеровской Германии  
11.35 «Обаяние таланта. Юлия Борисова»  
12.30 Праотцы  
13.00 Эрмитаж  
13.25 01.05 «Дикие Анды»  
14.20 «ПОХОЖДЕНИЯ ЗУБНОГО ВРАЧА»  
15.40 «Колонна для Императора»  
16.25 «Человек без маски»  
17.15 «ХОЖДЕНИЕ ЗА ТРИ МОРЯ»  
19.40 «Разведка в лицах»  
21.00 Агора  
22.00 «КАРАВАДЖО». (18+)  
23.35 Клуб 37  
02.00 «Искатели»  
02.45 «Кострома»

ТВ-3

06.00 «Мультфильмы». (0+)  
09.30 Рисуем сказки. (0+)  
09.45 «Мультфильмы». (0+)  
11.15 Последний герой. Зрители против звёзд. (16+)  
12.30 «ПРИНЦ ВЭЛИАНТ». (12+)  
14.30 «РОБИН ГУД». (16+)  
17.15 «ПАСТЫРЬ». (16+)  
19.00 Последний герой. Зрители против звёзд. (16+)  
20.15 «ЦАРСТВО НЕБЕСНОЕ». (16+)  
23.00 «ЗАТЕРЯННЫЙ ГОРОД Z». (16+)  
Биографический фильм, рассказывающий о жизни исследователя, топографа, путешественника и полковника британской империи Персиваля Фоссета. Делом всей жизни Фоссета стали поиски таинственного города Z, затерянного в джунглях Южной Америки  
02.00 Охотники за привидениями. Битва за Москву. (16+)  
03.00 Охотники за привидениями. (16+)

СТС



19.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». (0+)

06.00 Ералаш. (0+)  
06.25 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)  
06.45 «Приключения Кота в сапогах». (6+)  
07.10 «Тролли. Праздник продолжается!» (6+)  
07.35 «Три кота». (0+)  
08.00 «Том и Джерри». (0+)  
08.20 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)  
09.00 «ПроСТО кухня». (12+)  
10.00 «Забавные истории». (6+)  
10.10 «СМУРФИКИ». (0+)  
12.20 «СМУРФИКИ-2». (6+)  
14.20 «ЛЮДИ ИКС». (16+)  
16.20 «ЛЮДИ ИКС-2». (12+)  
19.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». (0+)  
21.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-2». (12+)  
22.45 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-3». (12+)  
00.45 «НЕСНОСНЫЕ БОСЫ». (16+)  
02.30 «РИМСКИЕ СВИДАНИЯ». (16+)  
03.55 «Шоу выходного дня». (16+)  
04.40 «Снегурочка». (0+)  
05.45 Ералаш. (0+)  
06.30 «6 кадров». (16+)  
07.05 «ВОРОЖЕЯ». (16+)  
11.05 «Пять ужинов». (16+)  
11.20 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)  
Вера выходит на пенсию и решает навестить детей, живущих в столице. Она уверена, что у неё дружные и успешные дети, добившиеся многого в жизни. Но выясняется, всё далеко не так...  
19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)  
23.25 «ВЕЧЕРНЯЯ СКАЗКА». (16+)  
Ведущая детской телепрограммы «Вечерняя сказка» Маша Пчёлкина знакомится в кафе с бизнесменом Антоном Будаевым и его очаровательным сынишкой Даней. Но Даня не считает новую папину знакомую очаровательной. Несмотря на мнение сына, Антон женится на Маше  
01.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)  
04.30 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)  
06.10 «6 кадров». (16+)





ТНТ-СПБ



20.00 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)

07.00 TNT Music. (16+)  
07.30 TNT. Gold. (16+)  
09.00 «САШАТАНЯ». (16+)  
11.00 «Народный ремонт». (16+)  
12.00 Где логика?. (16+)  
13.00 Студия Союз. (16+)  
14.00 Импровизация. (16+)  
15.00 Comedy Woman. (16+)  
20.00 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)  
Устав таксовать в провинции, простак Артем перебирается в столицу. Теперь он - трезвый водитель  
22.00 «Женский стендап». (16+)  
23.00 Дом-2. Город любви. (16+)  
00.05 Дом-2. После заката. (16+)  
01.05 TNT Music. (16+)  
01.35 «Stand Up». (16+)  
04.05 «Открытый микрофон». (16+)  
04.55 «Открытый микрофон. Дайджест». (16+)  
05.45 «Открытый микрофон». (16+)



ЧЕ



14.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-2». (16+)

06.00 08.00 11.20 «Улетное видео. Лучшее». (16+)  
06.20 04.45 «ЕВЛАМПИЯ РОМАНОВА: СЛЕДСТВИЕ ВЕДЁТ ДИЛЕТАНТ». (12+)  
09.30 «КВН на бис». (16+)  
10.30 «КВН. Высший балл». (16+)  
12.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ». (16+)  
14.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-2». (16+)  
16.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-3». (16+)  
17.40 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-4». (16+)  
19.30 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-5». (16+)  
21.30 «Улетное видео. Лучшее». (16+)  
22.30 «Улетное видео». (16+)  
23.00 «+100500». (18+)  
00.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-6». (16+)  
02.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-7: МИССИЯ В МОСКВЕ». (16+)  
03.20 «Улетное видео». (16+)



МАТЧ ТВ

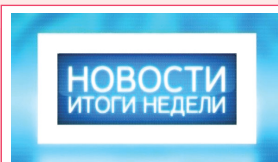


02.15 Формула-1. Гран-при Бахрейна. (0+)

06.30 Профессиональный бокс. Ф. Чудинов - Х. Н'Дам Н'Жикам. (16+)  
08.00 15.15 17.45 22.05 Все на Матч!  
08.30 Футбол. «Лилль» - «Монако». Чемпионат Франции. (0+)  
10.30 11.40 13.25 15.10 17.40 19.50 22.00 Новости  
10.40 Все на футбол! Афиша. (12+)  
11.45 13.30 Биатлон. (0+)  
15.50 18.25 Биатлон  
17.10 «Жизнь после спорта». (12+)  
20.00 Профессиональный бокс. Ф. Чудинов - А. Чилемба  
22.30 Реальный спорт  
23.30 Профессиональный бокс. М. Бриедис - Ю. Дортикос. Всемирная Суперсерия. Финал  
02.15 Формула-1. Гран-при Бахрейна. (0+)  
03.30 Гандбол. Россия - Казахстан. (0+)  
05.15 Спортивная гимнастика. (0+)



СПБ



20.00 Итоги недели. (16+)

06.00 «ТАЙНА ЕГОРА, ИЛИ НЕОБЫКНОВЕННЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ОБЫКНОВЕННЫМ ЛЕТОМ». (12+)  
07.55 «Ленинградская коллекция» с Борисом Герштом. (12+)  
09.05 Слово. (16+)  
09.20 Азбука петербуржца. (6+)  
09.25 Зона Особого Внимания. (16+)  
10.00 Пульс города. (12+)  
11.00 15.00 18.00 «Новости». (16+)  
11.15 «Выходной». (6+)  
11.30 20.55 Малые родины большого Петербурга. (6+)  
11.50 Время суток. (16+)  
12.20 15.10 18.15 «ВРЕМЯЩИК». (16+)  
20.00 Итоги недели. (16+)  
21.10 «Театральная гостиная». (16+)  
23.40 «СВЯЗИ». (16+)  
04.20 «ДОКТОР КАЛЮЖНЫЙ». (6+)



ЛЕНТВ24



21.30 «ГОРЯЧИЕ НОВОСТИ». (16+)

07.35 «Чародей равновесия». (6+)  
08.50 20.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)  
09.35 «Ветеринарная клиника». (16+)  
10.30 «НИКТО НЕ ЗАМЕНИТ ТЕБЯ». (0+)  
11.35 «Под лёд». (16+)  
12.00 Берлин. Май 1945. (16+)  
12.45 «ГОГОЛЬ: БЛИЖАЙШИЙ». (12+)  
14.35 «ПРОДЛИСЬ, ПРОДЛИСЬ, ОЧАРОВАНИЕ...» (12+)  
16.00 «В мире звёзд». (12+)  
16.40 01.00 Концерт Елены Ваенги. (16+)  
17.50 «НЕЧАЯННЫЕ ПИСЬМА». (12+)  
19.15 «Правда ли?» (16+)  
20.45 «Корчной». (12+)  
21.30 «ГОРЯЧИЕ НОВОСТИ». (16+)  
23.15 «АМЕРИКАНЕЦ». (16+)  
02.10 «С миру по нитке». (12+)



78 КАНАЛ



22.30 «МЕЧЕНОСЕЦ». (16+)

05.40 «Пища богов». (12+)  
07.25 «Открытая студия. Неделя». (12+)  
09.00 «Зверопитер». (12+)  
09.30 «Автограф». (12+)  
10.00 12.00 16.30 «Известия 78». (12+)  
10.10 «Давно не виделись». (12+)  
11.00 «Книжные аллеи». (12+)  
11.30 «Подводный роман. Остров». (12+)  
12.15 00.25 «Земля. Территория загадок». (12+)  
14.05 «Легенды советского сыска». (12+)  
16.45 19.20 «Болеем за наших!» (12+)  
17.00 КХЛ. Плей-офф. (16+)  
19.30 Сделано в СССР. (12+)  
20.30 «Другой Петербург». (16+)  
21.00 «Происшествия». (16+)  
22.00 «Какой мужчина!» (16+)  
22.30 «МЕЧЕНОСЕЦ». (16+)  
02.10 «Ночное вещание». (16+)

## Советы от звездчѐта Надежды Солнечной с 16 по 22 марта



Рыбы

19.02 – 20.03

В эмоциональном плане впереди у Рыб неделя непростая. Звезды советуют гнать прочь необоснованные сомнения и пессимизм, в противном случае они могут ввергнуть вас в затяжную меланхолию. Посвятите больше времени дому и семье. Приятным окажется путешествие вдвоем с любимым человеком.



Овен

21.03 – 20.04

Неделя окажется удачной для тех Овнов, кто станет стремиться проводить как можно больше времени в кругу семьи. Единственное, не стоит касаться в разговорах с близкими тех вопросов, которые вызывают разногласия. Отличное время для поездки на природу в компании вашей половинки.



Телец

21.04 – 21.05

Тельцам звезды советуют не лениться и по максимуму выкладываться на работе. Проявив творческий подход, вы сумеете добиться многого. Основной причиной ссор в семье станет ваша невнимательность к домочадцам. Зато чуткостью и нежностью будет готов окружить вас любимый человек.



Близнецы

22.05 – 21.06

Динамическая неделя, которая потребует от Близнецов не только активности и инициативы, но и оперативной реакции на любые изменения. Но, если в семье вам готовы будут подставить плечо близкие люди, то на работе придется крутиться в одиночку. Отличное время для любви и романтики.



Рак

22.06 – 22.07

Ракам звезды советуют заняться рутинной работой – период для этого весьма подходящий. Эмоциональный фон недели будет ровным, стабильным, что благоприятно скажется как на деловых переговорах, так и на результате обсуждения семейных проблем. В любви инициативу лучше отдать партнеру.



Лев

23.07 – 22.08

Для Львов наступает особое время, требующее большего внимания к себе. Пора проявить заботу о тех, кто нуждается в вашем внимании. Совесть и здравый смысл – основные движущие силы ваших поступков. Признание, сделанное любимому человеку, не останется безответным.



Дева

23.08 – 23.09

Время проявлять свои дипломатические способности впереди у Дев. Старайтесь уходить от споров. Обострение конфликтов с коллегами чревато срывом важных проектов. Не время поднимать финансовые вопросы и в кругу семьи. Зато сосредоточение на личной жизни принесет свои плоды.



Весы

24.09 – 23.10

Весы, которые умеют действовать и обдуманно, и быстро, окажутся в ближайшие дни на коне. Принимайте нестандартные решения, и успех вам обеспечен. Причем не только на работе. Разумный риск уместен и при решении других вопросов. В любви не стоит давать волю отрицательным эмоциям.



Скорпион

24.10 – 22.11

Неделя Скорпионов подходит для долгосрочного планирования. Но, заглядывая в будущее, не забывайте переосмысливать прошлое. Отвлечься от проблем поможет общение с проверенными друзьями. А душевные раны легко врачует ласковое и трепетное отношение любимого человека.



Стрелец

23.11 – 21.12

События недели для Стрельцов могут развиваться очень стремительно, поэтому расслабляться не стоит. Медлительность и неуверенность в себе могут обернуться упущенными возможностями. В любви положитесь на интуицию и ни в коем случае не разыгрывайте сцен ревности.



Козерог

22.12 – 20.01

Звезды будут благоприятствовать романтически настроенным Козерогам. Успехом завершатся любые творческие начинания. Но возможны и риски. Если вы не уверены в результате, решение сложных вопросов лучше пока отложить. Смело можно признаваться в чувствах объекту своего обожания.



Водолей

21.01 – 18.02

Любые запутанные жизненные ситуации Водолеи будут щелкать словно орешки. В профессиональных делах возможны самые разные неожиданности. Влюбленным стоит на чистоту поговорить о накопившихся проблемах, молчание лишь усилит наметившееся недоверие.



## КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
<b>06.10</b> «ГОДИЛЛА». (12+) <b>08.50</b> «ПРОЩАЙ, ДЕТКА, ПРОЩАЙ!». (16+) <b>10.55</b> «ТАЙНОЕ ОКНО». (12+) <b>12.40</b> «Монстры на каникулах». Мультфильм. (6+) <b>14.15</b> «АНАКОНДА». (16+) <b>15.55</b> «ГОДИЛЛА». (12+) <b>18.25</b> «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». (12+) <b>20.10</b> «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-2». (12+) <b>21.45</b> «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-3». (12+) <b>23.40</b> «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+) <b>01.20</b> «К-9: СОБАЧЬЯ РАБОТА». (12+) <b>03.00</b> «СЕМЕЙНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+) <b>04.20</b> «СОЦИАЛЬНАЯ СЕТЬ». (16+)	<b>07.25</b> «ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯТ». (12+) <b>10.10</b> «КОД АПОКАЛИПСИСА». (16+) <b>12.20</b> «ДУХLESS-2». (16+) <b>14.15</b> «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+) <b>15.50</b> «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+) <b>17.25</b> «ЗАЩИТНИКИ». (12+) <b>19.00</b> «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+) <b>20.45</b> «О ЧЁМ ЕЩЁ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+) <b>22.35</b> «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+) <b>00.20</b> «ТАРАС БУЛБА». (16+) <b>02.35</b> «НЕВЕСТА ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (16+) <b>04.10</b> «ПОЗВОНТЕ МЫШКИНУ». (12+) <b>05.35</b> «ЗАЩИТНИКИ». (12+)	<b>05.30</b> «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (6+) <b>07.20</b> «СВАТЫ». (16+) <b>11.00</b> Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+) <b>13.20</b> «СКАЗКА О ЦАРЕ САЛТАНЕ». (6+) <b>15.00</b> «ГУСАРСКАЯ БАЛЛАДА». (12+) <b>16.50</b> «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?». (12+) <b>18.20</b> «ДЕВЧАТА». (6+) <b>20.10</b> «ПРИХОДИТЕ ЗАВТРА...». (12+) <b>22.00</b> Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+) <b>00.30</b> «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ». (12+) <b>02.10</b> «ДЕЛА СЕРДЕЧНЫЕ». (12+) <b>03.40</b> «СВАДЬБА С ПРИДАНЫМ». (6+)	<b>06.00, 13.15</b> Мебельная фабрика Эллен Дедженерес. (16+) <b>06.50, 00.30</b> «ЛЮБОВНИКИ». (16+) <b>08.40</b> Проект Подиум. (16+) <b>09.35, 10.20</b> Проект Подиум. Все звезды. (16+) <b>11.05, 12.10</b> Правила моей кухни. (16+) <b>14.05</b> «ХОЛЛЕРЫ». (16+) <b>15.30</b> «50 ПЕРВЫХ ПОЦЕЛУЕВ». (16+) <b>17.05, 18.00, 19.00</b> «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+) <b>20.00</b> «ОТВЕРЖЕННЫЕ». (16+) <b>22.15</b> «ЧЕРЕЗ ВСЕЛЕННУЮ». (16+) <b>02.05, 02.30, 02.55, 03.20, 03.45, 04.10, 04.35, 05.00</b> «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+) <b>05.25</b> Голливуд за кадром. (16+)		

ИЛЛЮЗИОН+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	РОДНОЕ КИНО
<b>01.25</b> «ПСИХОАНАЛИТИК». (18+) <b>03.00</b> «ЗАЩИТНЕГ». (16+) <b>04.45</b> «ВСЁ САМОЕ ЛУЧШЕЕ». (16+) <b>06.15</b> «СПОКОЙНОЙ НОЧИ». (16+) <b>07.45</b> «БЛИЗНЕЦЫ». (16+) <b>09.25</b> «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ». (12+) <b>11.00</b> «ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ». (12+) <b>12.50</b> «ЛИМБ». (16+) <b>14.20</b> «ПРИРОЖДЕННЫЙ ГОНЧИК». (16+) <b>15.55</b> «ЧЕТВЕРО ПОХОРОН И ОДНА СВАДЬБА». (16+) <b>17.25</b> «В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (16+) <b>18.55</b> «ТЫ НЕ ТЫ». (16+) <b>20.30</b> «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+) <b>22.10</b> «РЕКРУТ». (16+)	<b>05.45</b> «ПРОДАЕТСЯ ДАЧА». (16+) <b>07.25</b> «ПЕРВЫЕ НА ЛУНЕ». (16+) <b>08.40</b> «ГЕРОЙ». (16+) <b>10.00</b> «СУДЬБА НА ЗАМЕНУ». (16+) <b>10.25</b> «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+) <b>12.20</b> «КОЛОКОЛ И ФЛЕЙТА». (16+) <b>13.00</b> «ИГРА». (16+) <b>14.45</b> «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ». (16+) <b>16.15</b> «СЦЕПЛЕННЫЕ». (16+) <b>16.35</b> «ПОЛНЫЙ КОНТАКТ». (16+) <b>18.00</b> «МАНЖЕТЫ». (12+) <b>18.35</b> «КАРП ОТМОРОЖЕННЫЙ». (16+) <b>20.25</b> «НОВЕНЬКИЙ». (12+) <b>21.00</b> «КАВКАЗСКАЯ РУЛЕТКА». (16+) <b>22.35</b> «СЕЛФИ». (16+)	<b>02.40</b> «БЕЛОЕ ВИНО ИЗ БАБУДЮЙ». (16+) <b>04.25</b> «НЯНЬКА ПО ВЫЗОВУ». (16+) <b>06.00</b> «СПРОСИТЕ СИНДИ». (16+) <b>07.50</b> «МОДНАЯ ШТУЧКА». (12+) <b>09.55</b> «ДЖУМАНДЖИ». (6+) <b>11.55</b> «ДЕВУШКА ИЗ ДЖЕРСИ». (16+) <b>13.55</b> «Я НИКОГДА НЕ БУДУ ТВОЕЙ». (16+) <b>15.45</b> «ЛЮБОВЬ СУВЕДОМЛЕНИЕМ». (16+) <b>17.45</b> «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ СЛИШКОМ МАЛО ЗНАЛ». (16+) <b>19.35</b> «ИБИЦА». (16+) <b>21.10</b> «ЗАЧЕТНЫЙ ПРЕПОД». (16+) <b>23.30</b> «ЗАЧЕТНЫЙ ПРЕПОД-3». (18+)	<b>01.15</b> «ГУБЕРНАТОР. ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-3». (16+) <b>03.30, 04.45</b> «ЛЕТУЧАЯ МЫШЬ». (6+) <b>06.05</b> «ПЛАНЕТА БУРЬ». (6+) <b>07.40</b> «СЕСТРЫ». (16+) <b>09.20</b> «СНЕГУРОЧКА». (12+) <b>11.10</b> «ПОСЛЕДНИЙ ДЮЙМ». (6+) <b>12.55, 14.10</b> «ПРОПАВШАЯ ЭКСПЕДИЦИЯ». (6+) <b>15.30</b> «РАСПИСАНИЕ НА ПОСЛЕЗАВТРА». (12+) <b>17.10</b> «ЛОВУШКА ДЛЯ ОДИНОКОГО МУЖЧИНЫ». (16+) Комедия, криминал, СССР, 1990 г. <b>19.00</b> «БЛЕФ». (16+) Комедия, Италия, 1976 г. <b>21.10</b> «ВОРЧУН». (12+) Комедия, Италия, 1986 г. <b>23.10</b> «МЕДВЕЖИЙ ПОЦЕЛУЙ». (16+)

СУПЕР	СУПЕР	ФЕНИКС+КИНО	СТС LOVE	СТС LOVE	TV 21 ВЕК
<b>06.00</b> Мультсериалы. (0+) <b>08.25</b> Прогноз погоды. (0+) <b>08.30</b> «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+) <b>09.00</b> «РОДИТЕЛИ». (12+) <b>10.30</b> «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+) <b>13.00</b> «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+) <b>15.25</b> Прогноз погоды. (0+) <b>15.30</b> «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+) <b>17.30</b> «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+) <b>20.00</b> «СУМАСШЕДШИЕ ГОНКИ». (12+) <b>22.00</b> «ШАЛУН». (12+) <b>00.00</b> «НЕ ГРОЗИ ЮЖНОМУ ЦЕНТРАЛУ, ПОПИВАЯ СОКУ СЕБЯ В КВАРТАЛЕ». (16+) <b>02.00</b> «ОСТРОВ». (16+)	<b>08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00</b> «ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ». (16+) <b>10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00</b> «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+) <b>12.00, 13.00, 20.00, 21.00</b> «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+) <b>14.00, 22.00, 06.00</b> «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+) <b>15.00, 23.00, 07.00</b> «ДЕВИЧНИК». (16+) Сериал. Россия, 2017 г. <b>04.00</b> «ДВОЕ ИЗ ЛАРЦА-2». (16+) <b>05.00</b> «ГАЛИНА». (16+)	<b>06.00</b> «Три кота». Мультсериал. (0+) <b>09.05</b> «Астерикс из Галлии». Мультфильм. (0+) <b>10.30</b> «Снежная королева». Мультфильм. (0+) <b>12.05</b> «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+) <b>23.00</b> «СЕРДЦЕЕДКИ». (16+) Криминальная комедия, США, 2001 г. <b>01.25</b> «ЛЕТО, ОДНОКЛАССНИКИ, ЛЮБОВЬ». (16+) <b>02.55</b> Оденся к свадьбе. (16+) <b>04.45</b> Ералаш. (0+) <b>05.20</b> «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)	<b>10.00, 18.00, 02.00</b> «МЕДИЦИ: ПОВЕЛИТЕЛИ ФЛОРЕНЦИИ». (18+) <b>11.00, 19.00, 03.00</b> «ТУЗ». (16+) Комедия, Италия, 1981 г. <b>12.40, 20.40, 04.40</b> «УЧИТЕЛЬ НА ЗАМЕНУ». (16+) Драма, США, 2011 г. <b>14.20, 22.20, 06.20</b> «О ТЕЛЕ И ДУШЕ». (18+) Фэнтези, драма, Венгрия, 2017 г. <b>16.15, 00.15, 08.15</b> «ОДНАЖДЫ В ГЕРМАНИИ». (16+) Драма, комедия, Германия, Швейцария, 2017 г.		

## УВЛЕЧЕНИЯ


УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
<b>06.00, 14.00, 18.00, 21.55, 02.05</b> Большие идеи для маленького сада. (12+) <b>07.00, 15.05, 19.00, 23.00, 03.05</b> Беспокойное хозяйство. (12+) <b>07.30, 11.00, 13.40, 16.40</b> Огород круглый год. (12+) <b>07.50</b> Флористика. (12+) <b>08.05, 12.20, 20.05, 00.00, 04.20</b> Луки-пучки. (12+) <b>08.25, 12.40, 16.25, 20.20, 00.20, 04.35</b> Кашеварам. (12+) <b>08.40, 12.55, 20.35, 00.35, 04.50</b> Ваш агроном. (12+) <b>08.55</b> Дачные радости с Мариной Рыкалиной. (12+) Ведение нетрадиционного земледелия и выращивание экологически чистых овощей и фруктов на приусадебном участке. <b>09.25, 17.30, 21.25, 05.30</b> 10 самых больших ошибок. (12+) <b>09.55</b> Идеальные мастера. (12+) <b>11.15</b> Не просто суп! (12+) <b>11.35, 15.35</b> Постное меню. (12+) <b>11.50, 23.30</b> Профпригодность. (12+) <b>13.10</b> Дачных дел мастер. (12+) <b>15.55, 19.35</b> Безопасность. (12+) <b>16.55, 20.55, 00.50, 05.05</b> Декоративный огород. (12+) <b>01.20</b> Тихая моя родина. (12+) <b>01.50</b> Кисельные берега. (12+) <b>03.35</b> Обнови свой сад. (12+) <b>04.00</b> Травовед. (12+)	<b>06.00, 06.55, 09.05, 10.05, 11.05, 12.05, 13.05, 14.05, 15.05, 16.05, 17.05, 18.05, 19.05, 20.05, 21.05, 22.05, 23.05, 00.05, 01.05, 02.05, 03.00, 04.05, 05.05</b> Рыбалка сегодня XL. (16+) Телевизионный цикл программ, в которых молодые и успешные рыболовы-спортсмены, призеры мировых первенств, выезжают на рыбалку и делятся со зрителями своим мастерством и яркими эмоциями. <b>06.30, 07.30, 08.35, 09.35, 10.35, 11.35, 12.35, 13.35, 14.35, 15.35, 16.35, 17.35, 18.35, 19.35, 20.35, 21.35, 22.35, 23.35, 00.35, 01.35, 02.30, 03.25, 04.35, 05.35</b> Кулинарное путешествие с Глебом Астафьевым. (16+) Ведущий цикла, известный шеф-повар Глеб Астафьев, путешествует по стране и заезжает в гости к охотникам и рыбакам. Он профессиональный кулинар, за плечами которого несколько десятков лет изучения и практики использования рецептов сербской и русской кухни. В каждой программе проекта ведущий посещает исторические места, так или иначе связанные с охотой или рыбалкой, и знакомит с ними зрителей. <b>08.00</b> На рыбалку с охотой. (12+) <b>03.50</b> Простые рецепты. (12+)	<b>00.00</b> Наперекор мифам с доктором Холли. (12+) <b>00.30, 10.00, 18.30</b> Фитнес-бикини. (12+) <b>01.30, 11.00, 19.30</b> Табата-Хард. (12+) <b>02.00, 11.30, 20.00</b> Pilates Intensive. (12+) <b>02.30, 12.30, 20.30</b> Zumba. (12+) <b>03.00, 13.00, 21.00</b> Боди-балет. (12+) В основе боди-балета лежат облегченные варианты упражнений из балета и классической хореографии, которые дополняются техниками из пилатеса. Это адаптированный вариант фитнеса, который подходит для любого уровня подготовки. <b>03.30, 14.00, 21.30</b> Умный фитнес. (12+) <b>04.00, 06.00, 08.00</b> Мистер Драйв. (12+) <b>04.15, 06.15, 08.15</b> Утренний заряд с Димой Брагинным. (12+) <b>04.30, 06.30, 08.30</b> Блогеры: инструкция по применению. (16+) <b>04.45, 06.45, 08.45</b> Худеем вкусно. (6+) <b>05.00, 07.00, 09.00</b> YogaУтро. (6+) <b>05.30, 07.30, 09.30, 17.30</b> «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+) <b>12.00, 23.30</b> Первоклассный фитнес. (6+) <b>13.30</b> Природная помощь. (6+) <b>14.30, 22.00</b> Дыхание стретчинга. (12+) <b>15.00, 22.30</b> Пилатес изнутри. (6+) <b>16.00</b> Худеем с Мариной Корпан. (12+) <b>16.30</b> YogaЛетс. (12+) <b>18.00</b> YogaВечер. (6+)

## ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР	ПЯТНИЦА	Ю	РЕТРО
<b>06.00</b> Миллион вопросов о природе. (6+) <b>06.10</b> Союзники. (12+) <b>06.40, 07.50</b> Мультфильмы. (6+) <b>06.50</b> Такие разные. (16+) <b>07.20</b> Секретные материалы. (16+) <b>08.35</b> Наше кино. История большой любви. (12+) <b>09.10</b> Шоу «Слабое звено». (12+) <b>10.00, 16.00, 19.00</b> Новости <b>10.15</b> Кулинарное шоу «Как в ресторане». (12+) <b>10.50</b> Мировые леди. (12+) <b>11.25</b> «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ». (12+) Военный фильм, драма, СССР, 1972 г. <b>15.20, 16.15, 19.15</b> «АННА ГЕРМАН. ТАЙНА БЕЛОГО АНГЕЛА». (16+) Сериал. Биография, драма, Россия, Украина, Польша, Хорватия, 2012 г. В ролях: Иоанна Моро, Шимон Сендровский, Мария Порошина, Марат Башаров, Екатерина Васильева <b>02.35</b> «ЕДИНСТВЕННЫЙ МУЖЧИНА». (16+) <b>05.30</b> Мультфильмы. (0+)	<b>05.00</b> Орел и решка. Кругосветка. (16+) <b>06.40</b> Школа доктора Комаровского. (12+) <b>07.00</b> Орел и решка. Рай и Ад. (16+) <b>07.30</b> Обложка. (16+) <b>08.00</b> Доктор Бессмертный. (16+) <b>08.30</b> Регина+1. (16+) <b>09.30</b> Орел и решка. Семья. (16+) <b>11.00</b> «КАСПЕР». (16+) <b>12.55</b> «ИНОПЛАНЕТЯНИН». (16+) США, 1982 г. <b>15.10</b> Орел и решка. Чудеса света. (16+) <b>16.10</b> Орел и решка. Ивлеева VS Бедняков. Неизданное. (16+) <b>17.15</b> «РЭМБО. ПЕРВАЯ КРОВЬ-2». (16+) <b>19.10</b> «РЭМБО. ПЕРВАЯ КРОВЬ-3». (16+) <b>23.10</b> «СКАЛОЛАЗ». (16+) США, Италия, Франция, 1993 г. <b>01.10</b> «МЕДВЕЖАТНИК». (16+) <b>03.15</b> Бедняков+1. (16+) <b>04.45</b> Генеральная уборка. (16+)	<b>05.00</b> Папа попал. (12+) <b>07.10, 14.30</b> Беременная в 16. (16+) <b>16.00, 18.00</b> Модель XL. (16+) <b>20.00</b> Беременная в 16. (16+) <b>22.00</b> Ю-Кино. «СЕКС ПО ДРУЖБЕ». (16+) США, 2011 г. В ролях: Джастин Тимберлейк, Мила Кунис, Патриция Кларксон Главная героиня - сотрудник кадрового агентства, которую преследуют фобии в отношении с обязательствами. Однако, эти проблемы оказываются надуманными, после того как она встречает редактора глянцевого журнала. Он, в свою очередь, устал от женщин, которые мечтают вступить с ним в связь. Таким образом, созданы все условия для бурного романа и столкновения характеров и желаний. <b>00.05</b> «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+) Знаменитый американский телесериал о работе команды лучших следователей ФБР. <b>04.05</b> Папа попал. (12+)	<b>06.00, 21.55</b> Сыны России: Шестое чувство Александра Лодыгина. (12+) <b>06.30</b> Сыны России: Поверх барьеров. Илья Мечников. (12+) <b>06.55, 22.20</b> «ГОНЩИКИ». (12+) <b>08.20</b> Наталия Белохвостикова. Причуды судьбы. (12+) <b>09.10, 03.35</b> Мультфильмы. (6+) <b>09.50</b> Мультфильм. (0+) <b>10.15</b> «ПУТЕШЕСТВИЕ С АНИТОЙ». (16+) <b>12.05, 02.20</b> «713-Й ПРОСИТ ПОСАДКУ». (16+) <b>13.35</b> «Тайна запеченого сверчка». Мультфильм. (6+) <b>13.55</b> «Золушка». Мультфильм. (0+) <b>14.15</b> «Когда-то давно». Мультфильм. (6+) <b>14.35, 23.50</b> «ПОСЛЕ СВАДЬБЫ». (12+) <b>16.25</b> «НЕ ГОВОРИ О ВСЕХ ЭТИХ ЖЕНЩИНАХ». (16+) <b>17.55</b> «ФЕДОРА». (16+) <b>20.00</b> «22 ИЮНЯ РОВНО В 4 ЧАСА». (12+) <b>01.35</b> Сыны России: Я - наш человек. Джон Копикси. (12+) <b>05.15</b> Сердечных дел мастер. (12+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC
<b>00.00</b> Час истины. (12+) <b>01.00, 01.10</b> Время Победы. (12+) <b>01.15</b> По законам чести. Из истории дуэлей. (12+) <b>01.30</b> Российские военные в начале XX века. (12+) <b>02.00</b> Цивилизации. (12+) <b>03.05, 09.55, 18.55</b> Историограф. (12+) <b>03.55</b> Древние цивилизации. (12+) <b>04.50</b> Семь дней истории. (12+) <b>04.55</b> Апокалипсис. Нескончаемая война 1918-1926. (16+) <b>05.50</b> Обыкновенная История. (6+) <b>06.00</b> Наследие цивилизаций. Древняя Азия. (12+) <b>06.55</b> Три города, покорившие мир. Амстердам, Лондон, Нью-Йорк. (12+) <b>08.00</b> Тайны соборов. (12+) <b>10.45</b> Тайны викингов. (12+) <b>12.00</b> Историада. (12+) <b>13.00</b> Рельсовая война. (12+) <b>13.30</b> Семь дней истории. (12+) <b>13.40</b> Истории искусств. Душа памятников. (12+) <b>14.40</b> На пути к Великой Победе. (12+) <b>15.05</b> Майя. Рождение легенды. (12+) <b>16.00</b> «ДЕЗЕРТИРЫ». (16+) <b>18.00, 18.30</b> Загадочные города. (12+) <b>19.45</b> История Отечества в портретах. (12+) <b>20.00</b> «ПОСЛЕДНИЙ КОРОЛЬ». (16+) <b>22.00</b> Скрытая битва. (12+) <b>23.05</b> Россия глазами иностранцев. (12+)	<b>06.10</b> Невероятные изобретения. (12+) <b>06.35, 07.20, 08.00</b> Музейные тайны. (12+) <b>08.45, 09.35</b> Генрих и Анна: любовники, изменившие историю. (12+) <b>10.25</b> 5000 лет истории Нила. (12+) <b>11.15, 12.00, 12.50, 13.40</b> Настоящая игра престолов. (12+) <b>14.25</b> Титаник: истории из глубины. (12+) Документальный сериал, Канада, 2018 г. <b>15.15, 16.05</b> Первая мировая война в цифрах. (12+) Документальный сериал, Великобритания, 2017 г. <b>17.00</b> Тайны шести жен. (16+) Документальный сериал, Великобритания, 2016 г. <b>18.00, 19.00</b> Галапагосы. (6+) Документальный сериал, Великобритания, 2012 г. <b>19.55</b> Первые люди. (12+) <b>21.00</b> Машины смерти. (12+) <b>21.55, 22.50</b> Титаник: истории из глубины. (12+) Документальный сериал, Канада, 2018 г. <b>23.40, 00.10</b> Швы времени. (12+) <b>00.40, 01.30, 02.20</b> Запретная история. (12+) <b>03.10, 03.50, 04.35</b> Музейные тайны. (12+) <b>05.20</b> Невероятные изобретения. (12+)	<b>06.00</b> Код опасности. (16+) <b>06.25, 06.50</b> История десятилетий. (16+) <b>07.15, 08.05</b> Чудеса инженерии. (16+) <b>09.00</b> Внутри невероятной механики. (16+) <b>09.50, 10.40</b> Авто - SOS. (16+) <b>11.35</b> Суперсооружения: Падающая башня в Абу Даби. (16+) <b>12.30</b> Суперсооружения: чудеса инженерии: Самое высокое здание. (16+) <b>13.20, 14.10, 15.05, 15.55, 16.50, 17.40, 18.35</b> Международный аэропорт Дубай. (16+) <b>19.25, 20.15, 21.10</b> История Эмиратов. (16+) <b>22.00</b> Суперсооружения: чудеса инженерии: Самое высокое здание. (16+) В этой серии вы увидите невероятные достижения инженеринга, которые были использованы при строительстве сверхвысокого небоскреба - башни Бурдж-Халифа высотой более полумили. Это самый высокий из когда-либо возведенных небоскребов в мире. <b>22.50, 23.40, 00.35, 01.25</b> Международный аэропорт Дубай. (16+) <b>02.10, 02.55</b> Тайная история. (16+) <b>03.40</b> Авто - SOS: Lancia Delta Integrale. (16+) <b>04.25</b> Суперсооружения: чудеса инженерии: Самое высокое здание. (16+) <b>05.15</b> Научные глупости. (16+) <b>05.35</b> Код опасности. (16+)

 ANIMAL PLANET	Discovery	DISCOVERY CHANNEL	TLC	TLC
<b>06.00</b> Аквариумный бизнес. (12+) <b>06.50</b> Смертельные острова. (16+) <b>07.40</b> Введение в собаководство: спецвыпуск. (12+) <b>08.30</b> Скорая помощь для животных. (16+) <b>09.20, 10.10</b> Незведанная Европа. (12+) <b>11.00</b> Койот Петерсон представляет. (12+) <b>11.50</b> Будни ветеринара. (16+) <b>12.40</b> Звезды и звери. (12+) <b>13.05</b> Удивительный мир животных. (12+) <b>13.35</b> Скорая помощь для животных. (16+) <b>14.30</b> Введение в котоводство. (12+) <b>15.25, 16.20</b> Найджел Марвен представляет: Другой Китай. (12+) <b>17.15, 18.10, 19.05</b> Незведанная Европа. (12+) <b>20.00, 21.00</b> Незведанный Индокитай. (12+) <b>21.55</b> Правосудие Техаса. (16+) <b>22.50</b> На свободу с питбулем. (16+) <b>23.45</b> Священная треска. (12+) <b>01.05</b> Секреты природы. (12+) <b>01.30</b> Смертельные острова. (16+) <b>02.15</b> Зоопарк. (12+) <b>03.00</b> Живой или вымерший. (16+) <b>03.45</b> На свободу с питбулем. (16+) <b>04.30, 05.15</b> Дома на деревьях. (12+)	<b>06.00, 06.25</b> Как это сделано? (16+) <b>06.50</b> Ручная работа. (12+) <b>07.15</b> Как это устроено? (12+) <b>07.40, 08.05</b> Как это сделано? (12+) <b>08.30</b> Аляска: последний рубеж. (16+) <b>09.22</b> Аляска: семья из леса. (16+) <b>10.14, 18.20</b> Махинаторы: машина мечты. (12+) <b>11.06, 11.58, 01.30, 02.15</b> Разрушители легенд. (16+) <b>12.50, 04.30</b> Стальные парни. (12+) <b>13.45, 05.15</b> Охота за драгоценными камнями. (12+) <b>14.40, 15.05, 15.35, 16.00, 16.30, 16.55, 17.25, 17.50</b> Охотники за реликвиями. (16+) <b>19.15</b> В погоне за классикой. (12+) Эксперт по автопорту и мастер по реставрации классических автомобилей Уэйн Карини находит, покупает, восстанавливает и продает самые редкие машины в истории. <b>20.10</b> Золотая лихорадка. (16+) <b>21.05</b> Золотая лихорадка: бурные воды. (16+) <b>22.00</b> Автобан А2. (12+) <b>22.55</b> Смертельный улов. (16+) <b>23.50, 00.40</b> Бесценные авто. (12+) <b>03.00</b> Самогонщики. (16+) <b>03.45, 04.10</b> Наука магии. (12+)	<b>06.00</b> Мастер макияжа. (12+) <b>06.25, 06.50, 07.15, 07.40</b> Охотники за международной недвижимостью. (12+) <b>08.10, 08.35, 09.05, 09.30, 10.00, 10.25</b> Охотники за островами. (12+) <b>10.55, 11.20</b> Пять ингредиентов. (12+) <b>11.50, 12.15</b> Оденься к свадьбе: Великобритания. (12+) <b>14.45</b> Моя полная жизнь. (16+) <b>13.40, 14.35</b> Пять с плюсом. (12+) <b>15.30</b> Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+) <b>17.20, 17.45, 18.15, 18.40, 19.10, 19.35, 20.05, 20.30, 21.00, 21.30</b> Игра вслепую. (12+) Калифорнийские эксперты по недвижимости Тарек и Кристина покупают ветхие дома, чтобы их отремонтировать и выгодно продать. <b>22.00</b> Я вешу 300 кг. (16+) <b>23.55</b> Спасите мои ноги. (18+) <b>00.50, 01.15, 01.40, 02.03, 02.27, 02.50</b> Экстремальные способы экономии. (16+) Подробный рассказ о самых больших крохоборах мира. <b>03.14</b> Игра вслепую. (12+) <b>03.39, 05.13</b> Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+)		



## СПОРТ

МИЧЕСТВА МАТЧ: СТРАНА

**06.00, 10.15** Прижки в воду. «Мировая серия». (0+)  
**07.45, 10.10, 12.30, 14.50** Новости  
**07.50** Баскетбол. Кубок Европы. 1/4 финала. (0+)  
**09.40, 03.50** Страна смотрит спорт. (12+)  
**12.35, 16.25** Страна. Live. (12+)  
**12.55** Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. 1/2 финала. Ответный матч. Прямая трансляция  
**14.55** Лыжный спорт. Прижки с трамплина. Кубок мира. Женщины. Прямая трансляция из Чайковского  
**16.45** 1+1. (12+)  
**17.25** Прижки в воду. «Мировая серия». Прямая трансляция из Казани  
**20.30, 04.20** Лыжный спорт. Прижки с трамплина. Континентальный кубок. Мужчины. Финал. (0+)  
**22.15** Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. (0+)  
**00.05** Волейбол. Чемпионат России. Женщины. (0+)  
**01.55** Между небом и землей. (12+)  
**02.15** Лыжный спорт. (0+)

EUROSPORT II EUROSPORT 1

**03.35** Прижки на лыжах с трамплина. Чемпионат мира по полётам. Планица. HS 240. (12+)  
**05.00, 06.00** Теннис. WTA Premier Mandatory. Индиан-Уэллс. 1/2 финала. Прямая трансляция. (6+)  
**08.00, 21.45** Теннис. (6+)  
**09.30, 10.30** Горные лыжи. Кубок мира. (12+)  
**10.50, 12.15, 13.45, 15.15** Горные лыжи. Кубок мира. Кортин-д'Ампеццо. Прямая трансляция. (12+)  
**16.30** Прижки на лыжах с трамплина. Чемпионат мира по полётам. Планица. HS 240. Прямая трансляция. (12+)  
**18.30** Велоспорт. Милан - Сан-Ремо. Прямая трансляция. (12+)  
**19.25, 20.35** Лыжные гонки. Кубок мира. Кэнмор. Прямая трансляция. (6+)  
**20.05** Биатлон. Кубок мира. Индиан-Уэллс. 1/2 финала. Прямая трансляция. (6+)  
**23.00** Теннис. АТР «Мастерс». Индиан-Уэллс. 1/2 финала. Прямая трансляция. (6+)

## МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

**05.00** Золотая лихорадка. (16+)  
**05.45, 08.25** PRO-новости. (16+)  
**06.10, 12.40** TOP 30 - Русский крутяк недели. (16+)  
**09.00** Сделано в 90-х. (16+)  
**10.00** TOP чарт Европы плюс. (16+)  
Видеверсия знаменитого хит-парада одной из лучших радиостанций страны - Euro Hit Top 40.

**11.00** PRO-обзор. (16+)  
**11.30, 18.30** Место под Солнцем. (16+)  
**15.10** 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)  
**15.40** День Рождения МУЗ-ТВ в Кремле. 23 года в эфире. (16+)  
**19.40** Europa Plus Live-2019. (16+)  
Все популярные песни этого года в стиле Top Music Non Stop.  
**23.40** Танцпол. (16+)  
**01.00** Неспиннер. (16+)

## ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

**06.00, 08.25, 10.30** «День Рождения Ми-ми-мишек». (0+)  
**08.00** «Робокор Поли и его друзья». (0+)  
**08.15** «Робокор Поли». Уроки безопасности с Эмбер. (0+)  
**08.20** «Хейрдораблз». (0+)  
**10.00** «Морики Дорики». (0+)  
**18.00** «Роботы-поезда». (0+)  
**18.30** «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)  
**19.00** МУЛЬТпреьера! «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Наука». «Просто о важном. Про Миру и Гошу: Другой мальчик, Побег», «Ник-изобретатель: Пираты нашего двора. Кто герой?», «Ми-Ми-Мишки. Граффити». (0+)  
**19.40** «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
**20.00** «Лунтик и его друзья». (0+)  
**20.30** «Маша и Медведь». «Машины песенки». (0+)  
**20.55** «Машины сказки». (0+)  
**21.00** «Барбоскины». (0+)  
**21.25** «Лео и Тиг». (0+)  
**22.00** МУЛЬТсюрприз. (0+)

УНИКУМ

**07.15, 17.31** «Урфин Джус и его деревянные солдаты». (6+)  
**08.48** «Синдбад. Пираты семи штормов». (6+)  
**10.05** «АТУР И МЕСТЬ УРДАЛАКА». (6+)  
**11.36** «Смешарики. Пин-код». (6+)  
**12.18** «Необыкновенные приключения Карика и Вали». (0+)  
**13.00** «Волки и Овцы: безумное превращение». (6+)  
**14.25, 16.57** Проще простого! (6+)  
**14.40** Шах и мат! (6+)  
**14.56, 17.13** Мастерская «Умелые ручки». (6+)  
**15.11, 23.00** Открытки. (6+)  
**15.24, 23.20** Готовим с папой. (6+)  
**15.43, 16.34** «Октонавты». (0+)  
**16.30, 23.14** Вредные советы от полезных детей. (6+)  
**19.00** «АТУР И МИНИПУТЫ». (6+)  
**20.42** «Снежная королева-3. Огонь и лёд». (6+)  
**22.03** «Смешарики». (0+)  
**22.26** «Тима и Тома». (0+)

КАНАЛ DISNEY

**05.00** «Мини-Маллети». (0+)  
**05.25** «Аладдин» (субтитры). (0+)  
**06.15, 12.00** «Русалочка» (субтитры). (6+)  
**06.40** «Доктор Плюшева». (0+)  
**07.35** «Герои в масках». (0+)  
**08.10** «Пес Пэт». (6+)  
**08.25** «Хранитель Лев». (0+)  
**08.55** «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)  
**09.25** «ПУПС». (0+)  
**10.00** «Дружные молсы». (0+)  
**10.30** «Блуи». (0+)  
**11.00** «София Прекрасная». (0+)  
**11.25** «Елена - принцесса Авалора». (0+)  
**12.30** «Рапунцель: История продолжается. За стенами Корон». (6+)  
**13.25** «Белоснежка и семь гномов». (0+)  
**15.05** «Золушка». (6+)  
**16.45** «Золушка-2: Мечты сбываются». (0+)  
**18.05** «Золушка-3: Злые чары». (0+)  
**19.30** «Храбрая сердцем». (6+)  
**21.20** «БЕЛОСНЕЖКА: МЕСТЬ ГНОМОВ». (12+)  
**23.25** «МАППЕТЫ». (6+)  
**01.25** «СПАСТИ МИСТЕРА БЭНКСА». (12+)

О!

**05.00** «Смешарики». (0+)  
**07.00** «Викинг Вик». (6+)  
**08.40** «Доктор Малышкина». (0+)  
**08.45** «Пег + Кат». (0+)  
**09.40** «Еда на ура!». (0+)  
**10.00** О! Кино! «Урфин Джус и его деревянные солдаты». (0+)  
**11.30** «Оранжевая корова». (0+)  
**12.20** «Танцоры». (0+)  
**12.45** «Турбозавры». (0+)  
**14.30** «Зелёный проект». (0+)  
**15.00** «Три кота». (0+)  
**17.25** «Шоу Мо». (0+)  
**18.00** «Суперкрылья. Миссия выполняема». (0+)  
**19.00** «Малыши дикой природы». (0+)  
**19.10** «Смешарики». (0+)  
**22.00** «Роботы». (0+)  
**22.05** «Викинг Вик». (6+)  
**23.30** «Ангел Бэби». (0+)  
**01.25** «Диколесье». Сериал. (0+)  
**02.00** О! Кино! «Синдбад. Пираты семи штормов». (6+)  
**03.15** «Новаторы». (6+)

КАРУСЕЛЬ

**05.00** «Йоко». (0+)  
**06.55** «Чик-зарядка». (0+)  
**07.00** «С добрым утром, малыши!». (0+)  
**07.30** «Чик-зарядка». (0+)  
**07.35** «Лунтик и его друзья». (0+)  
**09.00** «Еда на ура!». (0+)  
**09.20** «Малышарики. Танцует и поёт!». (0+)  
**09.25** «Радужный мир Руби». (0+)  
**10.05** «Барбоскины». (0+)  
**10.45** «ТриО!» (0+)  
**11.05** «Рев и заводная команда». (0+)  
**11.40** «Ангел Бэби». (0+)  
**12.30** «Большие праздники». (0+)  
**13.00** «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
**14.20** «Ералаш». (6+)  
**15.10** «Простоквашино». (0+)  
**16.10** «Клуб Винкс». (6+)  
**16.35** «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)  
**17.25** «Турбозавры». (0+)  
**18.25** «Пилигримы». (0+)  
**18.30** «Вспыш и чудо-машинки». (0+)  
**19.15** «Сказочный патруль». (0+)  
Невероятные приключения четырех юных волшебниц - Аленки, Вари, Маши и Снежки.  
**20.05** «Кошечки-собачки». (0+)  
В небольшом красивом городе, в своих уютных домиках живут семьи кошечек и собачек. Все они добрые, веселые, приветливые и трудолюбивые. Каждая семья занимается своим делом. И только группа маленьких непосед нарушает размеренную жизнь города. Это детишки-первоклашки - неразлучные друзья.  
**20.30** «Спокойной ночи, малыши!». (0+)  
**20.45** «Смешарики. Пин-код». (6+)  
**22.05** «Радужно-бабочково-единорожная кошка». (6+)  
Мультсериал о приключениях веселой и жизнерадостной кошки Фелисити.  
**22.30** «Дикая ссирчери!». (0+)  
**22.50** «Инфинити Над». (6+)  
**23.15** «Элвин и бурундуки». (6+)  
**01.00** «Даша и друзья: приключения в городе». (6+)  
**02.10** «Король кароке». (0+)  
**02.35** «Подружки-супергерои». (6+)  
**03.40** «Всё о Розы». (0+)

## ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

**05.00, 01.15** День Патриарха. (0+)  
**05.15** Новый Завет вслух. (0+)  
**05.30** Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)  
**06.15, 06.45, 07.15** Монастырская кухня. (0+)  
**07.45, 04.25** Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)  
**08.15, 04.45** «Тайны сказок» с Анной Ковальчук. (0+)  
**08.30** Пилигрим. (6+)  
**09.00, 01.30** Завет. (6+)  
**10.00** Прямая линия. Ответ священника. Специальный выпуск (субтитры). (0+)  
**11.00** Курская коренная пустынь. Цикл: Небо на земле. (12+)

**11.30** «НА ПРИВЯЗИ У ВЗЛЕТНОЙ ПОЛОСЫ». (0+)  
**13.00** И будут двое... (12+)  
**14.00** Я хочу ребенка. (12+)  
**14.30** В поисках Бога. (12+)  
**15.00** Лик Царицы Небесной. Сотворившая чудо. (12+)  
**16.00** Русский обед. (6+)  
**17.00** «Наши любимые песни». Концерт. (12+)  
**18.00** «ЖДИ МЕНЯ». (6+)  
СССР, 1943 г.  
**20.00, 02.25** Встреча (субтитры). (12+)  
**21.00, 03.25** Не верю! Разговор с атеистом. (16+)  
**22.00** Идущие к... Послание. (16+)  
**22.30** «Я РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА». (12+)  
**00.20** Вера в большом городе. (16+)

## Православный календарь

21 марта  
Седмица 3-я Великого поста.  
Поминование усопших. Глас 6. Прп. Феофилакта исп., еп. Никомидийского.



Ап. Ерма. Сщмч. Феодорита, пресвитера Антиохийского. Прмч. Дометия перса. Прпп. Лазаря и Афанасия Мурманских (Муромских), Олонечских. Сщмч. Иоанна пресвитера. Мч. Владимира. Иконы Божией Матери «Знамение» Курской Коренной.

Постный день.  
«Старайтесь не о куске хлеба для детей своих, старайтесь о душе и совети. И не будут нуждаться дети ваши, и вы благословенны будете на земле и небесах». Свт. Николай Сербский

## НАШ КАЛЕНДАРЬ С 16 ПО 22 МАРТА

### ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

**16 МАРТА**  
В 1870 году в России пущена первая мартиновская печь.  
**17 МАРТА**  
В 1861 году был обнаружен манифест Александра II об отмене крепостного права.  
**18 МАРТА**  
В 1965 году Алексей Леонов совершил первый в истории выход человека в открытый космос.  
**19 МАРТА**  
В 1922 году в Москве на Шаболовке сдана в эксплуатацию радиопередающая башня.  
**20 МАРТА**  
В 1833 году было опубликовано первое полное издание романа в стихах А.С. Пушкина «Евгений Онегин».



**21 МАРТА**  
В 2006 году начал работать сервис микроблогов «Твиттер».  
**22 МАРТА**  
В 1874 году впервые проведена игра в большой теннис.  
В 1951 году создана первая в СССР Центральная студия телевидения.

### ИМЕНИННИКИ

#### НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

**16 МАРТА.** Севастьян.  
**17 МАРТА.** Александр, Василий, Георгий, Григорий, Даниил, Юрий, Юлия.  
**18 МАРТА.** Георгий, Иван, Кирилл, Константин, Николай, Фёдор.  
**19 МАРТА.** Елена, Максим, Фёдор.  
**20 МАРТА.** Евгений, Екатерина, Мария, Надежда, Николай, Павел.  
**21 МАРТА.** Владимир.  
**22 МАРТА.** Алексей, Валерий, Дмитрий, Михаил, Наталья, Пётр, Сергей.

### ПРАЗДНИКИ

#### НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

**18 МАРТА** ■ День воссоединения Крыма с Россией  
**20 МАРТА** ■ Международный день чаистая ■ День Земли  
**21 МАРТА** ■ Всемирный день поэзии ■ Международный день лесов  
**22 МАРТА** ■ Всемирный день водных ресурсов ■ Международный день таксиста

### НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

## Грачи загалдели – дождя захотели

**17 марта**, в день Герасима Грачевника, приметы были связаны с поведением птиц: грачи гнезда ремонтируют – несомненно будет хорошая погода, кричат – пойдет дождь, вьются над гнездами – погода будет переменчивой. Если в день Конона Огородника, **18 марта**, ясно и сухо, то летом не будет града. Мороз **19 марта**, на Константиновы круги, сулил еще 40 утренних заморозков. **20 марта** считалось днем Павла Капельника. Южный ветер и сильная капель в этот день предвещали теплое лето.

На Вербоносицу, **21 марта**, предки следили за природными явлениями: облака быстро плывут – к хорошей погоде, туман стелется – к заморозкам. Если на Сороки, **22 марта**, тепло, то следующие 40 дней (до Зосима пчельника – 30 апреля) будут теплыми, а если холодно – холодными.



Же-на входит в спальню и видит: на весах стоит муж и старательно втягивает в себя живот. – Думаешь, это поможет? – Конечно! А как я иначе увижу цифры?!

## ТЕЛЕК ПИТЕР

Газета «ТЕЛЕК ПИТЕР». Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ № 05 77 - 77733 от 29.01.20 г. Издаётся с апреля 2018 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. 8-962-724-29-44 e-mail: telek@kardos.ru  
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.  
Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.  
Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.

Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А. e-mail: distrib@kardos.ru  
Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.  
Дизайнер НАЙДЕНОВ А.А.  
Телефон рекламной службы: 8-962-724-29-44 e-mail: reklama@kardos.ru  
Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А. (495) 933-95-77, доб. 237 e-mail: distrib@kardos.ru

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

№ 11 (102).  
Дата подписания в печать: 23.00 час. 09.03.2020 г.  
Дата производства: 09.03.2020 г.  
Дата выхода в свет: 10.03.2020 г. Тираж 67 915 экз.  
Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 195027, Россия, Санкт-Петербург, ул. Якорная, д. 10, корп. 2, литера А, пом. 44  
Заказ ТД-6/11. Выходит во всех областях СЗФО.  
Тираж этого номера 936 853 экз.  
Рекомендованная цена в розницу 15 рублей.  
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»  
Еженедельная семейная газета для читателей 12+ Объем 4 п. л.  
Сайт газеты kardos.media Редакция не несёт ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.



## ПЕРВЫЙ



22.00 «Dance Революция». (12+)

06.00 Новости  
06.10 «Россия от края до края». (12+)  
07.00 Играй, гармонь любимая! (12+)  
07.45 Часовой. (12+)  
08.15 Здоровье. (16+)  
09.20 «Непутевые заметки». (12+)  
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)  
10.15 «Горячий лед». Фигурное катание. Чемпионат мира-2020. (0+)  
11.10 12.15 Видели видео? (6+)  
13.55 «Теория заговора». (16+)  
14.55 «Великие битвы России». (12+)  
16.45 Точь-в-точь. (16+)  
19.25 «Лучше всех!» Новый сезон. (0+)  
21.00 Время  
22.00 «Dance Революция». (12+)  
23.40 «Горячий лед». Фигурное катание  
01.40 На самом деле. (16+)  
02.40 Про любовь. (16+)  
03.25 Наедине со всеми. (16+)

## ТВЦ

05.40 «Я ОБЪЯВЛЯЮ ВАМ ВОЙНУ». (12+)  
07.20 «Фактор жизни». (12+)  
07.45 «Полезная покупка». (16+)  
08.10 «ВНИМАНИЕ! ВСЕМ ПОСТАМ...» (0+)  
09.45 «Лев Дуров. Подвиги Геракла». (12+)  
10.40 «Спасите, я не умею готовить!» (12+)  
11.30 00.25 События  
11.45 «ДЕЛО РУМЯНЦЕВА». (0+)  
13.55 «Смех с доставкой на дом». (6+)  
14.30 Московская неделя  
15.00 «Звезды против воров». (16+)  
15.55 «Прощание. Людмила Гурченко». (12+)  
16.40 «Женщины Евгения Евстигнеева». (16+)  
17.35 «ТОТ, КТО РЯДОМ». (12+)  
21.40 00.40 «ЗНАК ИСТИННОГО ПУТИ». (16+)  
01.35 Петровка, 38. (16+)  
01.45 «ПРИЗРАКИ ЗАМОСКВОРЕЧЬЯ». (12+)  
04.45 «Герой-одиночка». (12+)

## РОССИЯ 1



08.35 Когда все дома с Тимуром Кизяковым

04.20 «ОДИНОЧЕСТВО». (12+)  
08.00 Местное время. Воскресенье  
08.35 Когда все дома с Тимуром Кизяковым  
09.30 «Устами младенца»  
10.20 Сто к одному  
11.10 «Тест». Всероссийский потребительский проект. (12+)  
12.15 «Цена красивой жизни». (12+)  
13.20 «ЖЕНЩИНА С ПРОШЛЫМ». (12+)  
Евгения живёт в приморском городке и держит собственную кондитерскую. Но люди приезжают к ней не только ради выпечки. Близкие давно знают, что Женя - особенная. Она видит то, чего остальные ни видеть, ни знать не могут!  
17.40 «Ну-ка, все вместе!» (12+)  
20.00 Вести недели  
22.00 Москва. Кремль. Путин  
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
01.30 «ВСЁ, ЧТО ТЫ ЛЮБИШЬ...» (12+)

## ЗВЕЗДА

05.35 «К ЧЕРНОМУ МОРЮ». (12+)  
07.00 «КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ЩУКИ». (12+)  
09.00 «Новости недели» с Юрием Подкопаевым  
09.25 «Служу России». (12+)  
09.55 «Военная приемка». (6+)  
10.45 «Скрытые угрозы». (12+)  
11.30 «Секретные материалы». (12+)  
12.25 «Код доступа»  
13.15 «Специальный репортаж». (12+)  
14.15 «БЕРЕМ ВСЕ НА СЕБЯ». (6+)  
15.55 «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ». (0+)  
18.00 Главное с Ольгой Беловой  
19.25 «Легенды советского сыска». (16+)  
22.45 «Сделано в СССР». (6+)  
23.00 «Фетисов». (12+)  
23.45 «ЮНГА СЕВЕРНОГО ФЛОТА». (0+)  
01.30 «Польский след». (12+)  
03.05 «ШАГ НАВСТРЕЧУ: НЕСКОЛЬКО ИСТОРИЙ ВЕСЕЛЫХ И ГРУСТНЫХ...» (12+)

## 5-Й КАНАЛ



23.50 «УБИТЬ ДВАЖДЫ». (16+)

05.00 «ПОЗДНЕЕ РАСКАЯНИЕ». (16+)  
07.00 «Моя правда». (16+)  
08.00 Светская хроника. (16+)  
09.00 «О них говорят». (16+)  
10.00 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)  
23.50 «УБИТЬ ДВАЖДЫ». (16+)  
Мария Данилова живет счастливо: ее во всем поддерживает муж Игорь, подрастает дочь Олеся. Мария владеет зданием в центре города, в котором содержит салон красоты. Здание досталось ей в наследство от отца. Игорь на грани банкротства: в этом году его фирма впервые не смогла выиграть тендер. Кроме того, Игорь задолжал крупную сумму денег ростовщику Корнилову. Игорь просит Марию продать салон и помочь ему, но Мария, накануне узнавшая, что Игорь ей изменяет, наотрез отказывается помогать мужу  
03.10 «СТРАСТЬ-2». (16+)  
04.30 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)

## ОТР

06.00 «Вспомнить всё». (12+)  
06.30 «Большая наука». (12+)  
07.00 «От прав к возможностям». (12+)  
07.15 «За дело!» (12+)  
08.00 18.00 «Гамбургский счёт». (12+)  
08.30 13.05 «Домашние животные». (12+)  
09.00 18.30 «Активная среда». (12+)  
09.25 «КОРСИКАНЕЦ». (12+)  
11.00 13.00 15.00 Новости  
11.05 «Эрик Булатов: Живу и вижу». (12+)  
12.00 Большая страна. (12+)  
13.30 15.05 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)  
16.20 Среда обитания. (12+)  
16.30 «Книжные аллеи». (12+)  
17.00 «Фигура речи». (12+)  
17.30 «Пешком в историю». (12+)  
19.00 «ОТражение недели»  
19.45 «Моя история». (12+)  
20.25 «БЕЗ СВИДЕТЕЛЕЙ». (12+)  
21.55 «КУРОРТНЫЙ ТУЗ». (16+)  
23.30 «ПОЕДИНОК». (0+)  
00.40 «Моменты судьбы». (6+)

## НТВ



10.20 Первая передача. (16+)

05.35 Их нравы. (0+)  
06.00 Центральное телевидение. (16+)  
08.00 10.00 16.00 Сегодня  
08.20 У нас выигрывают! (12+)  
10.20 Первая передача. (16+)  
11.00 Чудо техники. (12+)  
11.55 Дачный ответ. (0+)  
13.05 НашПотребНадзор. (16+)  
14.05 Однажды... (16+)  
15.00 Своя игра. (0+)  
16.20 Следствие вели... (16+)  
18.00 Новые русские сенсации. (16+)  
19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой  
20.10 Маска. (12+)  
22.50 Звезды сошлись. (16+)  
00.25 Основано на реальных событиях. (16+)  
03.05 Их нравы. (0+)  
03.40 «МОСКВА: ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». (16+)  
Репейников начинает распутывать дело Лобанова и наталкивается на весьма неприглядные факты из биографии своего нынешнего начальника Львова

## РЕН

05.00 «Тайны Чапман». (16+)  
08.00 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК». (12+)  
10.30 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК: ВЫСОКОЕ НАПРЯЖЕНИЕ». (16+)  
13.15 «НЕВЕРОЯТНЫЙ ХАЛК». (16+)  
15.20 «ЗЕМЛЯ БУДУЩЕГО». (12+)  
18.00 «МСТИТЕЛИ: ВОЙНА БЕСКОНЕЧНОСТИ». (16+)  
20.45 «ДОКТОР СТРАНДЖ». (16+)  
Страшная автокатастрофа поставила крест на карьере успешного нейрохирурга Доктора Странджа. Отчаявшись, он отправляется в поисках исцеления и открывает в себе невероятные способности...  
23.00 Добров в эфире. (16+)  
00.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)  
03.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
04.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)

## РОССИЯ К



14.25 «ЗОЛОТАЯ КАСКА»

06.30 Мультфильмы  
07.50 «ПОХОЖДЕНИЯ ЗУБНОГО ВРАЧА»  
09.05 Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфировым  
09.35 Мы - грамотеи!  
10.15 «ХОЖДЕНИЕ ЗА ТРИ МОРЯ»  
12.40 Письма из провинции  
13.10 Петербургские встречи  
13.50 «Другие Романовы»  
14.25 00.15 «ЗОЛОТАЯ КАСКА»  
16.00 «Без срока давности»  
16.30 Картина мира с Михаилом Ковальчуком  
17.10 Пешком...  
17.40 Ближний круг Евгения Славутина  
18.35 Романтика ромansa  
19.30 Новости культуры с Владиславом Флярковским  
20.10 «ПОСОЛ СОВЕТСКОГО СОЮЗА»  
21.35 Белая студия  
22.20 «1917 - Раскаленный Хаос»  
01.50 Диалоги о животных  
02.35 «Аргонавты»  
06.00 «Мультфильмы». (0+)  
08.30 Рисуем сказки. (0+)  
08.45 «Мультфильмы». (0+)  
09.15 Новый день. (12+)  
09.45 «Мультфильмы». (0+)  
10.15 «СЕРДЦЕ ДРАКОНА: БИТВА ЗА ОГНЕННОЕ СЕРДЦЕ». (12+)  
12.15 «ПОСЛЕДНИЙ ЛЕГИОН». (12+)  
14.15 «ЦАРСТВО НЕБЕСНОЕ». (16+)  
17.15 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+)  
19.00 «ПАСТЫРЬ». (16+)  
21.00 «ЧЕРНАЯ СМЕРТЬ». (16+)  
Англия. Середина 14 века. На острове свирепствует эпидемия чумы. Тысячи людей умирают в страшных мучениях, веря, что болезнь - кара, посланная им за их прегрешения  
23.00 Последний герой. Зрители против звезд. (16+)  
00.15 «ПРИНЦ ВЭЛИАНТ». (12+)  
02.15 «ЗАТЕРЯННЫЙ ГОРОД Z». (16+)  
04.15 Охотники за привидениями. (16+)

## СТС



18.55 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-3». (12+)

06.25 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)  
06.45 «Приключения Кота в сапогах». (6+)  
07.10 «Драконы. Гонки по краю». (6+)  
07.35 «Три кота». (0+)  
08.00 «Царевны». (0+)  
08.20 10.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)  
09.00 «Рогов в городе». (16+)  
10.35 «ЛЮДИ ИКС. НАЧАЛО. РОСОМАХА». (16+)  
12.40 «РОСОМАХА. БЕССМЕРТНЫЙ». (16+)  
15.15 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». (0+)  
17.10 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-2». (12+)  
18.55 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-3». (12+)  
21.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ: ИНТЭРНЭШНЛ». (16+)  
23.15 «Дело было вечером». (16+)  
00.20 «НЕСНОСНЫЕ БОСЫ-2». (18+)  
02.15 «КОРОЛЬ РАЛЬФ». (12+)  
03.45 «Шоу выходного дня». (16+)  
06.30 «ВЕЧЕРНЯЯ СКАЗКА». (16+)  
08.30 «НЕ ТОРОПИ ЛЮБОВЬ». (16+)  
10.40 «МАМА МОЕЙ ДОЧЕРИ». (16+)  
Оля и Даша дружат с детства. Узнав, что они обе беременны, девушки были счастливы. Но ребёнок Даши умирает. В её жизни начинается чёрная полоса. Муж оказался за решёткой после того, как пытался выяснить обстоятельства смерти своей малышки у медицинской сестры и в запальчивости нанёс ей тяжёлую травму. Оставшись без мужа, без работы, девушка идёт к своей подруге, и та предлагает ей поработать няней её пятилетней дочери. А дальше следует череда странных совпадений, которые наталкивают Дашу на неожиданные выводы  
14.40 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)  
23.30 «Про здоровье». (16+)  
23.45 «ВОРОЖЕЯ». (16+)  
03.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)



**ТНТ-СПБ**



15.35 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)

07.00 ТНТ. Gold. (16+)  
08.00 «Народный ремонт». (16+)  
09.00 «САШАТАНЯ». (16+)  
11.00 Перезагрузка. (16+)  
12.00 Однажды в России. (16+)  
13.00 «ТА ЕЩЕ ПАРОЧКА». (16+)  
15.35 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)  
18.15 «1+1». (16+)  
20.30 «Холостяк». (16+)  
Премьера! Доктор Криворотов приглашает на индивидуальное свидание самую яркую и эксцентричную участницу шоу  
22.00 «Stand Up». (16+)  
23.00 Дом-2. Город любви. (16+)  
00.05 Дом-2. После заката. (16+)  
01.05 «Такое кино!». (16+)  
01.35 ТНТ Music. (16+)  
01.55 «Stand Up». (16+)  
04.30 Открытый микрофон. (16+)  
06.10 ТНТ. Best. (16+)

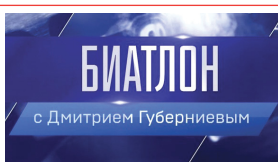
**ЧЕ**



00.00 «ДЖЕК СТОУН». (18+)

06.00 04.30 «ЕВЛАМПИЯ РОМАНОВА: СЛЕДСТВИЕ ВЕДЁТ ДИЛЕТАНТ». (12+)  
08.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)  
Молодая семья спортивного журналиста Константина Воронина живёт на одной лестничной площадке с родителями, которые, конечно же, знают, как жить правильно, и поэтому считают своим долгом научить всем жизненным премудростям своего младшего сына Костю и его жену Веру  
19.00 «Улетное видео. Лучшее». (16+)  
21.00 «Улетное видео». (16+)  
21.30 «Улетное видео. Лучшее». (16+)  
23.00 «+100500». (18+)  
00.00 «ДЖЕК СТОУН». (18+)  
01.50 «КВН на бис». (16+)  
02.40 «КВН. Высший балл». (16+)  
03.20 «Улетное видео». (16+)

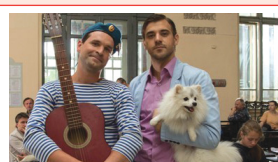
**МАТЧ!**



17.05 Биатлон с Дмитрием Губерниевым

06.00 Футбол. Чемпионат Италии. (0+)  
08.00 12.25 17.40 00.15 Все на Матч!  
08.30 Футбол. «Реал» - «Валенсия». (0+)  
10.30 11.30 17.35 21.20 Новости  
10.40 11.35 15.55 20.15 Биатлон. (0+)  
13.20 «Новая школа. Молодые тренеры России». (12+)  
13.50 Футбол. «Крылья Советов» - «Ахмат»  
17.05 Биатлон с Дмитрием Губерниевым  
18.00 Формула-1. Гран-при Бахрейна  
21.25 «После футбола» с Георгием Черданцевым  
22.25 Гандбол. Венгрия - Россия  
01.00 Футбол. Кубок Англии. 1/4 финала. (0+)  
03.00 Спортивная гимнастика. (0+)  
04.00 Футбол. «Марсель» - ПСЖ. (0+)

**СПБ**



14.20 «ТАРИФ НА ПРОШЛОЕ». (16+)

05.45 Слово. (16+)  
06.00 «ГАРАЖИ». (12+)  
08.55 Азбука петербуржца. (6+)  
09.00 Итоги недели. (16+)  
09.55 Time Out. (6+)  
10.10 «Выходной». (6+)  
10.30 «Наше кино! Наша Победа!». «Великие полководцы». «Марс». (12+)  
11.05 «ПОВЕСТЬ О НАСТОЯЩЕМ ЧЕЛОВЕКЕ». (6+)  
13.00 «Эра танков». (16+)  
14.20 15.10 18.15 «ТАРИФ НА ПРОШЛОЕ». (16+)  
15.00 «Новости». (16+)  
18.00 Новости  
18.30 Футбол. «ЦСКА» (Москва) - «Зенит» (Санкт-Петербург). Российская Премьер-лига. (0+)  
20.50 «НЕВЕСТА С ЗАПРАВКИ». (12+)  
22.45 «Культурная эволюция». (16+)  
23.15 «СВЯЗИ». (16+)  
04.00 «МАСКАРАД». (12+)

**ЛЕН ТВ 24**



18.25 «ЛЮБОВЬ И ДРУЖБА». (12+)

06.40 «Знахарки». (12+)  
07.30 Мультфильмы. (6+)  
07.50 «Анне Вески. Горячая эстонская женщина». (16+)  
08.45 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)  
09.45 «Ветеринарная клиника». (16+)  
10.40 «ПРОДЛИСЬ, ПРОДЛИСЬ, ОЧАРОВАНИЕ...» (12+)  
12.05 «Правда ли?» (16+)  
12.50 «Казачи в Европе». (16+)  
13.20 «НУЛЕВАЯ МИРОВАЯ». (12+)  
16.55 Концерт Елены Ваенги «Желаю солнца». (16+)  
18.25 «ЛЮБОВЬ И ДРУЖБА». (12+)  
20.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)  
21.00 «Ефим Шифрин». (12+)  
21.40 «ВУНДЕРКИНДЫ». (12+)  
23.30 Концерт Елены Ваенги «Желаю солнца». (16+)  
01.00 Профилактика

**78 КАНАЛ**



23.00 «МАМА, НЕ ГОРЮЙ!». (18+)

06.10 «Сделано в СССР». (12+)  
06.35 «Дорога длиною в тысячу ли...» (12+)  
07.15 «Пища богов». (12+)  
10.00 «Известия 78». (12+)  
10.10 «Происшествия». (16+)  
11.00 «Алексей Багин. Петербургский детектив». (16+)  
11.30 «Другой Петербург». (16+)  
12.00 «Известия 78». (12+)  
12.15 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА №1». (16+)  
15.00 «Известия 78». (12+)  
15.15 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА №1». (16+)  
20.00 «Сделано в СССР». (12+)  
21.00 «Неделя в Петербурге». (12+)  
22.00 «Спорт pro & contra». (12+)  
23.00 «МАМА, НЕ ГОРЮЙ!». (18+)  
00.35 «Неспящие». (12+)  
01.35 «Дорога длиною в тысячу ли...» (12+)

## ЦВЕТОВОДСТВО

Своим разнообразием кактусы способны удивить даже самых взыскательных цветоводов.

**А** вот по характеру они крайне неприхотливы. Сегодня мы расскажем о трех, пожалуй, самых популярных.

### Цереус

В природе это настоящий гигант, который может вымахать до 6-10 метров в высоту. В домашних условиях вырастает до одного метра. Имеет колоновидный стебель с сильно выступающими ребрами, на которых находятся длинные, острые колючки. Цветы этого кактуса настоящее богатство – могут достигать 15 см длины. Причем одни виды цереуса зацветают только днем, а другие исключительно ночью. Цветение длится 24 часа.

### Уход

Большинство кактусов предпочитает яркий свет, но далеко не все хорошо переносят прямые солнечные лучи. Если солнца излишне много, кактус станет вялым и будто выбеленным. Особенно негативно солнечные лучи скажутся, если растение резко из тенистого места переставить на солнце. В этом случае могут появиться ожоги. Температурный режим желателен летом 16-24 градуса, зимой 10-15 градусов. Кактусам вредны сквозняки. Полив летом регулярный, 1-2 раза в неделю, по мере просыхания земляного кома. Зимой во время спячки и при пониженных температурах кактус достаточно слегка полить раз в месяц и даже реже. Важно, чтобы почва в горшке под кактусом была хорошо дренированной и вода легко проходила сквозь нее, не застаиваясь. В период роста, с марта по август, полезно внесение удобрения. Желательно специального для кактусов и суккулентов.



# Цветок с колючей натурой

### Эспостеа

Его главной особенностью является то, что он пушистый. Белые волоски эспостеа служат совсем не для красоты, а для защиты от жаркого солнца. В природе он обитает на склонах гор и достигает 5-метровой высоты. При домашнем содержании его максимальная высота – 80 см. Цветет редко, но красиво, цветы похожи на яркие 5-сантиметровые колокольчики.

### Эхинофосулокактус

Имеет шаровидную форму с большим количеством волнистых ребер. Растет очень медленно, больше вширь, чем в высоту. В диаметре может достигать 12-15 см. Цветет. Цветы некрупные, розовых или фиолетовых тонов, около 4 см в диаметре.

### Кстати

#### Почему кактус не цветёт

Некоторые цветоводы жалуются, что у них кактусы растут дома по несколько лет, а ни разу не цвели. Перечислим основные причины отсутствия цветения:

- недостаток света,
- высокие температуры в зимний период,
- растение довольно молодое,
- неправильный полив,
- сквозняки или, наоборот, духота в помещении.



Сегодня утром понял, что если с полки падает кактус, – не надо его ловить!



### Подробности

#### Колючки и здоровье

Колючки у кактусов в зависимости от вида могут быть очень маленькими, а могут вырастать (в природе) до двух метров. Кстати, чем лучше себя чувствует кактус, чем бодрей у него настроение – тем более длинные колючки у него вырастают. Причем сами колючки у разных видов могут быть острыми, как иглы, а могут быть совсем мягкими, словно перышки. Кстати, по форме колючки тоже встречаются разнообразные: прямые, изогнутые в дугу, похожие на звезды, крестики, кудряшки и др. Цвет колючек варьируется от прозрачных, белых, желтых до красных, бурых и практически черных.

Ольга БЕЛЬСКАЯ



## КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
06.10 «РОБИН ГУД: ПРИНЦ ВОРОВ». (12+)	07.10 «БАРХАНОВ И ЕГО ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ». (16+)	05.40 «ЗИГЗАГ УДАЧИ». (6+)	06.00, 13.15 Мебельная фабрика Эллен Дедженерес. (16+)	06.00, 13.15 Мебельная фабрика Эллен Дедженерес. (16+)	06.00, 13.15 Мебельная фабрика Эллен Дедженерес. (16+)
09.05 «СОЦИАЛЬНАЯ СЕТЬ». (16+)	09.20 «ТАРАС БУЛЬБА». (16+)	07.20 «СВАТЫ». (16+)	11.00, 22.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	06.45 «ХОЛЛЕРЫ». (16+)	06.45 «ХОЛЛЕРЫ». (16+)
11.15 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». (12+)	11.45 «СОБИБОР». (12+)	13.00 Ко дню рождения Георгия Жжёнова. «ЧЕЛОВЕК, КОТОРОГО Я ЛЮБЛЮ». (12+)	08.10, 08.55 Проект Подиум. Все звезды. (16+)	08.10, 08.55 Проект Подиум. Все звезды. (16+)	08.10, 08.55 Проект Подиум. Все звезды. (16+)
12.55 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-2». (12+)	13.55 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)	14.40 «НЕПОДАЮЩИЕСЯ». (6+)	09.40, 10.45, 11.50 Правила моей кухни. (16+)	14.00, 14.45, 15.30, 16.15, 17.00, 17.45 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА». (16+)	14.00, 14.45, 15.30, 16.15, 17.00, 17.45 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА». (16+)
14.30 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-3». (12+)	15.35 «О ЧЁМ ЕЩЁ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)	16.10 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (12+)	18.30, 19.15 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)	20.00 «ЛЮБОВНИКИ». (16+)	18.30, 19.15 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
16.25 «К-9: СОБАЧА РАБОТА». (12+)	17.25 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)	18.40 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (6+)	20.00 «ПОЧТИ СЕМНАДЦАТЬ». (16+)	21.35 «ОЧУВСТВОВАТЬ». (16+)	20.00 «ПОЧТИ СЕМНАДЦАТЬ». (16+)
18.10 «ДРУГИЕ». (16+)	19.10 «СЕМЬ УЖИНОВ». (12+)	20.15 «ВЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ УЛИЦЕ». (12+)	23.15 «50 ПЕРВЫХ ПОЦЕЛУЕВ». (16+)	00.50 «КОРОЛЬ-РЫБАК». (18+)	23.15 «50 ПЕРВЫХ ПОЦЕЛУЕВ». (16+)
20.10 «НЕВИДИМКА». (16+)	20.50 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ!». (16+)	00.55 «ПОМНЮ - НЕ ПОМНЮ!». (12+)	02.10 «АЛМАЗЫ ДЛЯ МАРИИ». (12+)	03.05, 03.45, 04.30, 05.15 «АМНЕЗИЯ». (16+)	02.10 «АЛМАЗЫ ДЛЯ МАРИИ». (12+)
22.05 «ЛИЦА В ТОЛПЕ». (16+)	22.40 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)	02.40 «ТЕРРИТОРИЯ». (12+)	03.25 «ЧЕСТНЫЙ, УМНЫЙ, НЕЖЕНАТЫЙ...» (12+)		02.40 «ТЕРРИТОРИЯ». (12+)
23.55 «ВСЕ ДЕНЬГИ МИРА». (18+)	00.55 «ПОМНЮ - НЕ ПОМНЮ!». (12+)	05.30 «Царевна-лягушка». Мультфильм. (6+)			05.30 «Царевна-лягушка». Мультфильм. (6+)
02.15 «МОЙ МАЛЫШ». (12+)					
04.10 «ОСЕНЬ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (12+)					

ИЛЛЮЗИОН+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	РОДНОЕ КИНО
01.55 «ВСЁ САМОЕ ЛУЧШЕЕ». (16+)	07.20 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)	03.00 «ПОМОГИТЕ СТАТЬ ОТЦОМ». (16+)	01.00 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (12+)
03.30 «ПРИРОЖДЁННЫЙ ГОНЧИК». (16+)	09.10 «ИГРА». (16+)	04.50 «ВУЛКАН СТРАСТЕЙ». (12+)	02.45 «ПИКОВАЯ ДАМА». (12+)
05.10 «ЧЕТВЕРО ПОХОРОН И ОДНА СВАДЬБА». (16+)	10.55 «МУЖЧИНА ГАРАНТИИ». (16+)	06.30 «ЛЕГОК НА ПОМИНЕ». (12+)	04.55 «МЕНЯ ЗОВУТ АРЛЕКИНО». (16+)
06.45 «В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (16+)	12.35 «ПОЛНЫЙ КОНТАКТ». (16+)	08.10 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АЛАДИНА». (6+)	07.25 «ЗДРАВСТВУЙТЕ, МЫ ВАША КРЫША!». (12+)
08.15 «ТЫ НЕ ТЫ». (16+)	14.00 «ВЕРА И СОМНЕНИЕ». (16+)	10.10 «ДЖУНГЛИ ЗОВУТ! В ПОИСКАХ МАРСПУЛИАМИ». (12+)	09.25 «УСАТЫЙ НЯНЬ». (6+)
10.00 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)	14.15 «КАРП ОТМОРОЖЕННЫЙ». (16+)	12.10 «НЕВЕРоятные приключения факира». (16+)	10.55 «МАМА НЕ ГОРИЮ». (18+)
11.45 «РЕКРУТ». (16+)	16.05 «БЕЗ СЕКСА». (16+)	14.00 «СОСЕДКА». (16+)	12.30 «МАМА НЕ ГОРИЮ-2». (16+)
13.35 «БЛИЗНЕЦЫ». (16+)	16.20 «РЕШИТЬСЯ НА». (16+)	16.00 «ВАМПИРСКИЙ ЗАСОС». (16+)	14.35 «КЛАССИК». (16+)
15.20 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ». (12+)	18.10 «ТАМ, ГДЕ ВОДЯТСЯ ЗВЕЗДЫ». (16+)	17.35 «ЧЁРНЫЙ РЫЦАРЬ». (12+)	16.35 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (12+)
17.00 «ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ». (12+)	18.25 «СЕЛФИ». (16+)	19.25 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)	19.00 «ДЕЖА ВЮ». (12+)
18.55 «ЛИМБ». (16+)	20.30 «ПРИНЯТЬ УДАР». (16+)	21.15 «ВСЁ И СРАЗУ». (16+)	21.00 «ОДИН И БЕЗ ОРУЖИЯ». (16+)
20.30 «КРЫСИНЬЕ БЕГА». (16+)	20.50 «ПОД ВОДОЙ». (16+)	23.00 «НЕУДОВЛЕТВОРЕННОЕ СЕКСУАЛЬНОЕ НАПРЯЖЕНИЕ». (18+)	Боевик, криминал, приключения, СССР, 1984 г.
22.10 «ТАЙНЫ ПРОШЛОГО». (16+)	21.00 «ПАТЕНТ». (16+)		22.30 «ЛЮБОВНИК». (16+)
23.40 «ОМЕРЗИТЕЛЬНАЯ ВОСЬМЕРКА». (18+)	22.45 «ПРИНЯТЬ УДАР». (16+)		Драма, Россия, 2002 г.
	23.10 «ГОЛАЯ БУХТА». (18+)		

супер	СУПЕР	ФЕНИКС+КИНО	СТС LOVE	СТС LOVE	TV 21 ВЕК
06.00, 08.30 Мультсериалы. (0+)	08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ». (16+)	06.00 «Фиксики». Мультсериал. (0+)	06.00 «Фиксики». Мультсериал. (0+)	06.00 «Фиксики». Мультсериал. (0+)	10.00, 18.00, 02.00 «МЕДИЦИ: ПОВЕЛИТЕЛИ ФЛОРЕНЦИИ». (18+)
08.25 Прогноз погоды. (0+)	10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)	08.55 «Снежная королева». Мультфильм. (0+)	08.55 «Снежная королева». Мультфильм. (0+)	08.55 «Снежная королева». Мультфильм. (0+)	11.00, 19.00, 03.00 «АС ИЗ АСОВ». (12+)
09.00 «РОДИТЕЛИ». (12+)	12.00, 13.00, 20.00, 21.00 «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+)	10.30 «СЕРДЦЕЕДКИ». (16+)	10.30 «СЕРДЦЕЕДКИ». (16+)	10.30 «СЕРДЦЕЕДКИ». (16+)	12.45, 20.45, 04.45 «ХРУСТАЛЬ». (18+)
11.30 «СУМАСШЕДШИЕ ГОНКИ». (12+)	14.00, 22.00, 06.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)	13.05 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)	13.05 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)	13.05 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)	14.20, 22.20, 06.20 «ВЫ УМРЕТЕ ИЛИ МЫ ВЕРНЕМ ВАМ ДЕНЬГИ». (16+)
13.30 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)	15.00, 23.00, 07.00 «ДЕВИЧНИК». (16+)	01.00 Оденся к свадьбе. (16+)	01.00 Оденся к свадьбе. (16+)	01.00 Оденся к свадьбе. (16+)	14.20, 22.20, 06.20 «ВЫ УМРЕТЕ ИЛИ МЫ ВЕРНЕМ ВАМ ДЕНЬГИ». (16+)
15.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)	04.00 «ДВОЕ ИЗ ЛАРЦА-2». (16+)	04.50 Ералаш. (0+)	04.50 Ералаш. (0+)	04.50 Ералаш. (0+)	15.55, 23.55, 07.55 «ПРОСТОЙ ПЛАН». (16+)
15.25 Прогноз погоды. (0+)	05.00 «ГАЛИНА». (16+)	05.20 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)	05.20 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)	05.20 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)	15.55, 23.55, 07.55 «ПРОСТОЙ ПЛАН». (16+)
15.30 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)					Криминальная драма, США, Великобритания, Германия, 1998 г.
17.30 «ГРАНД». (16+)					
20.30 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)					
23.00 «ШАЛУН». (12+)					
01.00 «НЕ ГРОЗИ ЮЖНОМУ ЦЕНТРАЛУ, ПОПИВАЯ СОКУ СЕБЯ В КВАРТАЛЕ». (16+)					
03.00 «ОСТРОВ». (16+)					

## УВЛЕЧЕНИЯ

Усадьба	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
06.00, 09.55, 14.05, 18.00, 21.55, 02.00 Большие идеи для маленького сада. (12+)	06.00, 10.00, 14.00, 18.00, 22.05, 02.05 Рыболовная школа для взрослых. (12+)	00.00, 13.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+)
07.00, 10.55, 19.00, 03.00 Беспокоечное хозяйство. (12+)	06.30, 10.30, 22.35, 02.40 Экстремальный фидер. (16+)	06.50 Адская кошка. (12+)
07.35, 15.35, 19.35, 23.30, 03.35 Безопасность. (12+)	06.55, 11.00, 15.00, 19.00, 23.05, 03.05 Россия заповедная. (16+)	07.40 Введение в котководство. (12+)
08.05, 12.15, 20.05, 00.00, 04.20 Лучки-пучки. (12+)	07.25, 23.35, 03.35 Камский спиннинг. (16+)	08.30 Скорая помощь для животных. (16+)
08.20, 12.35, 16.10, 20.20, 00.15, 04.35 Кашеварам. (12+)	08.00, 12.00, 16.00, 20.00, 00.05, 04.05 Ледовые тропы рыбалки. (16+)	09.20 Незведанная Европа. (12+)
08.35, 12.50, 16.25, 20.35, 00.35, 04.50 Ваш агроном. (12+)	08.30, 08.40, 12.30, 16.30, 20.30, 00.35, 00.50, 04.35 Профессиональная рыболовная лига-2019. (12+)	10.10, 11.00 Незведанный Индокитай. (12+)
08.50, 13.05, 16.40, 20.55, 00.50, 05.05 Декоративный огород. (12+)	09.00 На охотничьей тропе. (16+)	11.50 Правосудие Техаса. (16+)
09.20, 11.45, 15.05, 17.10 Огород круглый год. (12+)	09.30, 13.30, 17.30, 21.35, 01.40, 05.35 Фотоохота с Евгением Полонским. (16+)	12.40 Плохой пёс. (12+)
09.40 Не просто суп! (12+)	11.30, 19.30 Вкусные рецепты охотника. (12+)	13.35 Скорая помощь для животных. (16+)
11.30, 15.20 Постное меню. (12+)	12.45, 16.45, 20.45 Нож-помощник. (16+)	14.30 Введение в котководство. (12+)
Если вы давно хотите попробовать по-ститься, но вас останавливает мысль о пресном и однообразном постном меню, то, значит, вы просто незнакомы с нашими пошаговыми рецептами для Великого поста.	13.00, 17.00, 01.10 Охота с луком. (16+)	15.25, 16.20, 17.15 Центр реабилитации Аманды. (12+)
12.00 Флористика. (12+)	14.30, 18.30 Донка против фидера. (16+)	18.10, 19.05, 20.00 Планета мутантов. (12+)
13.30, 21.25, 01.15, 05.30 10 самых больших ошибок. (12+)	15.30 Вкусные рецепты рыболова. (12+)	21.00 Койот Петерсон представляет: Легендарная черепаха Техаса. (12+)
17.30 Обнови свой сад. (12+)	21.00 На рыбалку с охотой. (12+)	Койот едет в Техас на поиски обитающей там гигантской каймановой черепахи. Он полон решимости доказать, что она самая большая черепаха на планете.
22.55 Тихая моя родина. (12+)	05.05 Рыбалка с Нормундом Грабовским. (12+)	21.55 Будни ветеринара. (16+)
01.45 Кисельные берега. (12+)		22.50 Адская кошка. (12+)
04.00 Травовед. (12+)		23.45 Бристольский залив. (16+)
		00.40, 01.30, 02.15 Я живой. (16+)
		03.00 Живой или вымерший. (16+)
		03.45 На свободу с питбулем. (16+)
		04.30, 05.15 Дома на деревьях. (12+)

## ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР	ПЯТНИЦА	Ю	РЕТРО
06.00 Миллион вопросов о природе. (6+)	05.00 Орел и решка. Кругосветка. (16+)	05.00 Папа подал. (12+)	06.00, 22.25 Сыны России: Я - наш человек. Джон Кописки. (12+)
06.15 Беларусь сегодня. (12+)	06.45 Школа доктора Комаровского. (12+)	07.45 Дорогая, я забил. (12+)	10.55 Модель XL. (16+)
06.45, 07.40, 05.05 Мультфильмы. (6+)	08.30 Доктор Бессмертный. (16+)	Каждая девушка мечтает чувствовать себя красивой вне общепринятых стандартов и параметров. Более 40% русских женщин покупают одежду размера XL и больше. Теперь и в нашей стране такие женщины получают шанс показать миру свою красоту и заявить о себе. Сотни девушек из разных городов России приняли участие в кастинге нового реали-шоу «Модель XL». Но только 12 из них продолжат свой путь в проекте, и лишь три дойдут до финала. Каждый день участниц ждут новые испытания: необычные фотосессии, участие в fashion-съёмках и мастер-классы.	06.50, 23.20 «ПОСЛЕ СВАДЬБЫ». (12+)
07.05 Играй, дутар! (16+)	09.00 Регина+1. (16+)	15.00 Папа подал. (16+)	08.30 «Про бегемота, который боялся прививок». Мультфильм. (6+)
07.45 Культ//туризм. (16+)	10.00 Новости	23.20 Ю-Кино.	09.10 «Девочка и слон». Мультфильм. (6+)
08.20 Ещё дешевле. (12+)	10.15, 16.15, 19.30, 01.00, 05.30 «БЕЖАТЬ». (16+)	«СЕКСПО ДРУЖБЕ». (16+)	09.35 «НЕ ГОВОРО О ВСЕХ ЭТИХ ЖЕНЩИНАХ». (16+)
08.55 Всемирные игры разума. (12+)	Сериал. Детектив, Россия, 2011 г.	США, 2011 г.	11.05, 04.05 «ГОНЩИКИ». (12+)
09.25 Фазендалайф. (6+)	Когда переполняют боль и отчаяние, хочется бросить всё, стать другим человеком и навсегда забыть о прошлом. Но от себя не убежишь - «веренища» страхов и сомнений будут следовать неотступно. И однажды, всё-таки, придётся остановиться и встретить свою судьбу «лицом к лицу».	01.35 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)	12.35 «Трое на острове». Мультфильм. (6+)
10.00 Новости	16.00 Погода в Мире	02.45 Орел и решка. Рай и Ад. (16+)	12.55 «Пёс и кот». Мультфильм. (6+)
10.15, 16.15, 19.30, 01.00, 05.30 «БЕЖАТЬ». (16+)	18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе»	04.20 Генеральная уборка. (16+)	13.15 «Седой медведь». Мультфильм. (0+)
10.30 На ножах. (16+)	03.40 «ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА». (0+)		13.40 «ФЕДОРА». (16+)
14.30 Ревизорро. (16+)			15.50, 01.10 «22 ИЮНЯ РОВНО В 4 ЧАСА». (12+)
Новый Ревизорро страны Ксения Милас восстановит справедливость и наведет порядок там, где забыли, что это такое.			17.35, 05.20, 05.40 Русская классика. (12+)
16.30 На ножах. (16+)			18.00 «ЕВГЕНИЙ ОНЕГИН». Фильм-опера. (12+)
00.00 Agentshow Land. (16+)			СССР, 1958 г.
00.40 «СКАЛОПАЗ». (16+)			20.00 «УБИТЬ ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
02.45 Орел и решка. Рай и Ад. (16+)			02.45 Мультфильмы. (6+)
04.20 Генеральная уборка. (16+)			

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC
00.00 Час истины. (12+)	06.00 Невероятные изобретения. (12+)	06.00 Код опасности. (16+)
01.00, 01.10 Время Победы. (12+)	06.25, 07.10, 07.50 Музейные тайны. (12+)	06.25, 06.50 История десятилетий. (16+)
01.15 По законам чести.	08.35, 09.30 Галапагосы. (6+)	07.20 Обезьяночеловек. (16+)
Из истории дуэлей. (12+)	10.25, 11.20 Расшифрованные сокровища	08.10 Больше чем фокусы с Ди Эм Си. (16+)
01.30 Российские военные в начале XX века. (12+)	12.15, 13.10 Тайны египетских пирамид. (12+)	09.00, 09.55 Игры разума. (16+)
02.00 Последние цивилизаций. Древняя Азия. (12+)	14.10 Скрытые следы: Первая мировая война (1914-1918). (12+)	10.45 Авто - SOS. (16+)
02.55 Три города, покорившие мир. Амстердам, Лондон, Нью-Йорк. (12+)	15.10 Скрытые следы: Ватерлоо. (12+)	11.35 Свидетели катастроф. (16+)
04.00 Тайны соборов. (12+)	16.10 Скрытые следы: Война во Вьетнаме. (12+)	12.30 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
05.55 Историограф. (12+)	17.10, 18.50 Поля сражений. (12+)	13.20, 14.15 Затерянные города с Альбертом Лином. (16+)
06.45 Тайны викингов. (12+)	20.00 История далекого прошлого. (12+)	15.05 Инстинкт выживания. (16+)
08.00 Историограф. (12+)	Документальный сериал, Франция, 2019 г.	15.55 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
09.00 Рельсовая война. (12+)	22.00, 22.50 Тайны британских замков. (12+)	16.50, 17.40, 18.30 Скрытые жемчужины Турции. (16+)
09.30 Семь дней истории. (12+)	Документальный сериал, Великобритания, 2015 г.	19.25 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
09.40 Истории искусств. Душа памятников. (12+)	23.40 Военные заводы. (12+)	20.15, 21.05 Расследование авиакатастроф. (16+)
10.40 На пути к Великой Победе. (12+)	Документальный сериал, Великобритания, 2019 г.	22.00 Космос: возможные миры: Недолгое счастье в обитаемой зоне. (16+)
11.10 Майя. Рождение легенды. (12+)	00.30 Швы времени. (12+)	22.45, 23.35 Космос: Пространство и время. (16+)
12.00 «ДЕЗЕРТИРЫ». (16+)	01.00 Тайны Парижа. (12+)	00.30 Космос: возможные миры: Недолгое счастье в обитаемой зоне. (16+)
14.00 Загадочные города: Пьемонт. Розацца. (12+)	01.30, 02.15, 03.05 Запретная история. (12+)	01.15 Научные глупости. (16+)
14.25 Загадочные города: Ломбардия. Кавриана. (12+)	03.50, 04.30 Музейные тайны. (12+)	01.35 Код опасности. (16+)
14.55 Историограф. (12+)	05.15 Музейные тайны. (16+)	02.00, 02.45 Авто-SOS. (16+)
15.40 История Отечества в портретах: Екатерина II. (12+)		03.30, 04.20 Расследование авиакатастроф. (16+)
16.00 «ПОСЛЕДНИЙ КОРОЛЬ». (16+)		05.10 Космос: возможные миры. (16+)
18.00 Скрытая битва. (12+)		
19.05 Россия глазами иностранцев: Пока Москва была столицей. (12+)		
20.00, 22.00 «НАПОЛЕОН». (16+)		

ANIMAL PLANET	Discovery	Discovery Channel	TLC	TLC
06.00 Аквариумный бизнес. (12+)	06.00, 06.50 Махинаторы. (12+)	06.00 Мастер макияжа. (12+)	06.00 Мастер макияжа. (12+)	06.00 Мастер макияжа. (12+)
06.50 Адская кошка. (12+)	07.40 Автобан А2. (12+)	06.25, 06.50, 07.15, 07.40 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)	06.25, 06.50, 07.15, 07.40 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)	06.25, 06.50, 07.15, 07.40 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
07.40 Введение в котководство. (12+)	09.22, 21.05 Незвестная экспедиция. (16+)	08.10, 08.35, 09.05, 09.30, 10.00, 10.25 Игра вслепую. (12+)	08.10, 08.35, 09.05, 09.30, 10.00, 10.25 Игра вслепую. (12+)	08.10, 08.35, 09.05, 09.30, 10.00, 10.25 Игра вслепую. (12+)
08.30 Скорая помощь для животных. (16+)	10.14, 20.10 Дальнейший в Америке. (12+)	10.55 Виза невесты. Виза жениха. Расс и Паола. (16+)	10.55 Виза невесты. Виза жениха. Расс и Паола. (16+)	10.55 Виза невесты. Виза жениха. Расс и Паола. (16+)
09.20 Незведанная Европа. (12+)	11.06, 03.00 НАСА: необъяснимые материалы. (16+)	12.35 Сестры Даггар: пополнение. (12+)	12.35 Сестры Даггар: пополнение. (12+)	12.35 Сестры Даггар: пополнение. (12+)
10.10, 11.00 Незведанный Индокитай. (12+)	11.58, 03.45 Забытая инженерия. (16+)	12.45 Маминина комната. (16+)	12.45 Маминина комната. (16+)	12.45 Маминина комната. (16+)
11.50 Правосудие Техаса. (16+)	12.50, 05.15 Хранители болот Эверглейдс. (16+)	13.10 Пять ингредиентов. (12+)	13.10 Пять ингредиентов. (12+)	13.10 Пять ингредиентов. (12+)
12.40 Плохой пёс. (12+)	13.45, 14.10 Спасатели имущества. (12+)	13.40, 14.05, 14.35, 15.00, 15.30, 15.55, 16.25, 16.50, 17.20, 17.45 Охотники за островами. (12+)	13.40, 14.05, 14.35, 15.00, 15.30, 15.55, 16.25, 16.50, 17.20, 17.45 Охотники за островами. (12+)	13.40,



## СПОРТ

Матчи Страна

**06.00** Прижки в воду. (0+)  
**08.30, 11.25, 13.50, 15.45** Новости  
**08.35** Страна. Live. (12+)  
**08.55** Безумный спорт. (12+)  
**09.25, 13.20, 23.45** Спортивная неделя. Итоги. (12+)  
**09.55, 01.05** Лыжный спорт. Прижки с трамплина. Кубок мира. Женщины. Прямая трансляция из Чайковского  
**11.30, 04.10** Волейбол. (0+)  
**13.55** Лыжный спорт. Прижки с трамплина. Континентальный кубок. Мужчины. Финал. Прямая трансляция из Чайковского  
**15.50** Гандбол. Олимпийский квалификационный турнир. Женщины. (0+)  
**17.25** Прижки в воду. «Мировая серия». Прямая трансляция из Казани  
**20.35** Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)  
**22.25** Водное поло. Олимпийский квалификационный турнир. Мужчины. Россия - Франция. Прямая трансляция из Нидерландов  
**00.10** Спортивный детектив  
**02.45** Лыжный спорт. (0+)

EUROSPORT II

**01.05, 22.30** Теннис. (6+)  
**02.30, 09.45, 10.30** Горные лыжи. Кубок мира. (12+)  
**03.00, 03.30** Бiatлон. (6+)  
**04.00, 05.00, 06.00** Велоспорт. (12+)  
**07.30, 16.30** Прижки на лыжах с трамплина. Чемпионат мира по полётам. (12+)  
**08.30, 09.00** Лыжные гонки. Кубок мира. Кэнмор. (6+)  
**10.50, 14.00, 15.15** Горные лыжи. Кубок мира. Кортина-д'Ампеццо. Прямая трансляция. (12+)  
**12.00** Прижки на лыжах с трамплина. Чемпионат мира по полётам. Планица. Прямая трансляция. (12+)  
**17.35** Бiatлон. Кубок мира. Осло. Мужчины. Прямая трансляция. (6+)  
**18.30** Лыжные гонки. Кубок мира. Кэнмор. Прямая трансляция. (6+)  
**19.45** Кёрлинг. Чемпионат мира. Канада. (6+)  
**21.00** Конный спорт. Saut Hermes. Париж. (6+)  
**23.00** Теннис. WTA Premier Mandatory. Индиан-Уэлс. Прямая трансляция. (6+)

## МУЗЫКА

Муз-ТВ

**05.00, 23.20** Караоке. (16+)  
**07.00, 18.00** Золотая лихорадка. (16+)  
**09.00** Ждите ответа. (16+)  
Случайные прохожие задают волнующие их вопросы обо всем на свете, а МУЗ-ТВ находит ответы в музыкальных клипах разных лет.  
**10.00** DFM - dance chart. (16+)  
**10.55** Русский чарт. (16+)

**12.00** Отпуск без путевки. Бендикс. (12+)  
**13.00** Место под Солнцем. (16+)  
**14.20** TOP 30 - Крутяк недели. (16+)  
**16.30** PRO-обзор. (16+)  
Важнейшие события мирового шоу-биза за неделю.  
**17.00** Прогноз по году. (16+)  
**19.30** Иванушки International - 20 лет. Большой юбилейный концерт. (16+)  
**22.20** 10 sexy. (16+)  
**03.00** Неспиннер. (16+)

## ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

**08.15** «Робокор Поли. Уроки безопасности с Эмбер». (0+)  
**08.20** «Хейдораблз». (0+)  
**08.25** «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)  
**10.00, 22.00** МУЛЫсьорприз. (0+)  
**14.00** «Смешарики. Новые приключения». (0+)  
**15.00** «Джинглики». (0+)  
**16.00** «Ник-изобретатель». (0+)  
**17.00** «Фиксики». (0+)  
**18.00** «Роботы-поезда». (0+)  
**18.30** «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)  
**19.00** МУЛЫсьорпремьер! «Барбоскины», «Деревяшки», «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь», «Четверо в кубе», «Ник-изобретатель», «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
**19.35** «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
**20.00** «Лунтик и его друзья». (0+)  
**20.30** «Маша и Медведь». (0+)  
**20.55** «Машины сказки». (0+)  
**21.00** «Барбоскины». (0+)  
**21.25** «Лео и Тиг». (0+)

КАНАЛ DISNEY

**05.00** «Мини-Моппеты». (0+)  
**05.25** «Аладдин» (субтитры). (0+)  
**06.15, 12.00** «Русалочка» (субтитры). (6+)  
**06.40** «Доктор Плюшева». (0+)  
**07.35** «Герои в масках». (0+)  
**08.10, 22.00** МУЛЫсьорприз. (0+)  
**08.25** «Хранитель Лев». (0+)  
**08.55** «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)  
**09.25** «ПУПС». (0+)  
**10.00** «Дружные мопсы». (0+)  
**10.30** «Блуи». (0+)  
**11.00** «София Прекрасная». (0+)  
**11.25** «Елена - принцесса Авалора». (0+)  
**12.30** «Рапунцель: История продолжается. Рапунцель и великое дерево». (6+)  
**13.25** «Мэри и ведьмин цветков». (6+)  
**15.40** «БЕЛОСНЕЖКА: МЕСТЬ ГНОМОВ». (12+)  
**17.40** «Храбрая сердцем». (6+)  
**19.30** «Принцесса и лягушка». (0+)  
**21.20** «ПРИНЦЕССА». (6+)  
**23.20** «СПАСТИ МИСТЕРА БЭНКСА». (12+)  
**01.40** «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛОИЗЫ». (6+)  
**03.05** «Геркулес». (12+)

КАРУСЕЛЬ

**05.00** «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)  
**06.55** «Чик-зарядка». (0+)  
**07.00** «С добрым утром, малыши!» (0+)  
**07.30** «Чик-зарядка». (0+)  
**07.35** «Маша и Медведь». (0+)  
**09.00** «Съедобное или несъедобное». (0+)  
Сегодня у плиты Саша - настоящий повар-артист! Почему Саша встал на сторону брокколи, зачем смешивать атомы, и в чём провинился лук? Ответы - в программе «Съедобное или несъедобное»!  
**09.20** «Малышарики. Танцуй и поём!» (0+)  
**09.25** «Щенячий патруль». (0+)  
**10.15** «Турбозавры». (0+)  
**10.45** «Проще простого!» (0+)  
**11.05** «Буба». (6+)  
**12.30** «Букабу». (0+)  
**12.45** «Лукас и Эмили». (0+)  
Как и все маленькие дети, больше всего Лукас и Эмили любят играть и веселиться и ненавидят скучные правила и запреты.  
**13.30** «Царевны». (0+)  
**14.20** «Ералаш». (6+)  
**14.55** «История изобретений». (0+)  
Герой этих весёлых историй - лис-изобретатель по имени Кит, который пытается стать своим в Морквограде. Здесь живут исключительно кролики, но наш герой надеется найти в городе друзей и прославиться с помощью своих удивительных изобретений.  
**16.10** «Клуб Винкс». (6+)  
**16.35** «Лео и Тиг». (0+)  
**18.50** «Пластилинка». (0+)  
**18.55** «Оранжевая корова». (0+)  
**20.30** «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
**20.45** «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
**22.05** «Радужно-бабочково-единорожная кошка». (6+)  
**22.30** «Дикие скричеры» (6+)  
**22.50** «Инфинити Надо». (6+)  
**23.15** «Элвин и бурундуки». (6+)  
**01.00** «Даша и друзья: приключения в городе». (6+)  
**02.10** «Большие праздники». (0+)  
**02.35** «Подружки-супергерои». (6+)  
**03.40** «Всё о Розы». (0+)

УНИКУМ

**07.02, 15.08, 23.20** Готовим с папой. (6+)  
**07.23** Do you speak? (6+)  
**07.31, 17.38** «Сказ о Петре и Февронии». (6+)  
**08.57** «Снежная королева-3. Огонь и лёд». (6+)  
**10.21** «АРТУР И МИНИПУТЫ». (6+)  
**12.05** «Смешарики. Пин-код». (6+)  
**12.18** «Необыкновенные приключения Карика и Вали». (0+)  
**13.00** «Волки и Овцы: Ход свинье». (6+)  
**14.10, 17.05** Проще простого! (6+)  
**14.25** Шах и мат! (6+)  
**14.38, 17.20** Мастерская «Умелые ручки». (6+)  
**14.55, 15.27, 23.00** Открытки. (6+)  
**15.40, 16.42** «Октонавты». (0+)  
**16.38, 23.14** Вредные советы от полезных детей. (6+)  
**19.00** «АРТУР И МЕСТЬ УРДАЛАКА». (6+)  
**20.33** «Синдбад. Пираты семи штормов». (6+)  
**21.48** «Смешарики». (0+)  
**22.26** «Тима и Тома». (0+)

О!

**05.00** «Три кота». (0+)  
**07.00** «Викинг Вик». (6+)  
**08.40** «Доктор Малышкина». (0+)  
**08.45** «Свинка Пеппа». (0+)  
**09.40** «Еда на ура!» (0+)  
**10.00** О! Кино! «Три богатыря и принцесса Египта». (6+)  
**11.15** О! Музыка! (0+)  
**12.20** «Танцоры». (0+)  
**12.45** «Ангел Бэби». (0+)  
**14.30** «Зелёный проект». (0+)  
**15.00** «Смешарики». (0+)  
**17.25** «Диколесье». Сериал. (0+)  
**18.00** Мастерская «Миссия выполнима». (0+)  
**19.00** «Малыши дикой природы». (0+)  
**19.10** «Три кота». (0+)  
**22.00** «Роботы». (0+)  
**22.05** «Викинг Вик». (6+)  
**23.30** «Турбозавры». (0+)  
**01.25** «Шоу Мо». (0+)  
**02.00** О! Кино! «Урфин Джюс и его деревянные солдаты». (0+)  
**03.25** «Новаторы». (6+)

## ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

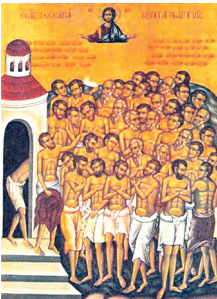
**05.00, 23.30** День Патриарха. (0+)  
**05.15** Новый Завет вслух. (0+)  
**05.30, 02.40** И будут двое... (12+)  
**06.30** Я хочу ребенка. (12+)  
**07.05, 03.35** Святая заступница. (12+)  
**07.40, 04.35** Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)  
**08.15, 04.45** «Тайны сказок» с Анной Ковальчук. (0+)  
**08.30** В поисках Бога. (12+)  
**09.00** Непобедимая Победа. (12+)  
**10.00** Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)  
**13.00** Встреча (субтитры). (12+)

СПАС

**14.00** Я очень хочу жить. Дарья Донцова. (16+)  
**14.50** Цикл: Святые. (12+)  
**15.05** «Я РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА». (12+)  
**17.00** «Крест». Документальный фильм Аркадия Мамонтова. (12+)  
**18.00, 23.45** «Главное» с Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (0+)  
**19.30** «ОСЕННИЕ СНЫ». (6+)  
**21.10** «Парсуна» с Владимиром Легоидой. (12+)  
**22.10** Щипков. (12+)  
**22.45** Как я стал монахом. (0+)  
**23.15** Лица Церкви. (6+)  
**01.10** Res Publica (субтитры). (16+)  
**02.10** Вечность и Время. (12+)  
**04.05** Пилигрим. (6+)

## Православный календарь

22 марта  
Неделя 3-я Великого поста,  
Крестопоклонная. Глас 7. 40 мучеников,  
в Севастийском озере мучившихся.



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

Постный день.

«Если родители не оказывают должного поощрения о детям, не учат их разуму, не внушают им добрых правил, то души детей будут взысканы от рук их».  
Прп. Симеон Новый Богослов



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

ДОСТУПНО ОНЛАЙН

RADIOVERA.RU

App Store Google play

СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

## ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

### «...и возьми крест свой, и следуй за Мною»

И, подзвав народ с учениками Своими, сказал им: кто хочет идти за Мною, отвергнись себя, и возьми крест свой, и следуй за Мною. Ибо кто хочет душу свою сберечь, тот потеряет ее, а кто потеряет душу свою ради Меня и Евангелия, тот сбережет ее. Ибо какая польза человеку, если он приобретет весь мир, а душе своей повредит? Или какой выкуп даст человек за душу свою? Ибо кто постыдится Меня и Моих слов в роде сем прелюбодейном и грешном, того постыдит и Сын Человеческий, когда приидет в славе Отца Своего со святыми Ангелами.  
И сказал им: истинно говорю вам: есть некоторые из стоящих здесь, которые не вкусят смерти, как уже увидят Царствие Божие, пришедшее в силе.

Публикуемый отрывок из Евангелия от Марка будет читаться в православных храмах в воскресенье, 22 марта.

Комментирует  
протоиерей  
Павел  
Великанов



Это одно из важнейших, ключевых евангельских чтений для понимания сути христианства. О чем же говорит нам Христос Спаситель? О какой необходимой «гибели души»? Неужели Он призывает нас губить нашу жизнь?

Есть жизнь, которая «жительство» без всякого нашего участия, – жизнь Божьего мира, начавшаяся задолго до нас, и которая после нашей смерти

тоже будет продолжаться. Над этой жизнью, понятно, мы не властны. И есть «моя жизнь» – у которой вполне конкретная дата начала и пока еще неопределенная, но неизбежная, дата конца. Жизнь становится «моей» ровно в той степени, в какой я ее «присваиваю», делаю своей собственностью, отождествляюсь с ней. «Мои дети», «мой дом», «мои вещи», «мои привычки» – вот если собрать все эти «мои» вместе – мы и получим то, что называется «моя жизнь». Словом «мой» я всего лишь обозначаю свое отношение к конкретному предмету. Но ведь все, что я назвал «моим», существует не в какой-то параллельной реальности, другом мире – а в том же мире



Божьем, который и до меня, и после меня будет.

Мы несем в себе целостный образ Божий – пусть и не проявленный, пусть и скрытый – и через этот отблеск Божественности имеем доступ ко всей полноте Самого Бога Отца. Но перед нами постоянно маячит соблазн отказаться от столь высокого призвания и поскорее схватить в руку синицу – набрать побольше всего «моего» и с удовольствием «раствориться» во всем этом. «Потерять душу» – значит, прекратить «набирать» в свое «Я» все то, с чем мы соприкасаемся. И, поверьте, мы ровным счетом ничего не теряем: коль скоро мы сами – Божии, значит, и все, что Ему принадлежит, – наше!

## ДОРОГА К ХРАМУ

### ПОЧЕМУ ЛЮДИ РАДУЮТСЯ ВЕЛИКОМУ ПОСТУ?

Великий пост будет идти долго. У меня не сразу поститься получается, по работе обязательно сорвусь или на домашних наругаюсь... Но знаю, что многие люди радуются приходу Великого поста. Ведь его держать очень тяжело, откуда эта радость? Светлана К.

Конечно, каждый по-своему проживает пост. Приведем слова святого Ефрема Сирина. В своей проповеди «О посте» он сказал замечательные слова, что пост «отверзает дверь небесную, потому что поднимет нас с земли и вознесит в высоту. Сей пост, возлюбленные, радует Ангелов и Хранителей наших, потому что посредством поста и молитвы делаемся их сродниками. Сему посту радуется и Христос Господь наш, если только постимся с любовью, надеждой и верой... Посту этому, возлюбленные, радуются святые пророки, о нем ликуют апостолы и мученики, потому что все они с неутомимой ревностью подвизались в посте. Сын Божий, по благодати Своей, указал нам путь жизни, чтобы по оному восходили мы в Царство делами правды. Возлюбим пост, молитву и благотворительность к бедным и возлюбим взаимно друг друга, потому что «любовь есть исполнение закона» (Рим. 13:10).

### НАДО ЛИ ОСВЯЩАТЬ НОВЫЕ КОЛЬЦА?

Потерялось венчальное кольцо. Коллеги говорят, что надо обязательно восстановить, а то жизнь с мужем разладится. Как лучше поступить – купить себе новое и освятить его в храме? Или надо и мужу новое купить и оба освящать? Будут ли такие кольца заменой венчальным? Ольга

В таинстве Венчания освящаются не кольца, а благодать Святого Духа освящается семейная жизнь. Надо верить не в «магию колец», а в Спасителя, который освятил ваш брак. А кольцо можно купить новое, и по своему желанию можете освятить его в храме.



# Выбираем плойку для красивых локонов

И снова наши знакомые – бизнесвумен Галина Сергеевна, учительница Анна Адамовна, домохозяйка Верочка и девушка на выданье Машенька – решили кое-что обсудить. Их разговор на этот раз посвящён выбору плойки.

**К**расивые, эффектно лежащие локоны – мечта практически каждой женщины. Ведь это так естественно и так романтично. А создать индивидуальный образ вам поможет правильно выбранная плойка.

Машенька

Верочка,  
домохозяйкаАнна  
Адамовна,  
учительницаГалина  
Сергеевна,  
бизнесвумен

– Собираюсь  
купить плойку. Де-  
вочки, что може-  
те посовето-  
вать?

– Ой, а я недавно тоже  
озадачилась этим вопросом. Целая наука.  
И вот что выяснила: для разных видов локо-  
нов существуют разные виды плоек. Есть пря-  
мые цилиндрические (классический вариант, самый  
простой), есть спиральные, есть двойные и даже  
тройные. Есть сложные конусовидные локоны.  
Современная плойка мастерит всякие.

– А еще важно,  
чтобы у плойки  
была функция ав-  
томатического отклю-  
чения. Если в вашей плойке  
есть такая функция, вам никогда не при-  
дется возвращаться с полпути, чтобы  
проверить, выключили ли вы ее из  
розетки.

– Точно-точно,  
девчонки, полезная функ-  
ция. Что еще посовету-  
ете?

– А я люблю экспе-  
рименты. И у меня есть  
еще классическая плойка со  
сменными насадками. Насадок может быть  
несколько, и каждая из них предназначена для раз-  
ного вида укладок. У меня вот записано: «Самая простая  
насадка – изменяющая диаметр плойки. С ее помощью вы можете делать  
локоны разного размера.  
Конусная насадка позволяет делать максимально естественные локоны –  
крупные у корней волос и мелкие на кончиках.  
Насадка-спираль позволяет легко делать «африканские» кудряшки.  
Насадка с круглой щеткой обеспечит вашим волосам  
максимальный объем.  
Насадка-утюжок поможет выровнять пря-  
мые волосы».

– Советую  
еще при покупке обратить  
внимание на мощность. Чем  
мощнее плойка – тем быстрее  
нагревается. Кстати, професси-  
ональные плойки имеют мощ-  
ность свыше 90 Вт и нагреваются  
практически мгновенно. Однако  
столь мощная плойка потребляет  
ощутимо больше электро-  
энергии, чем стандартная. Для  
домашней плойки вполне  
хватит мощ-  
ности 25-  
50 Вт.

– А у меня  
есть плойка –  
тройная. Волосы  
укладываю чуть ли  
не ежедневно. Очень  
нравится. У моей плойки  
три нагревательных элемен-  
та. По сути, это гибрид плойки и  
утюжка. Прогрев локонов в таком  
устройстве происходит макси-  
мально быстро и равномерно.  
Меня вполне устраивает мини-  
версия, а в парикмахерской  
видела еще и большую, на-  
верное, еще быстрее локо-  
ны образуются.

– Ты  
на насад-  
ки внимание  
обратила, но надо  
еще одну тонкость  
учесть – крепле-  
ние шнура, оно  
должно быть вра-  
щающимся. Такое  
крепление гаранти-  
рует защиту от скру-  
чивания шнура, да  
и пользоваться  
плойкой гораздо  
удобнее.

– А еще надо об-  
ратить внимание на  
покрытие нагревающего элемента. Это  
может быть тефлон, керамика, турмалин,  
титановое или хромированное покрытие.  
У каждого из них есть свои потребите-  
льские отличия и достоинства. Тонко-  
стей много, советую обратить-  
ся к специалистам.

– А как  
узнать, что до  
правильной темпе-  
ратуры плойка на-  
грелась?

– Это просто. Как пра-  
вило, плойки оснащены регу-  
лятором температуры, с помощью которого  
можно выставлять желаемый режим нагрева. Чем  
больше диапазон возможных температур, тем плойка  
лучше. Только надо помнить, что тонкие волосы нежела-  
тельно нагревать более 160 градусов, максимум для жестких  
волос – 190 градусов. Окрашенные и повреж-  
денные волосы лучше не нагревать бо-  
лее 120 градусов.

– А как раньше  
завивали во-  
лосы?

– Про-  
сто мокрыми  
заплетали в косу и  
отправлялись спать.  
Наутро локоны обе-  
спечены! А еще я слы-  
шала про «марселев-  
скую волну». Цирюльник  
Марсель Грато в 1880 году  
по типу ножниц соединил  
два железных стержня.  
Их нагревали и зажима-  
ли пряди. Хорошо, что  
уже не надо косы пле-  
сти и щипцы на огне  
греть. Спасибо  
плойкам!

Разговор подслушала  
Светлана ИВАНОВА



«Мам, давай купим щеночка/котёнка/попугайчика/хомячка/рыбок!» – такую фразу в зоомагазине можно услышать раз сто за день.

**Н**о далеко не все эти просьбы заканчиваются приобретением. И это правильно: питомец – не только счастье, но и ответственность. Однако и категорически отвечать «нет» тоже не стоит – ведь животные учат заботе о ближнем. На что стоит обратить внимание, если вы все-таки решились подобрать питомца ребенку?

## Важные моменты

Во внимание должны быть приняты следующие обстоятельства:

### ● ЗАНЯТОСТЬ ЧЛЕНОВ СЕМЬИ

Больше времени понадобится для ухода за кошкой и собакой. Меньше внимания потребуют грызуны и рыбки.

### ● ВОЗРАСТ РЕБЁНКА

Психологи и ветеринары утверждают, что животное стоит заводить, когда ребенку исполнилось как минимум 5 лет. До этого возраста малыш не осознает, как нужно обращаться с питомцем, и может покалечить его.

Если четвероногого друга просят подростки, нужно учитывать, что и они не смогут полноценно заботиться о животных из-за большой занятости (подготовка к экзаменам, различные секции и кружки).

### ● ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЖИЗНИ ПИТОМЦА

Грызуны живут всего два-три года. Намного больше продолжительность жизни у кота, собаки, попугая. В возраст

# Ребёнок просит животное – с какого начать?



те 6-8 лет дети начинают осознавать, что такое смерть. Если умирает животное, нужно объяснить ребенку, что его жизненный цикл закончился, и попрощаться с питомцем, иначе ребенок может винить себя в том, что плохо ухаживал за любимцем и стал причиной его гибели.

### ● ТЕМПЕРАМЕНТ ЖИВОТНОГО И РЕБЁНКА

Нужно учитывать особенности породы и самого животного при выборе. Например, аквариум с черепашками или рыбками поможет малышу расслабиться и научит удерживать внимание на чем-то одном. А собака с характером компаньона будет бегать и играть с ребенком.

## Опыт для малыша

Благодаря многолетним исследованиям стало известно, что:

■ Детям, у которых был четвероногий друг, гораздо легче давалась адаптация в саду, школе, лагере. Они коммуникативны, открыты, уверены в себе, легко заводят дружбу.

■ У ребенка, который рос рядом с животным с самого рождения, координация движений более развита.

■ Питомец в доме снижает риск развития аллергии и ожирения.

■ Дети, у которых есть домашние животные, проявляют смекалку на уроках, быстрее находят решение сложных задач.

■ Питомцы воспитывают стремление о ком-то заботиться, нести ответственность.

■ У детей, растущих вместе с питомцами, снижается тревожность.

Особенно нуждается в четвероном друге ребенок, который растет неуверенным, стеснительным, всего боится. Животное станет для него защитником, поможет перебороть некоторые страхи. Зверята помогают корректировать поведение гиперактивных детей, неврастеников, аутистов, помогают справиться с заиканием и рядом других проблем.

## «Да» и «нет» за кошку и собаку

Конечно, все будет зависеть от того, как вы воспитаете питомца, но вот основные моменты, которые стоит проанализировать:

- ✓ Собака может стать защитником ребенка и дома в целом. Кошки редко так себя ведут.
- ✓ Собаку можно дрессировать и учить трюкам. Кошка меньше поддается дрессировке.
- ✓ Кошка делает, что ей нравится. Собака знает свое место и слово «нельзя».
- ✓ На первых порах собака ходит в туалет в квартире. Кошка с первых дней знает, куда ей нужно сходить.
- ✓ Кошка никогда не вмешается в распорядок дня хозяина, в то время как собаку придется выводить гулять независимо от вашего желания.
- ✓ И кошка, и собака требуют финансовых затрат. Чем габаритнее животное, тем больше средств понадобится.
- ✓ И у собак, и у кошек бывают агрессивные породы.
- ✓ И кошки, и собаки болеют, поэтому придется тратиться на ветеринара.
- ✓ И собачья, и кошачья шерсть может вызывать аллергию, и довольно серьезную.
- ✓ И кошки, и собаки могут переносить инфекционные заболевания, поэтому содержать их нужно в чистоте.



## Плюсы и минусы грызунов

У хомячков, морских свинок и крыс масса преимуществ. Они очень забавны, их можно брать на руки, с ними можно играть. Они неприхотливы в быту и недороги в содержании, что для многих семей тоже актуально. Но и у них есть свои особенности.

■ Для грызунов обязательно нужно место, желательно крупный аквариум, чтобы они не могли его самостоятельно покидать.

■ Они живут в среднем всего три года, и их смерть может стать душевной травмой для ребенка.

■ Они имеют специфический запах, придется чистить домик каждый день.

■ Их нельзя кастрировать, и если завести парочку, то потомство будет появляться с завидным постоянством несколько раз в год.

## «За» и «против» птиц

Все особенности индивидуальны, но вот общие моменты:

- Они занимают мало места и подойдут для любой квартиры.
- Они чирикают и шумят.
- Их не надо выгуливать, менять лоток, но они тоже мусорят.
- Птиц почти никогда нельзя ласкать и гладить, зато их не надо вычесывать и купать.
- С ними нельзя играть ни дома, ни на улице.



## А ВЫ ЗНАЕТЕ, ЧТО...



# Полосатая компания

Весь интернет забит смешными видеороликами с участием этих полосатых безобразников. Они и бельё «полощут», и вкусняшки у собак из-под носа таскают, и котят нянчат. Мы подобрали ещё несколько интересных фактов об этих красавцах.

С тех пор, как европейцы узнали о существовании енотов

(основные ареалы их обитания – Азия и Америка), ученые мужи начали спорить, к какому же роду их отнести? Ведь они одновременно похожи и на собак, и на лис, и на барсуков. Отчаянные умы даже предлагали считать енотов... медведями. Но в конце концов решили, что эти зверушки заслуживают отдельного рода – Procyon («похожий на собаку»).

«Выходцы» из Азии – еноты-полоскуны. Они действительно много времени проводят в водоемах, добы-

вая себе пропитание: лягушек, рыб, ракообразных. Их лапки, очень похожие на человеческие руки, покрыты чувствительными окончаниями, которые позволяют находить пищу, не глядя. А самое интересное – в воде эта чувствительность в несколько раз повышается!

Если бы люди видели, как малыши-еноты общаются с мамой, им бы дали еще одно прозвище – ворчуны. «Разговор» с потомством выглядит так, будто животные бубнят и ворчат. А дети в ответ пищат и кричат.



Первый весенний месяц в разгаре, а это значит, что в саду наконец-то будет постепенно начинаться новый огородный сезон со всеми его заботами, работами и, конечно, радостью появления новой жизни, новой весны. Определимся, чем предстоит заняться в этом месяце.

# ВЕСНА зовёт на дачу



Садоводам и огородникам на заметку. Если пугать страуса через каждые 25 сантиметров, то за ним можно сажать картошку.

## Прощаемся со снегом

Не всем регионам в этом году повезло со снегом, но кое-где он все-таки есть. Там дачникам стоит осмотреть деревья и кустарники. Если на них лежит мокрый снег, его надо стряхнуть.

Также следует очистить от снега дорожки, чтобы лишняя талая вода побыстрее покинула участок.

Неплохо сделать канавки в снегу около теплиц, парников, компостных куч, погребов.

Хорошо бы освободить вмерзшие веточки кустарников ото льда, посыпав лед тонким слоем перегноя, золы или торфа, чтобы он побыстрее растаял.

Также нужно разрушить слой утрамбованного на зиму снега вокруг молодых деревьев.

Но весь снег убирать не стоит, потому что в марте еще могут быть заморозки.



## Веткам на пользу

Внимательно осмотрите стволы и кроны плодовых деревьев, а также декоративных и ягодных кустарников. При обнаружении ран или трещин зачищаем их ножом до здоровой ткани, дезинфицируем раствором медного или железного купороса и замазываем садовым варом.

Во второй половине марта, когда воздух уже прогреется, можно приступить к обрезке и формированию деревьев и кустарников. Нужно удалить больные, засохшие ветки.

Для привлечения к своему участку полезных птиц пора готовить для них домики-гнездовья, и установить их желательно до того, как снег растает.



## СОВЕТ

До распускания почек полейте кусты смородины и крыжовника горячей водой, около 80-90 градусов, чтобы защитить их от болезней и вредителей.

## Проверяем цветник

В конце марта в солнечную погоду можно приступить к проветриванию укрытых с осени роз, гортензий и других многолетников, немного приподнимая укрытие.

Во избежание выпревания нужно разбить наст над садовой земляникой и луковичными культурами.

Если вы все-таки обнаружите, что корневая система многолетников и двулетников подопрела, то их срочно следует пересадить и замульчировать торфом.

Следим, чтобы мульчи было достаточно, так как еще могут быть заморозки и корни могут подмерзнуть.

Но основной заботой у дачников в марте, конечно, остается рассада. На этот месяц приходятся основные работы, связанные с ее выращиванием. Надо не только ухаживать за

посаженными в феврале растениями, но и продолжить высев культур, у которых подошли сроки посева.



## Если солнца многовато

Одной из главных задач садоводов становится защита

плодовых деревьев от яркого мартовского солнца. Если вы не побелили деревья с осени и не сделали этого в феврале, то следует как можно скорее провести побелку.

Для побелки отлично подойдет водно-эмульсионная краска или известковое молоко. Чтобы сохранить цветочные почки на плодовых деревьях, можно опрыснуть кроны известковым раствором (из расчета 1 кг извести на 10 л воды).

## ПОДРОБНОСТИ

В конце месяца можно будет заняться яровизацией картофеля. Яровизация – процесс подготовки посадочного материала, когда его помещают на некоторое время в условия невысокой плюсовой температуры.

Начинать заниматься яровизацией рекомендуется в первой половине марта. Для начала картофель помещают примерно на 30 минут в раствор, приготовленный из полезных микроэлементов. Для приготовления раствора используют марганцовку, борную кислоту, суперфосфат, медный купорос и другие вещества. Также можно опрыскивать картофелины настоем, сделанным из календулы и крапивы. Продолжительность яровизации до 6

# Картофель – на яровизацию

недель. Можно проводить ее разными методами.

**1 СВЕТОВОЙ МЕТОД.** Является самым простым и доступным. Картофель хорошо подсушивают и раскладывают в 1-2 слоя рядом с окнами. Примерно неделю в месте хранения клубней температура должна поддерживаться около 20 градусов. Затем ее нужно снижать до 15 градусов. Такой перепад температурного режима позволит глазкам скорее пробудиться. Следите, чтобы солнечные лучи попадали на посадочный материал равномерно. Каждые 5 дней переворачивайте клубни.

Благодаря этому вы сможете увидеть подгнившие картофелины, от которых следует избавляться. Периодически клубни следует опрыскивать водой, чтобы они не пересыхали.

**2 ЯРОВИЗАЦИЯ КАРТОФЕЛЯ В ХРАНИЛИЩЕ** – еще один способ проращивания картофеля. Для этой процедуры понадобится использование люминесцентных ламп с тусклым светом. Корнеплоды накрывают бумагой или

белой тканью. Это позволяет регулировать количество лучей, которое должно попадать на поверхность картофелин. Стебли будут расти медленно, если света будет слишком много.

**3 ПРОРАЩИВАНИЕ КАРТОФЕЛЯ НА ОТКРЫТОМ УЧАСТКЕ.** Для этого метода подойдет сухое, защищенное от ветров место. На площадке нужно постелить солому слоем около 15 см. На нее разложить клубни. На ночь картофель лучше укрывать пленкой, чтобы уберечь его от заморозания и осадков. При проращивании этим методом первые ростки начнут появляться к 25-30 дню.

**4 ВЛАЖНЫЙ МЕТОД ПРОРАЩИВАНИЯ.** Материал, приготовленный

для яровизации, раскладывается в ящики. Его рекомендуется пересыпать опилками. Также вместо них можно использовать торф. Картофель хранится в помещении при температуре около 12-15 градусов. Клубни следует регулярно опрыскивать обычной водой. При соблюдении температурного режима первые ростки скоро начнут пробиваться. Они помогут картофелинам в будущем лучше прижиться. Последним этапом яровизации является высаживание картофеля. Во время проведения этой работы нужно быть очень аккуратным и бережно обращаться с ростками, так как их легко повредить в процессе закладки клубней в почву.





[illegible]

A large hexagonal grid is shown, composed of 54 hexagons in total. 27 of these hexagons are white and numbered 1 through 27, arranged in a zigzag pattern. The remaining 27 hexagons are shaded purple and are located between the white hexagons, forming a continuous chain. This represents a 1D lattice structure.

**По горизонтали:** 1. «Приговор», вынесенный консилиумом. 12. Мужское имя. 13. «Дядька» рака в палочках. 22. Кровать из дощатого настила. 23. «Порода» овощной куль-

## ОТВЕТЫ

Сорт 26. Атланте. *Стева-вниз-направо*. 2. Лякар. 3. Змея. 4. Риск. 6. Плектр. 8. Бар. 10. Барбс. 15. Трно. 16. Антракт. 18. Тин. 20. Крап. 25. Кашне. *Сипава-вниз-налево*: 1. Лпан. 2. Ллак. 5. Мавр. 7. Сута. 9. Акт. 11. Яноко. 14. Лптр. 17. Тарт. 19. Иск. 21. Ставнбв. 24. Латка.

**Справа-вниз-налево:** 1. Убегание без оглядки, сверкая пятками. 2. Не последнее управление в министерстве. 5. Мусульманский житель средневекового Пиренейского полуострова. 7. Беготня во время сборов чемоданов. 9. Документ, оправдывающий списание. 11. Фрукт, которым в давней песне группы «Любэ» ночь стучала в окно. 14. Умещающая в двух «пузырях». 17. Картинка на коже, полученная в результате «иглоукалывания». 19. Вчиненный ради «судного дня». 21. Створка, защищающая окно. 24. Нашивка на драную коленку.

Все объявления на правах рекламы

## ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

**КУПИМ**  
КНИГИ • ФАРФОР  
МЕБЕЛЬ • КАРТИНЫ  
ИКОНЫ • ЗНАЧКИ  
ОТКРЫТКИ • ФОТО,  
ЁЛОЧНЫЕ ИГРУШКИ И ДР.  
**Тел.: 950-11-79**

КУПЛЮ ВСЕ. Сервизы. Вазы. Статуэтки. Серебро. Хрусталь. Часы. Подстаканники. Значки. Монеты. Банкноты. Старые открытки. Фотографии. Елочные игрушки. Модели машин. Куклы. Бижутерию. Фотоаппараты. Самовар. Бронзу. Мебель. Картины. Книги. Пластины. И МНОГОЕ ДРУГОЕ. **Тел.: 929-92-55** Александр.

■ **953-39-70** Куплю фарфор, статуэтки, рамы, картины, ковры, старые игрушки, куклы, самовар, подстанники, пластинки, патефон, часы, значки, бижутерию, брошки, янтарь, текстиль, парфюм, книги и др. Оплата сразу! Тел.: 953-39-70

**КУПЛЮ**  
МЕБЕЛЬ • ФАРФОР  
БРОНЗУ • КАРТИНЫ  
до 1917 года  
**дорого**

**8 (921) 590-63-21**

# СКУПКА КНИГ

**Скупка, вывоз книг.  
Выезд от 100 экз.  
в любой район  
и пригороды.  
Оплата сразу.**

**945-08-29**

■ **8 (905) 286-44-68** СКУПКА. КУПЛЮ ВСЁ  
Тел : 8 (905) 286-44-68

■ **8(931)337-91-68** Купим Ваши старые книги от 150 экз. Тел.: 8 (931) 337-91-68

## СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

**РЕМОНТ**  
☒ СТЕН   ☒ ПОТОЛКА  
☒ ПОЛА   ☒ ВСЕ РАБ.  
**НЕДОРОГО**  
**912-69-46**

**КУПЛЮ**

■ **980-08-00** Дорого! Зингер. Книги. Часы. Куклы. Елочные и детские игрушки. Мебель. Значки. Картины. Самовар. Открытки. Фото. Бусы. Сервиз. Патефон. Хрусталь. Военные вещи. Люстру. Лампу. Детали. Посуду. Архив. Пианино. Бюсты. Грамоты. Вымпел. Электроинструменты. Фигурки и другое. Тел.: 980-08-00

■ **984-20-55** Радиодетали СССР, новые и б/у. Измерит., вычислительные приборы. Выезд. Тел.: 984-20-55

■ **996-55-66** Книжки, Зингер, картину, мебель, часы, монеты, знаки, открытки, фото, сервиз, вазу, статуэтки, иконы, серебро, хрусталь, бижутерия, фотоаппарат, игрушки, самовар, военные вещи и всё другое. Тел.: 996-55-66

## НЕДВИЖИМОСТЬ

■ 8 (968) 222-51-07 МЕНЯЮ квартиру в Новосибирске на квартиру в Петербурге. [www.однушка.рус](http://www.однушка.рус) 8 (968) 222-51-07

## РАБОТА

■ **РАБОТА НАДОМНАЯ!** Фасовка семян, изготовление пакетов для фасовки. 3/п от 12 500 руб. Рабочие материалы почтой. Бесплатно вышлем подробные условия работы всем желающим. Отправляйте СМС-заявку (ваши ФИО, точный адрес, индекс) по тел.: 8 (987) 840-08-17

**Прием рекламы в рубрику «ВСЁ ОБО ВСЁМ»  
производится по адресам:**

**ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ  
ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»  
8 (962) 724-29-44**

**РА «ПАЛЛАДА»**  
**8 (921) 899-98-75**

**РА «МАГАЗИН  
РЕКЛАМЫ»**  
8 (812) 424-32-11

**РА «ФРИИ МЕДИА»**  
**8 (812) 996-72-97**  
**м. «Пл. Ленина»**  
*только безналичный*  
*расчет*



							1	Данька как один из "неуловимых"									Житель Крита или Родоса		... Коннор в "Терминаторе"
Положили борца на обе ...	Босс воровского коллектива		... с тех пор воды утекло		Форма монополии					Карл, проложивший путь идеям Ленина	Грязь в жидком виде	Каждая песня в аудиоальбоме		"Уловка" военачальника		Кварцевая ... для физиопроцедур	Город из "Двенадцати стульев"		"Пропуск" за границу
Сход горожан по зову колокола	Приправа ...-сунели						Неприятная гримаса	Автор книги о Мюнхгаузене						Город, два года был Устиновым					
					Любимая кукла наследника Тутти					Замена какао в шоколаде		Где столицей Никосия?				"Синий" фильм Джеймса Кэмерона			
Выплата, "опередившая" работу												Вооруженное нападение	"Прижми-стое" земноводное				Sorento на колесах		Бывает чугунным и толконным
Полицейский из "Ревизора"			Зверь, что добычу моет		Абориген Западных Карпат					Удушливый бич мегаполиса	"Стрижка" военного построения				Штурмовая работа				
													Искусственный снег несут из аптек				Резиновый "удав" для полива грядки	Протон - это ... водорода	
	Свободный люд Эллады				Неаполитанский мастиф				Под ручку с мадам	Паникер, у которого поджилки трясутся					Местечко для хаты с краю				
													Большой кузнечный молот						Заезд, где крутят педали
	Колея - своя для Оки, своя для Волги			Значимая отметка в истории				Морем был, но лужей стал	Не простил миледи	"Гитара" индуса									
					Полосатик с бахчи		"Человек" на латыни	Театр для певцов-эллинов									Номерное звание капитана	Походное первое из рыбы	
	Буква старой русской азбуки			Мафия неаполитанского разлива						"И швец, и жнец, и на дуде ..."									
					"Половой признак" существительных			"Эпизод" оперы									"Резиновый зажим" для укола	Пиратская виселица	Актер, не нуждающийся в словах
	"Ложе" колесной шины	Побеждает в сказках		Караси в садке добытчика		Должностное и действующее	Узор из сплетенных букв	Фильм вышел на широкий ...	Миллиардер, муж вдовы JFK										
				Актриса Анна ...				Имя певца Рамазотти						2	В нее трудятся, любя труд		Нательная памятка о боевом прошлом	3	
	"Прямой левой" в боксе	Ворона, упустившая сыр						В птичьей клетке "тенор"							Музыкальная пьеса с рефреном				
Сальные "веснушки" в колбасе					"Мандраж" простуженного тела	Латы, соединенные с кольчугой									Поэт и математик из города Нишапура		Мягкая спортивная обувь (ед.ч.)	"Зашифрованный" пароль	Мазанка по сути
	Его можно вперить или потупить		Вихляние на скользкой трассе					Жених под стать Дюймовочке	Поющая белка как явление								"Комплект" жизненных принципов		
												СТИШОК, влюбленный в венок		60 секунд					
	Накидка на плечах мачо в сомбреро		И Лав, и Кокс							Художник ... Уорхол							Кольца курильщика		
								Гордость коневодов графа Орлова	Сладостная нега			"... иди молотить" (поговорка)							
"Кошачье" обращение к любимой		Врач, преддипломный стажер		Кабан, у которого не будет поросят															
								Макушка портика или колоннады	Хищная пресноводная рыба			Психиатр Карл Густав ...	Судовая снасть бегущего такелаж						
Белый журавль из тундры		"Слоеное" автомобильное стекло							Зазор между деталями машин										
					"Выхлоп" из свистящего чайника	Пьянящий "сплав" пива и водки	"Рубильник" скифов												
"Толстокожесть" танка		Воспавивший эллин				Сильнейшее нервное потрясение			Туман, в котором своих рук не видишь										

1



2



3



ТЕЛЕК

